

C.P.A.-Mons Formation (旧O.C.C.) 教育プログラム フランス研修レポート

文・写真 坂上あき

フランスのチーズの教育機関Mons Formation (旧O.C.C.) とC.P.A. が提携して行っている研修プログラムは、日本で認定講師が行うStep1、Mons Formationの最高責任者であるローラン・モンス氏が来日して行うStep2、フランスで行うStep3の三段階で構成されています。今回、コロナ禍の影響で2020年から中止していたフランスでの研修を3年ぶりに再開しました。

6名の参加者が5月27日から31日までの5日間、Mons Formationの最高責任者であるローラン・モンス氏とともに、青カビタイプのチーズの生産者訪問を中心に、各種のチーズ売り場、その他も視察し、Step1、2で学んだ内容を現地でも体験し、理解を深めました。



研修初日、風がわたる気持ちのいい放牧場で、笑顔で記念撮影

研修1日目 5月27日 ㊦

Gaec du Mont (Rigotte de Condrieuの生産者)

研修最初の視察先はシェーヴルのリゴット・ド・コンドリュエの生産者です。兄がチーズ製造、弟が山羊の飼育を担当という家族経営の小さな工房ですが、春から夏にかけてのミルクの最盛期には大忙しだと言います。訪問した日も、たくさん並べられたモールドに丁寧に型入れ作業が行われていました。ミルクの多い時期には、秋冬に向けて熟成タイプのチーズも製造しているそうです。

製造を見学した後は、外の山羊舎と放牧場を見に行きました。茶色のアルピーヌ種の山羊が広々とした斜面で青い草を食べていました。山羊舎も風の通り抜ける気持ちの良い環境で、匂いもほとんどありません。ここでは穀物の餌も自社で栽培したものを与えるとのことを見せていただきましたが、それもとてもきれいなのです。清潔な環境で飼われている山羊の乳からしか良いチーズはできないと、ローラン氏が教えてくれました。

SCAPA (チーズの卸業者)

SCAPAは小規模な小売業者が出資するチーズ卸の協同組合です。小さなチーズショップでは1軒で多くの取引相手を持つことは難しいですし、大規模な生産者は小さな店には対応しないことも多いので、組合を作ってチーズを共同で購入しているのです。ここではチーズを熟成することはしません。全国からたくさんの種類のチーズが納品され、適した温度帯別に保管されています。その種類、量の多さに圧倒されました。朝早くから注文に応じて次々とチーズピックアップして配送の手配をし、午後早くにはそれぞれの店へと運ばれていきます。これだけ多くのチーズが時を置かず回転する様子を見て、さすがフランス！と感動しました。



各地に納入される多種のチーズが温度帯別に整然と並べられている



左/栄養を補うための穀物も全て自家製。とてもきれいなのが印象的でした。右/Rigotte de Condrieuの型入れ。ハイシーズンは数も多いので大変な作業！

研修2日目 5月28日 ㊦

Fromagerie artisanale de Sauvign

(フルム・ド・モンブリゾンの製造所)

フルム・ド・モンブリゾンは、フランスの青カビタイプのAOPの中では、少し地味な存在かなと思っていました。今回、アルティザンの製造所と、併設されたワークショップなどを行う施設、熟成庫を訪問しました。

残念ながら製造日ではなく、製造の様子を見ることはできませんでしたが、フルム・ド・モンブリゾンのミニチュアを製造する研修を受けました。これは、地元の子供たちや観光客のために、フルム・ド・モンブリゾンの成り立ちや、特徴などを知ってもらうための、小さいながらも本格的な製造を体験できるプログラムです。一人一人、ミルクを木桶に入れ、レンネットで凝固させてから手でカードをカットして、カードが小豆粒くらいに小さく収縮するまで混ぜていきます。手の感触から、フルム・ド・モンブリゾンは非常に水分が少なく、青カビタイプでありながら圧搾タイプのチーズなのだ理解できました。同じように作業しているにもかかわらず、参加者それぞれに個性的なグリーンチーズが出来上がったのも面白かったです。

製造所すぐ近くの熟成庫は、山の斜面を切って作られており、中には山から流れる豊富な水を利用した水車が設置されていて湿度も保たれています。ここで、特徴的な鮮やかなオレンジ色の外皮が形成されるのです。



製造体験ができる施設では、ミルクからグリーンチーズまでの工程を体験。Fourme de Montbrisonは非加熱でありながら、かなりカードの水分を少なくすることを体感できた



上／成形後、雨どい状の針葉樹の板に寝かせるのもFourme de Montbrisonの特徴のひとつ。右上／工房のそばにある熟成庫。斜面を切って作られている。水の豊富なオーヴェルニュ地方だけあって、中には水が豊富に流れて水車が回り、その水分で熟成庫の湿度を保っている。右下／チーズを回転させながら2回、針を刺す



下／Saint-Nectaire 専門の熟成会社を訪問。チーズの表面についているのは外皮やおいしさを作る「猫毛」のカビ



ラカイユ社ではBleu d'Auvergneの製造を見学。ただし撮影した写真の紙面掲載はNoとのこと



研修3日目 5月29日 ㊦

Laitiere de Laquielle

ラカイユ社は村の名前を冠したブルー・ド・ラカイユの他、ブルー・ドーヴェルニュ、フルム・ダンペール、そしてMons社のオリジナル「1924」など、青カビタイプのチーズの製造を行うレティエ(乳製品製造所)です。オーヴェルニュ地方の青カビタイプのチーズの歴史や文化についてお話を伺った後、製造所を見学しました。最新鋭の機械が導入されていますが、ミルクの凝固やカードの状態の見極めなど、チーズの品質を決める肝腎な部分は、やはり熟練の職人によるものだと思います。ここがインダストリアル(工場製)とは異なる部分で、地域による味わいや季節による特徴を生み出しているのだと感じました。

Les Terre d'Auvergne

オーヴェルニュ地方を代表するAOPチーズの1つであるサン・ネクテルの熟成会社を訪問。農家で造られたグリーンチーズを預かり、熟成を専門に行う会社です。納品された時期ごとに部屋が分かれていますので、順々に部屋をめぐる熟成によって成長する過程を一度に見ることが出来ます。真っ白だったグリーンチーズが徐々にオレンジ色を帯び、さらに毛足の長いカビに覆われてグレーに変化していく様は、まさに微生物の為せる神秘でした。

研修4日目 5月30日 ㊦

Gabriel Coulet

研修4日目は、ロックフォールの見学です。現在7社あるロックフォールの熟成会社の中のひとつ、ガブリエル・クーレ社を訪問しました。初めに製造所を見学。羊のミルクの季節に合わせて、ロックフォールの製造は年末から6月30日までなので、今回は製造を見学することができて幸運でした。特製の機械でデリケートにカットされたカードはつややかで均一に丸みを帯びて美しく、手に取ると表面はしっかりとしています。このカードが優しく丁寧に型詰めされる様子を見て、なるほどこの隙間に青カビが生えるのだと実感しました。

グリーンチーズができるまでを見学した後は、チーズ愛好家なら誰でも一度は訪ねてみたい場所、ロックフォール・シュル・スールゾン村に向けて移動。世界中に輸出されているチーズの王様ロックフォールをすべて熟成しているとは思えないほど小さな村で、熟成会社7社が向かい合って並ぶ通りに立っても、その地下深くまで洞窟の熟成庫が広がっているとは想像できません。細い階段から地下に降りると、ひんやりと肌を撫でるような微かな風の流れを感じます。これがまさに「フルリーヌ」！ここで熟成するガブリエル・クーレ社のロックフォールのこだわりは、隅々までしっかりと青カビを繁殖させることだそうです。それによ



左から／ロックフォール・シュール・スールゾン村のガブリエル・クレー社の熟成庫の上にそびえるコンブルー山。白く石灰岩質の岩肌が見える。地下の洞窟のカーヴで熟成具合をチェック。見学後はカーヴ内でテイasting。Roquefort以外にもすべて羊乳製チーズだった

て滑らかな食感としっかりとした味わい、甘さを感じさせる旨味が生まれるとのこと。ガブリエル・クレー社のロックフォールの高級感の理由に納得でした。

研修5日目 5月31日 金

Maison Mons Cave Saint-Haon-le-Châtel Tunnel de la Collonge

研修最終日は、まずMons社の本社のあるSaint-Haon-le-Châtelのカーヴを視察。納品されてきたチーズは状態を見たと、水分が多ければ乾燥させるなどの手当てをしたのち、タイプ別に温度、湿度の異なるカーヴで熟成されます。数多くの種類のチーズを熟成するMons社では、それぞれのチーズに合った作業を施し、世界各国へと送り出しています。大型のハード系チーズはSaint-Haon-le-Châtelから車で15分ほど離れたTunnel de la Collongeで熟成しています。ここは使われなくなった鉄道のトンネルを活用した熟成庫で、チーズの並ぶ棚は「1号車、2号車…」と列車に因んだナンバーが振られ、号車と棚の段によって全てのチーズのロットが管理されています。また、自然の温度、湿度を最大限利用し、環境に配慮した作りになっていました。

カーヴには研修のためのスペースがあり、昼食を兼ねてチーズのテイastingを行いました。両方のカーヴで熟成されたチーズを最高の状態で食べることができ、研修とはいえ至福の時を過ごしました。

そしてカーヴの入り口にはオリエント急行を模した列車が据えてあり、実はこれがMons Formationの本部だったのです！

5日間の研修を終えて修了書が授与された後、この遊び心たっぷりでおしゃれな本部の前で記念撮影を行い、研修のプログラムは終了しました。

6名の受講生は、5日間を可能な限り有意義なものにしようと、終始熱心に研修に取り組みました。青カビタイプという1つのタイプのチーズに特化することによって、同じオーヴェルニュ地方の中にあってもそれぞれの背景による造りの違いを知ることができ、それがすべてのチーズに対して言えるのだと理解できました。

また、滞在の間、いつもの年であれば晴天が続くはずのこの時期に、快晴からわか雨と、目まぐるしく天気に変化することに驚きました。温暖化の影響で雨が降る影響で、干し草が乾かず冬のための飼料作りがはかどっていないとのことでした。そして、コロナ禍以降、外食するよりも自宅で家族や親しい友人と過ごす時間が大切にされるようになり、消費動向も変化したそうです。チーズの伝統国フランスにおいても、チーズをめぐる状況は今までに急激に変化していることを感じる事ができました。

不安定な世界情勢や為替の状況から、フランスでの研修を企画・実施することはハードルが高いのですが、実際に訪問することで、生産者が語る生の言葉や製造所内の温度、湿度、香りを感じることは、座学で得た知識を立体的に理解できる貴重な機会だと考えています。9月に予定していた本年第2回目のフランス研修は最少催行人数に満たずに行うことができませんでしたが、来年度も実施方法を検討し、現地での研修を続けていきたいと思っています。



上左／古いトンネルを利用したMons社のカーヴ。上右／トンネルカーヴのなかの研修室でランチを兼ねたテイasting。右／トンネルカーヴの前にはオリエント急行の車両を模したMons Formationの事務所がある。おしゃれで遊び心のある外観、内装に感動！



研修も無事終了！ 修了証を手に、Laurent Mons氏を囲んで記念撮影

ロアンヌ郊外のハイパーマーケット。ローカルなチーズのコーナーが充実している



Fromagerie

チーズ伝統国のチーズショップ

研修では、毎日、さまざまな形態のチーズショップを訪ねました。

Maison Monsのお店は、場所によって品揃えや陳列方法が異なります。モンブリソンの店舗はブルーチーズが目立つところ並べられており、フルム・ド・モンブリソンが数種類置いてありました。本社のあるロアンヌの常設市場にある店舗では、この地域の伝統的なグレーのカビを纏ってセックになったシェーヴルが人気だそうです。



Maison Mons
モンブリゾン店



Maison Mons
サンティエヌ店



Maison Mons
ロアンヌの常設市場店
(Maison Monsの最初のお店)



Maison Mons
シャルル・ド・ゴール空港内の
店舗



研修中の食事勉強の一環です。この地方の伝統的な料理や最近のトレンドのレストランなど、フランスの(オーヴェルニュ地方の)食文化を体験する重要な機会です。ただし、日本人の私たちには量が多くて大変でした…

C.P.A. — Mons Formation

教育プログラム

フランス研修レポート 2025.9.28-10.3

フランスのチーズ教育機関 Mons FormationとC.P.A.が提携して行っている研修プログラムは、日本で認定講師が行うStep1、Mons Formation最高責任者ローラン・モンス氏が来日して行うStep2、そしてフランスで行うStep3の三段階で構成されています。今回5名の参加者が、9月29日から10月3日までの5日間、シェーヴルタイプのチーズの生産者訪問を中心に、酪農場、熟成庫、各種チーズ売り場などを視察。Step1・2で学んだ内容を現地で体験し、理解を深める貴重な機会となりました。



文・写真 水野 礼

la veille

9月28日⑧ 前日入り

研修が始まる前日の夕方、参加者はそれぞれのルートでロアンヌ (Roanne) に到着。到着後、アルザス料理のレストランで夕食をとりました。ひと皿の量は多かったけれども、参加者でシェアしながら親睦を深めました。翌日から始まる研修の話題に自然と花が咲き、和やかな雰囲気の前夜を過ごしました。



Premier jour

9月29日⑨ 研修1日目 Mons本社見学とトンネルカーヴ視察

初日はMons本社で、会社の歴史と事業内容について説明を受けました。Maison Monsは1960年に小売業として創業。現在の社長はローランの息子、ジュルで3代目です。創業以来、徐々に取り扱うチーズの種類・数量を増やしていき、現在では、年間約1,200トン・150種類のチーズを取引しています。製造所は3カ所あり、取り扱いの約20%を自社で製造しているとのことでした。

熟成庫では、受け入れ時のチーズを手の感触で水分量を確かめながら選別する様子を見学しました。同日に納品されたチーズでも状態が異なるため、慎重に見極めて仕分けるとの説明がありました。

- ・Mons本社 @Saint-Haon-le-Châtel
- ・トンネルカーヴ @Ambierle
- ・Domaine Sérol @Renaion

その後、廃線トンネルを利用した全長250mの自然熟成庫「トンネルカーヴ」を訪問。温度・湿度が安定した環境の中で多くのチーズがゆっくりと熟成されていました。

見学後は、8種類のシェーヴルチーズをテイスティング。それぞれの熟成状態や地域差による風味の違いを比較し、香りや塩味、酸味のバランスを確認しました。

午後は、コート・ロアネーズを代表するワイナリー「Sérol」を訪問。ガメイ、ヴィオニエ、シュナン・ブランを栽培しており、アンフォラ、ステンレス、コンクリート、木樽を使い分けて醸造しています。見学後はロゼ、白、赤、スパークリングの4種を試飲し、ワインの個性と気候の影響について理解を深めました。

夕食はモダン・フレンチレストラン「O'Tempo」にて。ポールペッタ(肉団子)やニョッキなどを中心に地元産ヴィオニエを合わせて楽しみました。



Picodon
Tomme de Pébre d'Ai
Lingot des Causses
Ovalie Cendrée
Montesquieu
Auzanne Cendrée
Barriquet
Bethmale de Chèvre



左/廃線トンネルを利用した自然熟成庫「トンネルカーヴ」
中/テイスティングしたシェーヴル。熟成や地域などすべて異なる
右/それぞれの特徴を確かめながら熱心にメモをとる



Deuxième jour

・Dubois Boulay @Chavignol

9月30日🌀 研修2日目

シャヴィニヨル熟成会社「Dubois Boulay」訪問

ロアンヌから車で3時間、AOPクロタン・ド・シャヴィニヨルの熟成を行う老舗「Dubois Boulay」(1896年創業)を訪問。近隣40km圏内の9軒の農家から集めたチーズ(カード)を熟成し、顧客の求める味わいに合わせて出荷しています。モールドを農家に貸与し、モールドに入ったままの状態を引き取ることで衛生性とサイズの均一化を保っている点が特徴です。

現場では、受け入れ・加塩・検査・熟成の各工程を順に見学。熟成の段階ごとに条件の異なる熟成庫に移すため、それぞれの熟成庫のチーズをみることで熟成の経過を追えるという貴重な体験ができました。

テラスでのテイスティングでは熟成12日・24日・45日・2カ月のシャヴィニヨルを比較し、さらに3つのチーズ、Sein de Nounou(山羊乳製)、Galet Bleuté(山羊乳製)、Santrange(牛乳製)も試食。乳種の違いによる風味やテクスチャーの変化を直接味わい、それぞれの個性を体感しました。

昼食はサンセールのレストランで地元料理を楽しみました。

日本でもファンの多いDubois Boulayを訪問。
シャヴィニヨルの熟成違いなどテラスでいただきました



Troisième jour

・Altichèvres @Violay

・Dragonnet @Saint-Victor

10月1日🌀 研修3日目

山羊とともに暮らす生産者たち

午前はヴィオレ(Violay)の山羊乳生産農家「Altichèvres」を訪問。フレデリックさんとマガリさん夫妻が150頭の山羊を飼育し、搾乳した乳はMonsへ供給され「Barriquet」の製造に使用されています。希少種であるマシフ・サントラル種を中心にアルパイン種・ザーネン種を飼育し、ガチョウや七面鳥も併せて飼っています。山羊の飼育の難しさや個体差の扱いについて説明を受けました。

昼食はサン・フェリシアンのおーベルジュで地元料理を堪能。

午後は「Dragonnet」を訪問。ヤニックさんが希少なプロヴァンサル種120頭を200haの放牧地で飼育し、未殺菌乳からチーズを製造しています。1日100リットルの乳を用い、ほとんどの工程を手作業で行うとのこと。製造したチーズはMonsで熟成され、日本向けにも「Dragonnet(ドラゴネット)」として輸出販売されています。

この日はカルパントラ(Carpentras)に移動し宿泊しました。



上/フレデリックさんとマガリさんからの説明を伺う
左/かぐわしい牧草の香り
右/マシフ・サントラル種の山羊

Dragonnetではプロヴァンサル種の山羊を放牧。チーズはほぼ手作業で製造を行っているとのこと



Quatrième jour

- Banon Fermier @Simiane-la-Rotonde
- Fromagerie de Banon @Banon

10月2日(木) 研修4日目

さと バノンの郷で伝統の味に触れる

早朝5時半出発。Simiane-la-Rotondeにあるフランソワさんとバネッサさんの農場を訪問しました。ロヴ種の山羊を飼育し、朝夕2回搾乳しています。参加者は手作業での搾乳体験もでき、搾りたてのミルクを試飲すると、甘く濃厚な味わいでした。この日は酸凝固タイプのチーズ、「Rove」と「Mistral」を製造。スターターには前日のホエイを使用し、塩はゲランド産の有機塩。栗の葉の巻き方も教わり、参加者自身でも体験しました。

続いて、AOPバノンを製造する「Fromagerie de Banon」(エトワール・グループ)を見学。1958年創業、従業員23名、10軒の山羊乳農家と契約し、年間1,200トンのミルクを使用して187トンのチーズを製造(うち50トンがAOPバノン)。これまで訪問した生産者と比較するとやや規模の大きい生産者でした。

見学後のテイスティングでは、6種のチーズを試食。熟成度による風味の変化を確かめ、製法ごとの特徴を比較しました。

昼食はバノン村のレストランで地元料理を楽しみました。シンプルな料理ながら、食事を通して土地の文化を実感し、午後にはロアンヌへ戻りました。

AOPバノンの造り手としては
やや大手の工房も見学



Cinquième jour

- GAEC DU LEVAIN @Deux-Grosnes
- Maison Mons @Villefranche-sur-Saône

10月3日(金) 研修5日目

チーズのある暮らしを感じて

最終日はDeux-Grosnesにあるブーランジュリーを訪問。ご夫婦で営む農場兼工房では、パンとチーズづくりが生活の一部として自然に溶け込んでいました。

ご夫婦で運営する農場では、もともと有機栽培の穀物からパンを製造していましたが、4年前から奥さんの希望で山羊を飼い、チーズ製造を始めました。アルパイン種61頭の山羊を飼育し、朝夕2回の搾乳から得た1日120リットルの乳でシャロレタイプの「Saint-Christophe」などを製造。地域循環型の生産と暮らしが結びついた環境でした。

昼食はボージョレ地方の「ジョルジュ・デュブッフ」運営レストランでとり、午後はMonsの新ブティックとロアンヌ市場を見学。これまで訪れた生産者のチーズが実際に販売されている様子を確認しました。

夜はロアンヌのレストラン「Le Central」で研修の締めくくりとなる夕食をとり、ローランから修了証が一人ひとりに手渡されました。

環境に記した農場を訪問し、土地が育むチーズの文化を実感しました





旅の締めくりに Villefranche-sur-Saône にある Maison Mons の新しい店舗を訪問。これまでに訪問した生産者のチーズがベストな状態で陳列されていた

おわりに

5日間の研修を通じ、シェーヴルチーズというひとつのカテゴリーを軸に、地域や気候、生産規模の違いが生む多様なスタイルを直接学ぶことができました。それぞれの生産者が自然と共存しながら、自らの信念に基づいてチーズづくりを続けている姿に触れ、書面では得られない“現場のリアリティ”を実感しました。

一つひとつの訪問先で感じたのは、フランスの生産者たちが日々の試行錯誤を重ねながら、自らの土地とともに“自分たちの味”を守り続けているということです。ミルクの温度、発酵の香り、熟成庫の湿度——そのすべてがチーズの個性を形づくっていました。

参加者は、Step1・Step2で得た知識を思い出しながら現場を訪問し、その理論がどのように息づいているのかを肌で感じ取りました。さらに、「この経験を自分の仕事や講習活動に活かしたい」「次回は、別テーマでもぜひ参加したい」といった前向きな声もあり、本研修が今後の活動に確かな刺激を与えたことがうかがえます。これまで学んできた知識を「点」から「線」へ、そして「面」へと広げていく実践的な学びがここにあります。

Step3のフランス研修は、チーズを“学ぶ”ことを超え、フランスの文化と生産の現場を自分の目で確かめるプログラムです。現地での五感を通じた体験は、今後の学びにおいても確かな糧となるでしょう。ぜひ実際に現地へ足を運び、現場の空気を肌で感じてください。そこで感じるすべてが、チーズを理解する手がかりになります。この研修で得られるのは、単なる知識ではなく——現場でしか得られない実感で、深く記憶に刻まれるものになるはずです。



研修を終えローランに修了書を渡された参加者の皆さん。現地で学んだ体験をいかし、今後のご活躍を期待しています

Coming Soon

2026年度「Mons Formation フランス現地研修」

— 本場で学ぶ5日間 —

フランスのチーズ教育機関Mons FormationとC.P.A.が連携し、毎年高い評価をいただいているフランス現地研修を、2026年も実施いたします。現在、より参加しやすいプログラムとなるよう一部リニューアルを検討しております。研修では、生産者訪問、熟成庫見学、テイスティング、地域料理の体験など、多面的に“生きた知識”に触れることができます。皆さまのご参加をお待ちしております。

【シェーヴル研修】

2026年5月25日(月)～29日(金)

【ブルーチーズ研修】

2026年9月7日(月)～11日(金)

※ 申込方法・スケジュール詳細、募集開始の情報は、C.P.A.公式HP・Facebook・Instagram・公式LINEで発表します。まだ登録されていない方は、この機会にフォロー・友だち追加をお願いいたします。