

種から食卓へ

ベトナムの自然と人々の暮らしを守るために。
seed-to-table.org

特定非営利活動法人

Seed to Table ~ひと・しぜん・くらしつながる~



「食べる」「暮らす」にまじめなあなたへ発信する情報紙

食と生活ジャーナル

Dietary Life Journal

2015
1.20
Tue

www.svokutoseikatu.jp

発行所 / 有限会社びゅうらいふ・食と生活ジャーナル編集部 〒116-0001 東京都荒川区町屋 3-2-1 ライオンズプラザ町屋 115 ■販売 / (株) 日流プランニング
企画・編集 / 健康情報ビジネス出版株式会社・健康ジャーナル編集部 ■2015年1月20日発行号 ■問 / TEL.03-5855-1190 FAX.03-5855-0251

身近な「食・リテラシー」を身につける

年間7割以上が1月～3月期に発生

出典：厚生労働省

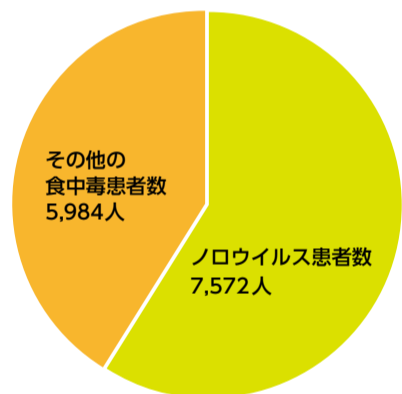


食中毒発生事例 (速報)

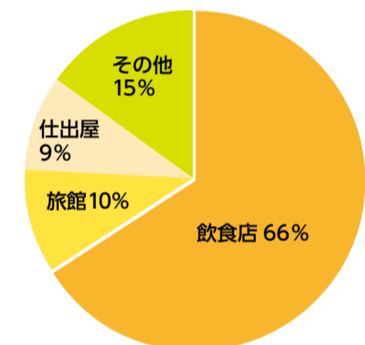
平成 26 年 (2014 年)～平成 27 年 (2015 年) 1 月 5 日までに厚生労働省に報告のあった事例より「ノロウイルス」の患者数をピックアップ。

食中毒患者数の総合計 1万3,556人

平成 26 年 1 月 1 日～27 年 1 月 5 日までに厚生労働省に報告のあった事例



ノロウイルスが発生した原因施設



冬に多発するノロウイルスに注目

厚生労働省発表・食中毒発生事例「速報」より

「冬の食中毒」と呼ばれるノロウイルス最盛期の今、厚生労働省から発表された「食中毒発生事例」(速報)を見ると、昨年1月から2015年1月5日までの間にノロウイルスと診断された患者数が、1月～3月の間に集中していることが改めて読み取れた。速報資料を元にその一部を解析してみる。

1月23日、インフルエンザの患者数が全国5千の医療機関で、1月12日～18日の間に201万人に達したとの推計が発表され、厚労省では「流行のピーク」に入ったとみられる旨が伝えられたが、この時期ももうひとつ気を付けたい感染症が「ノロウイルス」だ。
昨年1月から、本年1月5日までの間に発生した「食中毒発生」の事例が速報として厚労省より公開されたが、そのデータを見てみると「冬の食中毒」という別名の通り、1月～3月までの間に発生事例が多発していることが改めて読み取れた。
左記の棒グラフでは、先述した期間内の「ノロウイルスの患者数」をピックアップしてみたい。ご覧の通り1月に4,534人の患者数があげられ、全体数7,572人(ノロウイルス患者数)の約60%が1月期に集中していたことがわかる。この月に印象深かった事例が、1月15日に浜松市で発生した給食で出された食パンが原因だった件だ。

浜松市内の事業所で取り扱われた食パンが市内広域の学校に納入されたことで、複数の学校の児童や教員が感染した。結果、撰食者8027人、その内患者数1271人という事態で、浜松市内では過去最多、また静岡県内では過去3番目に多かった事例として、国立感染症でも「従事者の不顕性感染や学校給食の安全確保の問題等、示唆に富む事例であったためここに報告する」とされ、取り上げられている。また、ノロウイルスは左記の



東京都福祉保健局が配布している事業者向け「ノロウイルス」防止呼びかけポスター。この他に一般向けもある。同様に予防に際しての対策や、もし罹ってしまったら対処法なども理解できるパンフレットなども公開している。
<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp>

ノロウイルスの主な感染源は「牡蠣(カキ)」など二枚貝の内蔵に潜んでいるとされるので、牡蠣を食べるときに注意をすればいいのかもしれないが、それだけではない。最も注意を必要とするのが、人から人への二次感染だ。患者からの直接感染はもろろんのこと、間接的な感染経路も注意しなくてはならない。例えば罹った患者が使用した公衆便所などで、飛散した便やトシヤ物がしっかりと洗浄されずに乾燥して空気中を浮遊することとなる。そのウイルスを吸い込む、または手についた状態のまま食事などをすれば、鼻や口から感染するという流れだ。
もともと抵抗力が強いウイルスである上に、冬で乾燥した空気が混ざって浮遊することなどが感染拡大の一因と考えられている。だからこの時期、重要となるのがやはり「手洗い」である。しっかりと実行すること。ただし石けんでウイルスは死滅しないので、あくまでも「洗い流す」という意識を強く持って手洗いをした方がよさそう。

さまざまな理由によって膨大な食べ物が捨てられている一方で、食べ物に困っている人がいます。



私たちは、食べたいのに食べられない人たちに、食べ物を届けています。

Food for All people

すべての人に、食べ物を。



SECOND HARVEST
セカンドハーベスト ジャパン

セカンドハーベスト・ジャパン / Second Harvest Japan
〒111-0053 東京都台東区浅草橋4-5-1 水田ビル1F TEL: 03-5822-5371 / FAX: 03-5822-5372
Facebook: 2ndharvestjapan Twitter: @2ndharvestjapan www.2hj.org 2HJ 検索

※小紙・食と生活ジャーナルはセカンドハーベスト・ジャパンの活動を応援しています。本広告は弊社のCSR活動の一環として無償提供にて掲載しています。

身近な「食・リテラシー」を身につける

食と生活「ニュース」

子供たちに楽しく理解してもらったためのプログラム 「フードロスを知る食育ゲーム」 「もったない鬼ごっこ」とは!?

ハウス食品グループ本社（東京都千代田区）は、特定非営利活動法人ハンガー・フリー・ワールド（東京都千代田区）、博報堂（フードロス・チャレンジ・プロジェクト）らとタッグを組み、今や社会問題となっている「フードロス」についての問題を、体感・学習できる食育ゲーム「もったない鬼ごっこ」のプログラムを開発、発表した。

この「もったない鬼ごっこ」ゲームは「フードロス」がどのように発生しているのか、小学校低学年の子どもたちにもわかりやすく伝えると共に、日常生活における「食べる」ことへの

感謝の気持ちを大切に思ってもらえるようにと開発された「食育」のためのプログラム。

まず参加者はそれぞれが「食材」となり、「フードロスおに」から逃げるというシミュレーションプログラムで、まさに「鬼ごっこ」だが、ただ逃げる回るというだけではない。「食材」となった参加者は「加工」「流通」「消費」などと示された拠点をめぐり、ゴールである「人の口」へ食べてもらうことに到達することが目的。各拠点では「フードロス」に関するレクチャーを受けるが、そのレクチャーの内容によってハ

ンデを受ける参加者もある。例えば、「生産地では規格外品のニンジン」は捨てられてしまう可能性が高い」などのレクチャーがあった場合には、「ニンジン」役の参加者は「片足けんけん」で鬼から逃げる」というハンデを背負うことになるなど、拠点を通過するにつ



れて、ゴールへの道が遠くなっていく。あたりがこのプログラムの醍醐味ともなっている。

2011年に示された国際連合食糧農業機関報告書によると、世界では生産された食料の約3分の1（1年あたり約13億トン）が、人の口に入ることなく廃棄されてしまっている。また、日本でも、年間約1800万トンの食品廃棄物が排出され、このうちいわゆる「フードロス」とよばれる「本来食べられるにも関わらず廃棄される量」は500（平成21年度農林水産省推計）こうした現実を踏まえて、将来を担う子供たち、体を動かしながら楽しんでもらうとともに、よりわかりやすく「フードロス」を知ってもらおうというこの取り組み。ゲームの説明書や必要な素材などは、希望する教育機関やNPO団体などに無償で提供されるという。

協会展望 2015

食にまつわる関連協会・団体などの展望を紹介する当コーナー。今号では以前の紙面でもお伝えした「宅配水」にまつわる協会「一般社団法人 日本宅配水&サーバー協会（本部・東京都千代田区、☎03-5835-1125）」に注目。行政や有識者らと、ウォーターサーバーを安全に使用するための基準作りなどに取り組むという今年の指針などについて、同協会・芹澤卓道事務局長に話を聞く。

——今年度の大きな指針のひとつが「ウォーターサーバー」本体のチャイルドロックの改良と基準設定ということでした。

芹澤 お子様、またご高齢の方、すべてのユーザーにウォーターサーバーを安全にお使いただけ

るように、行政、有識者の方々、また消費者団体の方々などにご協力をいただきながら、誤操作防止の一環で「チャイルドロック」の改良と基準設定を目標としてきました。昨年の検討課題として挙げ

られていたのが、現在市場で使われているサーバーのチャイルドロックが、どのように機能しているかの調査方法について。各メーカーのオリジナルロックで最も有用な機構を調査することなどが方法として盛り込まれており、まずが、まずは実際に、対象年齢ごとのデータを収集してレポートをする方向でまわっております。

——それはユーザーの方に協力していただき、実験を行なってデータを回収するということですね。



協会により定期的に実施されているメンテナンス講習会の模様（平成26年東京）

芹澤 そうです。例えば3歳〜5歳のお子さんの平均的な力加減、それぞれの年齢に対するロックの強度などを数値的に算出するため

の実験を実施する方針です。実験で得られたデータは行政に提出すると同時に、新しいチャイルドロック機構の指針にした



芹澤卓道事務局長

——「ウォーターサーバー」のJIS規格化も推進されることでした。

芹澤 こちらは2〜3年で実現できるとはな行程で進めて参ります。今春に「電気ポット」や「電気冷水機」などの新JIS規格が公表される予定ですので、まずはその内容をよく読み合わせながら、このノウハウをウォーターサーバーに投影できるような検討を重ねていく予定です。

——今期のメンテナンス講習会の予定などは。

芹澤 昨年同様に、東京、大阪を中心に実施する予定です。時期や実施回数などは協議の後、協会ウェブサイトに公開いたします。

——ありがとうございます。

協会データ

〒101-0032 東京都千代田区岩本町3-11-8 イワモチョービル406号
TEL: 03-5835-1125 http://www.jdsa-net.org

食を真剣に考えるひとのための資格



食生活アドバイザー®の活躍のフィールドはとっても広い

- 生産、流通、販売などの現場で
- 医療・福祉などの現場で
- 飲食の現場で
- 学校、家庭などで

■食生活アドバイザー®資格検定基本情報■

■受験資格：
制限はありません。食と生活について包括的な学習がしたい方なら誰でも受けることができます。
※団体受験制度もあります。

■受験料(各税込)：
*3級*4,700円
*2級*7,300円
*3級・2級併願*12,000円

次回の検定日は
2015年7月12日(日)です

※2015年3月より願書請求開始

www.flanet.jp

食生活アドバイザー

検索

月曜日～金曜日 AM9:00～PM5:00 (土・日・祝日除く)
フリーダイヤル 0120-86-3593 TEL.03-3371-3593



一般社団法人

FLAネットワーク協会 (Food & Lifestyle Adviser)

食生活アドバイザー®検定事務局



全国で活躍する食生活アドバイザーの皆さんを応援します！

「食」の総合資格「食生活アドバイザー」として、全国で活躍する皆さんを応援する当コーナー。今回は長野県で「養鶏」に従事する一岡信吾さんを紹介。鶏のストレスを軽減するという「平飼い」など、こだわりの養鶏スタイルについて聞く。

「鶏がのびのびと育つという、こだわりの養鶏スタイルを実践されているんですね。」
一岡 はい。私が勤める会田共同養鶏組合では、新鮮な空気と太陽の光をたっぷり浴びることのできる「平飼い鶏舎」をはじめ、「開放



一岡信吾さん

長野県在住。情熱的に養鶏に取り組む。会田共同養鶏組合勤務。

型ケージ鶏舎」「ウインドレス鶏舎」など、鶏たちにストレスのかからない飼育方法を中心に取り組んでいます。中でも力を入れているのが「平飼い」で、一坪あたり15羽というのびのびとしたスペースで、鶏たちが元気に走り回っています。食生活アドバイザーとしても活躍されていますね。

一岡 「食アド」検定の際に学習したことで「食」に関する知識を多面的に得ることができましたから、結果的に養鶏に対しても広い視野で臨めるようになりました。特に

食生活アドバイザー活動記

「食卓の笑顔」を想像しながら こだわりの養鶏にかける

食生活アドバイザー・一岡信吾さん(会田共同養鶏組合勤務)

平飼い鶏舎では、良質の卵を生産するとともに、製品の安心、安全が絶対的に求められますので、その部分をより強く意識するようになりました。

「養鶏にかける思いをお聞かせください。」
一岡 昨秋から、組合の制度を活用して、より経営側の意識にたてるような「請け負システム」に挑戦しています。組織の一員では



ありますが、製品の善し悪しが直接的に自分の責任として評価されますので、これまで以上の真剣さが求められてきます。それでも、この取り組みに挑戦するのは、やっぱり養鶏の仕事が好きだから。思いが強ければ強いほど、きっと鶏たちにもそれは通じると信じています。私たちの卵が「食卓で笑顔を作る」ことを想像しながら頑張ります！

一岡さんが昨夏の「食アド交流会」に参加した際に配布した、ご自身が勤務する農事組合法人・会田養鶏組合(長野県松本市)の紹介パンフレット。「鶏の種類と歴史」「鶏舎のスタイル」「卵とGPセンター」「養鶏についての仕事」などがまとめられており、一岡さんが「養鶏」にかける思いがギュッと詰まったものになっていた。製品についての情報も。
<http://aida-egg.jp> (たまごの駅)



超高齢社会のための情報を掲載

「食と生活ジャーナル」では「生活サポート情報」として、シニアのための情報発信も行なう方針です。当コーナーではシニア層の「食」についての情報はもちろん、生活全般についての情報も幅広くお届けしてまいります！

東京都大田区で初めての 「サービス付き高齢者向け住宅」を開業

東京建物グループ

東京建物グループ(本社東京都中央区)では、介護サービス付き高齢者向け住宅「グレイプス大森西」(東京都大田区)を開業する。介護サービスは同グループの東京建物シニアライフサポートが提供する。

24時間・365日、介護スタッフが常駐することが特徴のひとつで、緊急時の迅速な対応が可能となる。さらに入居者の一人ひとりをサポートする「コンシェルジュ」が日中に常駐し、居宅介護支援事業所、訪問介護事業所、医療法人財団中島記念会大森山王病院と連携した訪問による診療や看護、介護、リハビリなど個々にあったサポートプランが提案されるという。また各部屋設置の「見守りシステム」、四季の食材を使った施設内厨房の食事

サービスなど、他にも挙げられる特徴が多数ある。

本物件は、東京都大田区で初めての「東京都サービス付き高齢者向け住宅整備事業(医療・介護型)」に選定されている。



◎様々な付加サービスが用意された「グレイプス大森西」。www.ttfuhan.co.jp

TV電話見守りサービスも付加 東京都中野区に「高齢者向け住宅」

大京

大京(本社東京都渋谷区、山口陽社長)では、東京都中野区で初めてのサービス付き高齢者向け住宅となる「かがやきの季(とき)・中野南台」(28戸)の入居を開始する。2月1日(日)より。本件は大京グループの第1号となる。

「かがやきの季(とき)・中野南台」の誕生は、大京の「都市部の高齢者に新しい暮らしを提供したい」という思いと、共同所有者(個人)の「地域に貢献できる資産として活用したい」という思いが重なることによって実現した。

高齢者向けサービスの内容としては併設されている訪問介護事業所(運営・ウイズネット)による「生活相談、安否確認、

緊急時対応、食事サービス」などの提供のほか、エクセリーベが提供する「テレビ電話による見守りサービス」なども導入される。



◎見守りサービスで活用される「テレビ電話」はエクセリーベの提供によるもの。またウイズネットによる生活相談、安否確認、緊急時対応、食事サービスなども提供される。www.daikyoo.co.jp

これは遠い未来ではなく、
わたしたちの将来の話です。

www.msc.org

水産資源や海洋環境を守り、将来も魚を食べ続けていくための
ひとつの答えがMSCの「海のエコラベル」です。

海洋管理協議会(MSC: Marine Stewardship Council)の厳正な環境規格に適合した漁業で獲られた水産物にのみ認められる証、それが「MSC ラベル」すなわち「海のエコラベル」です。



MSC 検索 MSC (海洋管理協議会) 日本事務所

〒103-0026 東京都中央区日本橋兜町 15-12 兜町 MOCビル 7階 TEL: 03-5623-2845 / FAX: 03-5623-2846

※小紙・食と生活ジャーナルはMSCの活動を応援しています。本広告は弊社のCSR活動の一環として無償提供にて掲載しています。

●新商品ウオッチング●

～充実した食生活に真剣なアイテムを探せ！～

サンスター

玄米と緑黄色野菜を「カレー」で手軽に

健康道場 かける一膳分くほうれん草カレー>

玄米と野菜の栄養を手軽に摂ることができて、さまざまな料理にもアレンジが出来るという便利な「レトルトタイプ」の「ほうれん草カレー」。商品名の「健康道場」は、サンスターの社員向け福利厚生施設『心身健康道場』の理念がベースとなって、健康食品ブランドとして誕生した。便利な個食仕様。1袋1食分に、玄米1膳分の栄養「食物繊維、マグネシウム、ビタミンB6、ナイアシン」などをバランスよく含み、さらに不足しがちな緑黄色野菜35gを含む。



【本社】大阪府高槻市 【価格】3,000円(税別・10袋入り)
 【発売日】1月20日 【問】0120-831-181

食プロフェッショナル

アイデア満載

もっと自然ごはん

1月のレシピ

2015

明けましておめでとうございます。僧侶として活動をしている望月美幸です。昨年5月からはじまった当連載も9回目。『作ってかんたん、見てうつくしく、食べて感動』をテーマに、今年も皆さまの健康に役立つレシピをご紹介します。私のレシピは肉や乳製品など動物性の食材や砂糖を使わずに、できるだけ土地の野菜や果物を使ったオリジナル。1月は長芋と柚子を使い、おもてなしにも使えるレシピをご紹介します。

～長芋グラタン～



- 【材料】4人分
- 長芋 200g
 - セロリ 10cm
 - オリーブオイル 大さじ1
 - 塩 小さじ1/2
 - 豆乳ソース
 - ・オリーブオイル 大さじ2
 - ・小麦粉 大さじ3
 - ・豆乳 2C
 - ・塩 小さじ1
 - ・ローリエ 1枚
 - ・麩 (おろし金ですりおろす) 大さじ3

【作り方】

①長芋は飾り用に薄切半月切り4片取っておき、あとは1センチ幅の拍子切りに、セロリは薄切りにする。②これらをフライパンにオリーブオイルと塩を入れて弱火で炒める。③豆乳ソースを作る。オリーブオイルと小麦粉、塩、2、3片にちぎったローリエを別の鍋に入れて、中火にかけ木じゃくしてかき混ぜる。④油がなじんだら豆乳を徐々に入れ、泡立て器に持ち替えて混ぜあわせ、沸騰してから約2分かき混ぜ続ける。ローリエは取り出す。⑤耐熱皿に「①」を入れて「②」のソースをかけ、上から麩、長芋スライスをのせて、200度のオーブンで約15分、こんがり焼く。

～柚子プリン～



- 柚子プリン【材料】4人分
- 柚子の絞り汁(約5.6個分) 60ml
 - 粉寒天 2g
 - 柚子の皮(細千切り) 4g
 - 豆乳 150ml
 - 米飴 200g
 - (※) 砂糖使用の場合は60g

【作り方】

①オーブンは200度で予熱しておく。②材料をボールに入れ、泡立て器でよく混ぜる。③耐熱容器がケーキ型を水で濡らし、「②」を流し入れて約20分焼く。粗熱がとれたら冷蔵庫で冷やす。④「③」を型から取り出し、好みの果物などを飾る。
 (※) 蒸し器を使って作るのもOK。

山梨県の北部では長芋を生産しています。知り合いの生産者さんから、はねだしを分けてもらいます。長芋は同じ大きさに切り揃えて出荷するので、残りが出るので。明野町のタテノファームの長芋はホクホクして、マッシュするとポテトのよう。薄くスライスして油で揚げ、塩を振るとまさにポテトチップス。今回のグラタンはローリエを使うのがポイントです。ローリエからは香りと共に、だしも出るよ

うで、クリームにココが出ます。ちぎるか、切り込みを入れて使います。ローリエパウダーでもOK。セロリは淡泊な長芋に味のインパクトを与えてくれます。苦手な方は人参などで代用してください。シンプルな材料ながら、食べごたえある一皿です。山梨県の増穂地区(富士川町)は柚子の里として知られていますが、初冬には山道のあちこちで見かけます。持ち主がいるのかいないのか、山の斜面に放置されているのを

見ると、高齢化・過疎という言葉がよくあります。「ひとつだけくださいね」木と頂戴すると柚子は、ひととき薫り高く感じます。生産者さんに聞いた、シンプルな柚子の食べ方は「まるごとザクザク切って、砂糖をまぶして食べる。こうすりゃいくらでも食べられるよ!」。アリコヴェール流に米飴で試しました。ほんと!皮も実も残さず食べられる。

望月美幸 (もちづきみこう)

神奈川県生まれ。山梨県韮崎市在住。娘のアトピー治療法を調べるうちに自然療法に出会い、天然酵母パンを学ぶ。1997年に山梨県明野町にてパン屋「アリコヴェール」を開業。国産小麦と天然酵母を使ったパラエティ豊かなパンは、遠方からも人々が訪れるほど人気。2007年に出家。2012年4月、僧侶としての修行のため休業。現在は、僧侶の活動のかたわら精進ブレッド製造や、月に一度パン屋もひらいています。全国出前講座受け付け中! miyu0538@gmail.com



写真: 中村節子 / スタイル: 須藤訓行、山崎めぐみ / 構成: 則竹知子

●食と生活ブックコレクション●

～食のリテラシーを高める書籍・ピックアップ～



お宝「地産品」を探すならこの一冊

『まっふる産直市場』 関東周辺 関西周辺

【昭文社】

本体各1,000円+税

産直市場をめぐるとお宝地産品探し

とれたての地産品が買える「産直市場」をエリアごとに紹介するガイドブック。関東編と関西編が同時発売。

海の幸・山の幸を問わず、地産品が購入できる「産直市場」について、関東周辺、関西周辺それぞれエリアごとに紹介されたものとしては初めてのガイドブックとなる。

詳細なデータと、見やすい図、大きな写真も「まっふる」ならではのドライブコース選びにも一役かってくれそうだ。

食生活にまじめなあなたへ

食と生活ジャーナル

Dietary Life Journal

www.syokutoseikatsu.jp

無料購読募集中

QRコードから直接登録できます。

