

S.C.WORKS 今週のスタディ！

【ヘッドライン】

- 1) 「メラミン使用常態化」
- 2) 「JA、生物と共生ブランド米」
- 3) 「ぐっすり眠れるムードフードのサプリ」

1) 「メラミン使用常態化」

中国製粉ミルクへの混入で問題化した有害物質メラミンが中国産の卵からも検出され、社会に不安が広がっている。

中国の新聞では動物の飼料へのメラミン混入は業界全体の「公然の秘密」で、5年前に水産養殖の飼料から始まり、家畜に広がったと伝えた。

問題の中国産の卵を生産した親会社は飼料の原料からメラミンが検出されたことを認めた。粉ミルク事件同様に、たんぱく質の含有量を多く見せるため、原料にメラミンを添加していたものとみられる。その原料を製造した業者はすでに拘束されて工場も閉鎖されているというが、他の企業が生産した卵からもメラミンが検出され、北京では買い控えが起きたり、周辺農村でも卵が売れないなどの影響が出ているという。

中国飼料業者の話では、メラミンが水産養殖業から家畜まで幅広く使用され、その影響は粉ミルクを遥かに超えていると指摘。

メラミンは実際にたんぱく質を含んだ原料の代替品として飼料に添加され、特に中国南部ではスッポンやウナギの養殖に使われている。

衛生省によると、粉ミルク汚染による腎結石などの健康被害で入院している乳幼児は今現在も2390人に上るといふ。

中国産の食品に対する不安は言われて久しいが、ここまで被害が広く深刻なものだということに再認識した。輸入する中国産の食品は依然多い。家族の健康を考える主婦などは既に気を付けてはいるだろうが、一人暮らしの若者などはそれほど注意して表示を見たりすることが少ないだろう。こういった事件発生後のメディアのニュースのみでなく、行政からの呼びかけも広く行ってゆくほうが、消費者全体に注意を喚起できるのではないか。

2) 「JA、生物と共生ブランド米」

生き物と共生しているのであまり農薬を使うことはできず、環境に配慮した減農薬栽培などを採用し、水田に水を張る期間も長くするといった工夫をして栽培している米。

トキの故郷である新潟県の佐渡島のJA 佐渡では2008年産のコメで、普通の栽培より農薬や化学肥料の使用を30%以上減らしたコシヒカリの作付面積が98%に達している。この

「30%減のコシヒカリ」をJA 佐渡米として発売。このレベルをさらに上げて、全量を2012年までに「50%減」以上の特別栽培米とする方針に切り換えることにしている。ちなみに、このJA 佐渡は2007年、50%減で栽培したコメを「朱鷺(とき)の舞」のブランド名で地元中心に販売し始めている。

2005年からコウノトリの試験放鳥を始めている兵庫県豊岡市では「コウノトリ育む農法」として無農薬か通常より農薬使用量を75%抑え、田に水を張る期間を通常より長めにするを要件としている。

JA たじまではこの「育む農法」で栽培したコメを減農薬で約25%、無農薬で50%強高く買い取り、「コウノトリ育むお米」のブランドで販売している。

食品の安全性を高めるための農薬減栽培や無農薬米からさらに発展したこれらのブランド米が注目を集めそうだ。

3) 「ぐっすり眠れるムードフードのサプリ」

「成人の5人に1人が不眠に悩む」といわれる今、“ムードフード”が注目されている。ムードフードとは不安や緊張を和らげたり、睡眠の質を改善するといった抗ストレス作用をもつ食品成分やハーブのこと。テアニン、ギャバ、グリシンなどは既におなじみだ。最近はさらにミルクペプチドや発酵オタネニンジン、レモンバームなどが仲間入り。どれもヒトの臨床試験で効果が確認されている成分だ。

「ストレスで心の健康が失われつつある今、質の高い睡眠をもたらしたり、リラックスさせるムードフードは利用価値が高い。不眠がメタボにつながる可能性も指摘されているので、それを予防する意味でも現代人のニーズに合う」とサプリメント成分に詳しい東京海洋大学大学院海洋科学技術研究科の矢澤一良教授はいう。

ぐっすり眠れると翌日の作業効率が良くなるメリットもある。ストレス過多でイライラ、ピリピリしがちな人は、利用してみてもいい。

<注目のムードフード成分>

テアニン

脳の神経伝達物質のアンバランスを調整したり、交感神経の過度な緊張を和らげて、睡眠の質を改善したり、日中の集中力を高める。

<発酵オタネニンジン>

ストレス下での睡眠実験などで抗不安作用があることが確かめられている。

<セリン>

睡眠を維持したり、寝付きを良くする効果があると報告されている。

<ミルクペプチド>

神経伝達物質、ギャバの利用効率を高める作用があり、ストレスによる不安や緊張を和らげ、不眠を改善する。

<グリシン>

就寝前に摂取すると深い睡眠への移行が早くなり、翌日の疲労感が軽減して全般的な気分を改善。翌日の作業効率を上げる可能性も示されている。

<レモンバーム>

ストレスによる不安や緊張を和らげる作用がある。バレリアンとの併用で不眠に効果があったという研究報告もある。

<ギャバ>

精神的なストレスを和らげる作用があり、就寝前にとると深い睡眠への移行が早くなり、睡眠の質が改善される。