

お手数ですが  
62円切手をお貼りください

8 9 7 - 0 3 9 2

フリガナ \_\_\_\_\_  
◎ご氏名 \_\_\_\_\_

年齢 / \_\_\_\_\_ 歳 性別 / 男・女 \_\_\_\_\_  
広報紙掲載の場合のお名前の表記  
本名・匿名・イニシャル \_\_\_\_\_

ペンネーム ( \_\_\_\_\_ )

※記入がない場合、実名で記載させていただきます。  
◎ご住所 〒 \_\_\_\_\_

電話 ( \_\_\_\_\_ ) \_\_\_\_\_

# 南九州市役所 企画課 行

広報紙を読んだ感想、取り上げてほしい記事、最近笑ったこと、身近な話題など、何でもけっこうですので、おたよりお寄せください。  
62円切手を貼ってポストから郵送するか、市役所の各庁舎に設置してある『ご意見箱』へご投函ください。

# おたよりまっています



◀点線に沿って切り取ってください。  
(官製はがきでも可)

## 街かど探偵 File.71

# ～やっぱ牛乳でしょ～ モオ～ツと牛乳を飲もう!!

南九州市は、鹿児島県内でも有数の酪農地帯であることをご存知でしたか？

南九州市内では、18戸の酪農家が、多くの皆さんに安心・安全な牛乳を飲んでいただけるように365日休むことなく牛の乳をしぼる作業（搾乳：さくにゅう）を行っています。

南九州市では、平成28年の1年間で約11,000トン、1日では約30トンの生乳が搾（しぼ）られています。搾られた生乳は、鹿児島県内外で広く活用されて、飲用向けが約6割、残りが乳製品などになります。

また、私たち酪農家は、えい新茶・大野岳マラソン大会や農業祭、二日市などで皆さんに笑顔を届けるために関係団体などと力を合わせて普及活動にも取り組んでいますので、見かけたらぜひ、お立ち寄りください。私たちが丹精こめてつくった牛乳を毎日飲んでいただくことで、皆さんの心と体の元気につながり、酪農家のやる気にもつながります。



▲早朝・夕方の1日2回搾乳作業



▲各種イベントなどでの牛乳普及活動



▲牛とのふれあい活動▲



### 牛乳を飲んでますます健康に！

牛乳は、筋肉を作り活発な内臓を保つためのタンパク質、骨や歯をつくるカルシウムやビタミンも豊富に含まれる優れた食品です。さまざまな健康効果がある牛乳ですが、牛乳に豊富なカルシウムやカリウムには、血圧を上昇させるナトリウムの作用を妨げる働きがあり、高血圧予防にも効果があることもわかっています。

また、コク味・旨味を有している牛乳を料理に使用することで、減塩でも美味しく食べられます。ぜひ、ご家庭でも牛乳を料理に取り入れてみませんか？

※皆さんが知りたいこと、疑問に思うことがありましたら、市役所企画課 広報統計係までお知らせください。