

報道関係各位

2025年1月22日

ホクレン農業協同組合連合会

寺田心さん、大人っぽい新たなビジュアルを初公開！

ミルクランド北海道 新CM『冬のご自愛ミルク』放映・配信開始  
～アレンジホットミルクレシピなどを掲載した特設サイトも公開～

ホクレン農業協同組合連合会(本所:札幌市中央区北4条西1丁目3番地、代表理事会長:篠原 末治、以下:ホクレン)は、1月22日(水)より、俳優・寺田心さんを起用した新CM『冬のご自愛ミルク「しちゃいません?」篇』を放映・配信開始いたしました。また、北海道産牛乳をふんだんに使用した冬のご自愛アレンジホットミルクレシピや北海道牛乳の冬にまつわる豆知識などを掲載した特設サイトも公開しています。



ホクレンは、北海道の酪農家約4,400戸の拠出金から成る北海道産牛乳・乳製品の需要拡大運動「ミルクランド北海道」の一環として、“Z世代”をメインターゲットに、牛乳・乳製品の需要が低下する冬～春先の期間で「ご自愛ミルク」をテーマに冬期プロモーションを展開していきます。

寒さが厳しく体調を崩しやすい時季に、乳脂肪が増えてコクが増す冬ならではの北海道産牛乳で作る特別なアレンジミルクで、頑張る自分をいたわる(=ご自愛)ことを提案し、何かと忙しい普段の生活の中で、牛乳を飲むことで自身のクオリティ・オブ・ライフ(QOL)向上に寄与していくことを訴求していきます。

新CM『冬のご自愛ミルク「しちゃいません？」篇』では、高校生になり、さらに大人っぽさを増した寺田心さんが、「目覚めのストレート」、「もうひと頑張りのカフェオレ」、「お休み前のホットミルク」など、日常の様々な場面で、「ご自愛ミルク」として北海道産牛乳を摂取しながら、寒い冬の季節に自分を労わり、鼓舞するシーンをオリジナルBGMに合わせて描いています。オリジナルBGM「ご自愛ミルク」はTikTokのフリー音源としても使用可能ですので、「ご自愛ミルク」で楽曲検索し、ぜひみなさんの「ご自愛ミルク」を発信してください。

可愛い子役のイメージから、かっこいい青年にイメージチェンジした寺田心さんの起用は、“馴染みはあるが、昔からあまり変わらない牛乳”のイメージを、“自分らしいライフスタイルに寄り添い、QOLをアップさせる飲み物”へイメージチェンジさせたいという、今回のプロモーションの狙いとリンクしています。本プロモーションを通じて、北海道産牛乳・乳製品の消費をZ世代中心に拡散していき、継続的な需要に結びつく展開を目指してまいります。

「冬のご自愛ミルク」特設サイト URL : <https://www.milkland-hokkaido.com/gojiaimilk/>

●ミルクランド北海道 冬のご自愛ミルク「しちゃいません？」篇 (30秒)



タイトル：冬のご自愛ミルク「しちゃいません？」篇

放送開始日：2025年1月22日（水）

放送エリア：北海道

CM : <https://youtu.be/iXz5hCsZLRo>

メイキングムービー : <https://youtu.be/EGBNA5Scx0Q>

●撮影エピソード

ベージュのロングコート身を包み、爽やかに現場に入られた寺田さん。髪形を変え、前回のCM撮影からさらに大人っぽさを増した寺田さんに、スタッフ一同驚きながらも、和やかな雰囲気での撮影がスタートしました。撮影では、寺田さんが様々なアレンジで牛乳を飲むシーンを撮影。休憩中には、撮影で使用したコップ1杯の牛乳を一気飲みする場面も。「そんなに飲んで平気ですか？」というスタッフからの質問に、「全然、2Lくらいはいけます。まだまだ序の口です。」と余裕の一言でスタッフを驚かせました。寝起きのシーンや、料理をするシーン、寝る前のオフ姿のシーンなど、高校生となった寺田心さんの日常を垣間見るような撮影となりました。



●インタビュー

Q. CM撮影の感想を教えてください。

普段の自分のイメージとは異なる衣装を着たり、新鮮な気持ちで取り組むことができ楽しかったです。

Q. この冬トレンドな「牛乳の飲み方」を教えてください。

ホットミルクや、牛乳の上にシナモンやはちみつを入れたり、色々あるんですけど、伝えたいこととしては、牛乳を飲むことに捉われるのではなく、寒さが厳しく免疫も下がるこの冬の季節に、いかに牛乳を摂取するかということを考えてほしいです。例えば、牛乳でご飯を炊くのも、ご飯が甘くなって意外と美味しいんです。また、牛乳に味噌を溶かして、「ミルク味噌汁」みたいに飲むのも美味しいです。牛乳の可能性は無限大なので、まずは色々試してほしいです。また、僕と同じ高校生の皆さんは、友達とパーティする際に、牛乳を使った料理を作るとか、そういう楽しみ方もおすすめです。

Q. 最近の“ご自愛エピソード”を教えてください。

「一人でカフェ巡り」です。僕は比較的一人で行動することが好きで、家で牛乳を使って料理をすることも好きなのですが、最近、家の近くを歩いてみたり、電車で遠くに行ってみたりして、行ったことのないカフェに行くことにはまっています。カフェでは、カフェラテやホットミルクと一緒に、チーズケーキなどのスイーツを食べて、一人時間に浸って帰るというのを最近よくやっています。

Q. 高校生活はどうか。

高校生になり色々しっかりしなければならない場面も増えてきましたが、楽しんでます。勉強は比較的ぎりぎりにやるタイプです(笑)。身長は、2024年の1年間で大体8センチほど伸びました。高校3年生くらいまでは伸びると考えて、180センチいくかいかないかくらいかなと。牛乳は変わらず毎日飲んでいて、1日1パックは消費していると思います。朝昼晩の料理に使ったり、寝る前はホットミルクで飲んだり、筋トレが好きなのでプロテインを牛乳で割って飲んだ

り、毎日様々なシーンで牛乳を摂取しています。バスケ部なので、骨にも気を付けないといけないので、牛乳は今後も飲んでいきたいです。

**Q. 2025 年の抱負は？**

「感謝」です。今まではどんどん挑戦をしていきたいという気持ちが強かったのですが、成長する中で、人と人との繋がりや、一つ一つの出会いに感謝をする場面が増え、そういった場をより大切にするとという意味で「感謝」の1年にできればと考えています。こうして牛乳の素晴らしさを伝えていけることも、当たり前ではないと思うので、「感謝」を忘れずに生活していきたいです。

**【寺田心さんプロフィール】**

2008 年生まれ。CM で注目を集め、ドラマ、映画、バラエティー番組などで活躍。主な出演作に、2017 年 NHK 大河ドラマ『おんな城主直虎』虎松を演じ、近年では『ひきこもり先生シーズン2』『相棒 season21』『ブラックポストマン』などに出演。

2018 年には映画『ばあばは、だいじょうぶ』で主演、ミラノ国際映画祭外国語部門にて最優秀主演男優賞を受賞。

2023 年 12 月公開『屋根裏のラジャー』では主人公ラジャーの声を担当。

2023 年度前期連続テレビ小説『らんまん』では山元虎鉄を演じ、現在は、NHK 大河ドラマ『べらぼう～蔦重栄華乃夢噺～』に田安賢丸（松平定信）役で出演中。



**「冬のご自愛ミルク」特設サイト公開**

「冬のご自愛ミルク」では、北海道産牛乳をふんだんに使用した冬のご自愛アレンジホットミルクレシピや北海道牛乳の冬にまつわる豆知識などを紹介しています。



アレンジレシピ（ご自愛ミルクカクテル）



アレンジレシピ（ご自愛ミルクレシピ）



北海道牛乳の豆知識

---

【ホクレン農業協同組合連合会について】

北海道産の農畜産物の集荷・加工・流通・販売や、生産者の農畜産物生産に必要な機械・器具・肥料・飼料などの資材、生産技術、情報の提供を目的として、農協により組織された連合会です。

---

【ミルクランド北海道について】

世界に誇る一杯を。



北海道酪農を盛り上げ、北海道産牛乳・乳製品の消費を拡大することを目的として、ホクレンへ生乳を出荷する酪農家の拠出で実施されている運動です。北海道産生乳の品質が世界最高水準であることから、『世界に誇る一杯を。』をキャッチフレーズに展開しており、「牛乳でスマイルプロジェクト」にも参加しています。

■ミルクランド北海道：<https://www.milkland-hokkaido.com/>

■牛乳でスマイルプロジェクト：[https://www.maff.go.jp/j/chikusan/gyunyu/lin/gyunyu\\_smile.html](https://www.maff.go.jp/j/chikusan/gyunyu/lin/gyunyu_smile.html)