



平成 16 年 10 月 15 日発行

事務局 飯能市商工観光課内
☎973-2111 内線 197

消団連の「料理講習会と食品の話」

飯能市消団連では6月19日(土)に南高麗福祉センターで『料理講習会と食品の話』を行いました。以下にその概要をお知らせします。

◇料理講習会

実習で作られた主な料理は次の通りです。

- * 卵10ヶで作る卵焼き
- * じゃがいもの丸ごと味噌煮込み
- * サモサ
- * 高野豆腐と野菜の煮物
- * チョコレートパンケーキ
- * 黒米と玄米ごはん
- * その他

数々の料理が並び非常に豪華なバイキングとなり、参加者の皆さんで楽しく頂きました。

◇食品の話

日本の栄養学はドイツから学んだもので、ドイツは北海道より北に位置します。ドイツでは小麦を主食とするしかなく、冬にその小麦をなるべく家畜に与えないで、家畜をつぶしてハム、ソーセージにします。日本の場合貧しいから米なのではなく、豊かな国なのでパンよりも米なのです。

また、今はやりの栄養素に配慮して食事を摂るとあれもこれも良い物だらけで、なにがなんだか分からなくなりますが(おもしろいTV現象)。それよりは「土産土法」でその土地でとれたものをその季節にいたたく事を心掛ける。そして日本は水と米の国なので、御飯を主として、副食に野菜・豆・魚

介又は卵1とする。

それでもハム、ソーセージはやめられないという人は、表示を良くみて添加物に気を付けて買うようにして下さい。

今の日本のハム、ソーセージは二番目に水飴が来ています。これは二番目に多く使われている原料ということになります。安く作るために、リン酸塩や水飴で水膨れさせているのです。

避けたい添加物としては次のものが挙げられます。

「ソルビン酸」

保存料です。保存料には必ず毒性があり、腐りやすい食品の証拠ですので避けま

「赤3」

着色料です。原料の質が悪い商品の着色に使われる傾向があります。

「リン酸塩」

水膨れにしても型くずれしない品質改良材です。カルシウムや微量重金属を身体に吸収させなくします。

「発色剤」

発ガン性の疑惑があります。たくさんじゃがいもや野菜と食べたり、唾液により突然変異性がなくなると言う報告も有りますので、若し食べるので有れば良く噛むように心掛けて下さい。スーパーで買うのであれば「無塩せきウインナー(発色剤無添加)」を選ぶようにしましょう。

また卵を買う場合には次の

点に注意しましょう。
* 一般の鶏は密飼いされていて病気になるやすいので、抗生物質を与えています。これを避けるために平飼いされている鶏の卵を選びましょう。

* 鶏のえさは、遺伝子組み替えのとうもろこしや大豆粕であったり、ポストハー

ベスト(収穫後農薬散布)されています。遺伝子組み換えやポストハーベストされていないえさ、できれば国産のえさを使っているとこの卵を選びましょう。
* 卵のからを水や洗剤で洗っていないものは日持ちしません。

講演会のお知らせ

食糧、環境、医療問題を中心に、新聞や雑誌、テレビなどで積極的に発言されているフリージャーナリストであり市民バイオテックノロジー情報室代表の天笠啓祐氏をお迎えします。

- ◇ 演題 「安全、安心な食生活とは？」
- ◇ 講師 天笠啓祐 氏
- ◇ 時 10月31日(日)午後1時30分～4時
- ◇ 所 中央公民館 和室
- ◇ 連絡先 飯能市役所商工観光課

埼玉県神泉村見学会のご案内

自然農法を行っている神泉村を見学しませんか？ 村の源泉・神泉水のお風呂(温泉ではありません)には、自然米のお昼を食べましょう！

冬桜(が咲いています)も楽しみましょう。

- 日程：平成16年12月1日(水)
- 08:30 飯能市役所玄関前集合
- 09:00 バス出発
- 12:00 冬桜の宿着
- 12:30 食事、入浴
- 13:30 森林インストラクターのお話
- 14:30 トウフ屋「豆腐」社長さんの案内
- 15:00 帰路 高速を使用
- 16:00 帰着

※①時間はおおよそのスケジュールです。
※②詳細は飯能市広報11月1日号に掲載します。
参加される方は飯能市役所商工観光課(村裏) ☎973-2111 内線197までお申込み下さい。

埼玉県西部地区消費者団体交流会の報告

「安全性、ごみが問題だParit III」

2004年7月13日 於川越地方庁舎

7月13日、川越地方庁舎において埼玉県西部地区消費者団体交流会が開催され、「安全性、ごみが問題だParit III」というテーマで、元名古屋大学教授、遺伝子組み替え情報室代表の河田昌東氏による講演「食と健康・カドミウム汚染、放射能汚染、遺伝子組み替え」が行われました。以下にその概要をご紹介します。

◇カドミウム汚染

カドミウムは工業原料として大変有用な金属ですが、同時にイタイイタイ病の原因物質として大きな問題を起こしてきました。わが国のカドミウム規制基準は、国際基準に比較してたいへん緩く、そのため低濃度の汚染米が市場に回り、日本人のカドミウム摂取量は、健康への影響が心配される水準にあると指摘されています。また、公害病の認定基準にまでは至らない多くの汚染地域で、カドミウム腎症の多発が報告

されています。

日本のカドミウム消費量は世界一です。毎年3千トンも国内に累積されています。これに電池などのカドミウム使用製品が、ゴミ焼却施設や埋立地において巨大な汚染源となつていきます。

お話をうかがい、私たち消費者はこの状況を良く認識し、今後はカドミウム消費の削減や回収サイクルに努めるとともに、カドミウム低濃度汚染も視野に入れて健康調査と対策に関心を寄せていく必要があると感じました。

◇放射能汚染

河田先生は長年チェルノブイリ救援の活動に関わっていらつしやいました。1986年に起こったチェルノブイリ原発事故での放出放射能は広島原爆の500倍ともいわれています。いまだに汚染地域には多くの人々が暮らし、彼らの間に甲状腺がんや白血病など免疫力低下による様々な病気が増え

ています。

しかし最近もつと恐ろしい事実がわかってきました。それは、この地方の子ども達に、セシウム137の土壤汚染に関連する遺伝子の突然変異が高い確立で起きていることが明らかになったことです。(セシウム137の半減期は30年で、土壌中の残留放射能は399年経つてやっと1000分の1になります。)この遺伝子の突然変異は遺伝子情報として体内に組み込まれ、次世代に引き継がれていくということです。被曝は本人の病気にとどまらず、子々孫々、人類の存続にまで関わる問題であったということがわかり、汚染地域にすむ人々に暗い影を投げかけています。原発を多く抱え、トラブルが続発しているわが国にとって、チェルノブイリ原発事故とその後の恐ろしい結果は、決して他人事ではありません。

◇遺伝子組み替え作物の影響

遺伝子組み替え作物の付けは昨年度の時点でアメリカ、アルゼンチン、カナダ、ブラジル、中国などで計1770万ha、日本の面積の1.8倍にまで拡大しています。しかしながらここに来て、遺伝子組み替え食品の脅威のひとつとして心配されていた事態が、現実のものとして確認されました。これまでは企業のデータを鵜呑みにして、組換え遺伝子や蛋白質は腸内の消化酵素によって短時間に分解され、問題が残らないと信じられてきました。しかし、一昨年英国の食品規格準庁が大学に委託して行った実験の報告では、実験で除草剤耐性大豆を食べた全員の便から未分解の除草剤耐性遺伝子が見つかり、数名からは除草剤耐性菌が見つかったのです。

この結果は、抗生物質耐性遺伝子組み替え作物を食べれば体内に抗生物質耐性菌が派生する恐れがあるというものであり、さらには、新たな薬剤耐性菌の出現や、現在院内感染などで問題になっているMRSA(メチシリン耐性黄色ブドウ球菌)などの多剤耐性病原菌の蔓延

を助長するなど、より深刻な影響も考えられるということがあります。遺伝子組み替え作物が人間の健康に大きなリスクがあるということがわかったのです。

ちなみにアメリカでは、年間3人に1人が食中毒にかかっていて、食中毒による死者が年間5000人もいます。日本では年間3、4人です。原因として、家畜の飼料に抗生物質を入れ、除草剤耐性の遺伝子組み替え飼料を使うことにより、食肉を通して抗生物質耐性菌を体内に持つようになった人が多く、抗生物質が効かなくなつてきているのではないかとされています。お話をうかがい、遺伝子操作することの恐ろしさを痛感しました。カドミウム汚染、放射能汚染、遺伝子組み替え・・・このタイトルの間には因果関係はありませんが、このどれもが遺伝子を傷つけるという点で共通しています。遺伝子が傷つくということは子々孫々まで被害が受け継がれていくということであり、その点を深く認識してこれらの問題に接していかねければと強く感じた一日でした。