



今回のテーマ

食品添加物のあれこれ その3

今回は、日本は食品添加物に対する規制が甘いというところまで書きました。本来であれば国が国民の健康を守るためにリスクのあるものを規制するべきですが…。

ところで、平成20年に起きた中国産冷凍ぎょうざ農薬混入事件は10年以上経ちますが、強烈に記憶に残る事件でした。あれ以降、中国産の食品を避ける風潮は強まったと思います。実際に私の知人にも(原産国:中国)と書かれた食品は絶対に買わないという人がいます。では、食品添加物の原産国まで気にする人はどれくらいいるのでしょうか?おそらくほとんどいないでしょう。

食材はすべて日本産でも、食品添加物はすべて中国産ということは十分ありえます。中国から輸入される食品添加物はあの冷凍ぎょうざ農薬混入事件のあとも順調に増えています。価格も日本製の物より安いので、企業はコストを抑えるために使います。私たちは中国産の食品添加物をかなり食べていると考えてよいでしょう。

あくまでも私見ですが、日本において食品添加物の一番の問題は国(厚生労働省)が消費者よりも企業のほうを向いていることだと思います。厚生労働省は、食品添加物の危険がはっきりと証明されなければ、使用を許可するというスタンスです。しかし、私たち消費者が何十年も食べ続けてきた食品添加物が、ある日突然「動物実験で発がん性の危険が証明されたので禁止します」と言われて納得できますでしょうか?

Food & Cook 食材と調理

ロシアがウクライナ侵攻をしてから2週間が経過しました。いまのところ停戦の目途は立っていません。ところでウクライナが世界有数の小麦輸出国と知っていましたか? 恥ずかしながら私は知りませんでした。ロシアは土地が広大なため小麦の輸出量が多いのは想像できますが…。これで今年小麦価格上昇は確実でしょう。それだけでなくも去年の年末あたりからコモディティ(商品先物市場で取引されるような原油、金、穀物など)の価格が上昇していましたが、それに拍車がかかります。原油価格上昇によりガソリンや灯油の価格が上昇したのは皆さんも肌身に感じていると思います。今後は小麦価格上昇によりパンや麺の価格上昇が負担になってきます。更に円安です…。

前置きが長くなりました。今回は米についてです。パンや麺が高くなるなら、何を食えばよいか…米でしょう。米価は下落傾向のため、今後安価に入手できます。米の良い点を挙げます。①水を加えて炊くだけで食べられる。パンや麺は小麦を一度製粉して更に塩や添加物などを加えて加工しないと食べられません。米は添加物フリーです。②健康によい。米は粒のまま摂取するため、一度製粉した小麦パンや麺と違い、ゆっくり消化・吸収されます。実際、栄養指導をしてもパンや麺を好む人は肥満が多い印象です。③食物アレルギー。小麦アレルギーの人は多いが米アレルギーはほぼいません。④日本の農業を守る←重要!

国が企業の方を向くのも、わからなくはありません。企業は多くの従業員を雇用して、売り上げを上げることにより従業員の生活を守る責務があります。

企業はそのために食品添加物を使って、低価格で食品を提供します。なぜなら消費者が安いものを求めているからです。食品の安全性のことを考えずに、ただ安い食品を求める消費者にも責任の一端はあると考えます。

じつは良心的な企業もあって、できるだけ食品添加物を使わないで漬物をつくるメーカーもあります。しかし、食品添加物を使わずに昔ながらの工程で作ると、作業工程に手間と時間がかかる上に、保存料を入れないため賞味期限が短く、価格は数倍に跳ね上がります。その結果、売れないのです。仕方なく、食品添加物を使った安い漬物も並行して作り続けています。

現状、消費者は自分の身は自分で守るしかありません。消費者ができることは①加工食品を減らして、精肉・鮮魚・野菜など加工の少ない食品を増やす。②原材料名を確認して、より食品添加物の少ない商品を選ぶ。③価格だけで商品を選ばない。安い食品には安いなりの理由があります。価格と引き換えに大切なものを失ってます。

日本では食品添加物の無い生活はほぼ無理でしょう。しかし、食品添加物を知らずに食べるのと知って食べるのでは、数十年後に大きな差がでる可能性があります。原因不明の病気が増えないことを祈るばかりです。

そこはかたなく書きつくれば
~栄養以外のはなし~

旅について…北海道編その9。

前回の太田神社から北上するとせたな町内へ入ります。登山のような参拝で疲れたあとは甘いものが欲しくなります。せたな町には賞味期限1時間のここでしか食べられない「岩シュー」というシュークリームがあります。甲田菓子店で購入できます。注文後、サクサクした生地とその場でクリームを充填してくれるため、すぐに食べるとシュー皮がサクサクしています。では1時間を過ぎるとどうなるのか?料理研究家としては試さずにはいられません。3時間後に食べた結果は…若干サクツとしますが普通のシュークリームです。想像通りの結果となり、腹が減れば何でも美味しいという結論に至りました。岩シューは曜日限定のため曜日を確認して訪れましょう。

さらに北上すると島牧村に入ります。甘いものを食べると飲み物が欲しくなりますね。島牧村の国道から山側の道に入って1時間弱走行した川沿いに天然の炭酸水が湧いています。私は紙コップ、ポッカレモン、ガムシロップを持参して訪れました。さて何のためにそれらを持参したか?勘のよい人ならお分かりですね。レモンスカッシュを作るためです!

