



松本駅から車で1時間30分の長野県松本市奈川の地。岐阜県と接する県境には、女工哀史で有名な野麦峠があります。標高は1500から1800メートル。北アルプスの山奥に広がる60ヘクタールの牧場はミズナラ、ブナ、もみ、カラマツの深い森に包まれ、遠くに牛たちの姿が見えます。雨上がりの牧場は、地面から水蒸気が空高く立ち上り、雲の切れ間から真つ青な青空がのぞいています。目を閉じて聴こえてくるのは、鳥のさえずりと近くを流れる溪流のせせらぎ。そこは日常の喧騒から離れた、まさに別世界です。

### 北アルプスの別世界



### 美人な女の子たち

豊かな自然を五感いっぱいを感じながら、牧場の奥に足を進めると遠くにいた牛たちが、だんだんこちらに近づいてきます。よく見ると、みんなまるでスキップをしているかのように軽やかです。牛と言えば、じっとしていてもあまり動かない印象でしたが、この牛たちは違います。

## 特集 発酵食品をたずねて 「チーズ」

今月ご紹介する発酵食品は「チーズ」です。長野県松本市にある清水牧場チーズ工房にお邪魔しました。ライターの高藤（ヘルスケア商品開発センター）が、優しく手を触れているのはチーズ造りに適したブラウンスイスという品種の牛たちです。牧草の緑がとても美しく、すばらしい環境でした。

清水牧場の牛は、ブラウンスイスと呼ばれる、主にヨーロッパアルプスで飼育されている原種に近い牛です。乳牛でおなじみの白黒のホルスタインよりも体は大きいのですが、ミルクの量は少ないのだそうです。そのかわり、高冷地に強く、チーズに最適な美味しいミルクを出してくれます。

奥が見えないほどの広い広い牧場。牛たちは、本当に自由です





美しいブラウンスイス牛は、きれいでスベスベ

### チーズ工房

ヨーロッパでは標高1500メートル以上の高地で放牧された牛のミルクから造られるチーズを「アルバージュ」と呼びます。アルバージュを造るには牧場のすぐ近くに工房が必要です。清水牧場のチーズ工房で造られるチーズも日本では数少ないアルバージュです。

気づいたら、あっという間に牛たちに囲まれていました。みんなとても人懐っこく、顔を近づけてきます。こんなに近くで牛に囲まれたことがなかったため、瞬たじろぎしましたが、

の子も清潔でとても毛艶がよく、愛くるしい目をした美人な女の子ばかりです。

週に3日、アルバイトの方がいらっしやいますが、毎日の牛の世話、チーズ造りや販売はオーナーの清水さんご夫妻が、二人で協力して行っています。

毎日、前の日の晩と朝絞った200kgのミルクを使ってチーズを造ります。造るチーズはその日によってさまざま。全部で6種類のチーズあり

す。チーズの表面は赤っぽく見えません。この赤みの正体はリネンス菌というバクテリアで菌が元気に生きている証です。途中で表面を洗っては熟成を促進し、乳酸菌やバクテリアが快適に生かされるこの熟成庫の中でじわじわと美味しいチーズに変化していきます。

工房横にある牛たちが出払った後の空っぽの牛舎を見学していると、ど

こからともなく牛の鳴き声が聞こえてきました。牧場から工房へ続く牛たちのための泥道から続々と牛舎に戻ってきます。時計を見るとお昼の12時です。毎朝6時過ぎに搾乳した後、ゲートを開けると牛たちは自由に牧場へ出掛けます。天候や気温によっても異なりますが、皆それぞれ時間になると勝手に帰ってくるのだそうです。時々迷子になる子牛は母牛



冬は2mを超える積雪の中、毎日の丁寧な作業がつづく

ます。ウォッシュタイプ（3ヶ月熟成した半硬質チーズ（山のチーズ））、癖の強い本格派軟質チーズ（森のチーズ）や、8ヶ月以上熟成させた1ホール約8kgの長期熟成硬質チーズ（バックス）など。人気のチーズは予約の方優先で、店頭でも買えないのだそうです。購入する場合は必要な分量をカットしてもらいます。

熟成庫の中を見せていただきました。約10℃に設定された熟成庫に入ると酸味のある香りが漂っています。



生きもの相手に365日休めない中、取材に快く応じてくださった清水牧場長



がちやんと探しに行きます。毎日休むことなく続く光景です。

ミルクをコップ1杯飲ませていただきました。コクがあるのにさらっとして自然な甘みが口に残る、優しい味です。このミルクから造るチーズはさらに味に深みが増していて濃厚で、とても癖になる味です。

## 清水牧場のご紹介

北アルプスの山奥にたたずむ清水牧場では、標高1,400~1,800mに広がる牧場で、たくましく育ったブラウンスイス牛と、フライスランド羊がのんびりと草を食べています。

清水牧場では、毎日新鮮なミルクを使用して、存在感のある山岳のチーズ、ウォッシュタイプのチーズ、フレッシュチーズなどの6種のチーズと、ヨーグルトを造っています。山に遅い春が訪れると、雄大な景色のもとピクニックも楽しめます。



### ■所在地

〒390-1611 長野県松本市奈川51

### ■連絡先

Tel.0263-79-2800 Fax.0263-79-2801

### ■営業時間

10:00~17:00

### ■休業日

火曜日・年末年始

祝日およびゴールデンウィーク・お盆期間は休まず営業

### ■交通のご案内

松本駅より車で1時間30分



熟成を待つ貴重なチーズ。微生物が活躍している

冬には2メートルもの雪が積もり、マイナス25℃にもなるという山奥で造られた美味しいチーズを求めて、全国のチーズファンが遠くから足を運びます。アルパージュの味を思い出すと、牧場ののびのびと元気に駆け回る牛たちの姿が、自然と目に浮

かびます。皆さんもぜひ一度アルパージュを味わってみませんか。

文・・・加藤真紀子（ヘルスケア商品開発センター）  
写真・・・佐竹香代（ヘルスケア営業部本誌編集長）