

S.C.WORKS 今週のスタディ！

【ヘッドライン】

- 1) 「英高級スーパー、生鮮食品の賞味期限表示を廃止へ 廃棄物削減で」
- 2) 「シニア世代こそ大豆ミート活用を 管理栄養士から見た新しいお肉の可能性」
- 3) 「日本の“木炭”が森を豊かにする 浄水炭サブスク“スミッチ”」

-----  
1) 「英高級スーパー、生鮮食品の賞味期限表示を廃止へ 廃棄物削減で」

イギリスの高級スーパー「ウェイトローズ」は1日、食品廃棄物削減の取り組みとして、数百の商品を対象に賞味期限の表示を9月から廃止すると発表した。同国のスーパーではこうした動きが広まりつつある。

9月から賞味期限の表示が廃止されるのは、根菜類などの野菜、ぶどうやリンゴといった果物など約500品目の生鮮食品。観葉植物も含まれる。

ウェイトローズを所有するジョン・ルイス・パートナーシップの持続可能性および倫理担当ディレクターのマリア・ロンパニ氏は、「我々の商品から賞味期限をなくすことで、食べても大丈夫かを顧客自身に判断してもらう。その結果、食品がごみにならずに食べてもらえる機会が増えることになる」と述べた。

同団体のキャサリン・デイヴィッド氏は、「食品を無駄にすれば気候変動を助長し、人々の出費につながる。果物や野菜の賞味期限は不必要なもので、食品廃棄物を生み出している。まだ食べられるのを見極める際の、判断を妨げているので」と述べた。消費期限は、腐りやすい食品を安全に調理・消費できる期限を示すもの。一方で賞味期限は、品質や味、食感が最もいい状態で楽しめる期限を示している。

英食品基準庁（FSA）は賞味期限と消費期限のどちらを表示するかは生産者の判断にゆだねるとしている。食品の生産方法やリスクの程度などで判断は異なる。

英スーパー最大手Tescoや小売マークス・アンド・スペンサー（M&S）も、一部商品の賞味期限表示を取りやめている。

Tescoは2018年に100以上の商品の賞味期限表示を廃止。M&Sは今年7月、300以上の果物や野菜の賞味期限表示をなくすと発表した。

今年1月には、英スーパーのモリソンズが自社ブランドの牛乳の90%から消費期限表示を廃止し、商品を捨てる前に「臭いを嗅いで確認」するよう顧客に求めた。また、4月にはコープ（生活協同組合）が、自社ブランドのヨーグルトの消費期限表示を取りやめ、ガイダンスとして賞味期限表示に切り替える計画を発表した。

（2022/08/02 BBC NEWS JAPAN）

賞味期限の記載については日本でも議論され、最終的には各消費者の判断に委ねられている部分がある。生鮮品に関しては判断が難しいが、思い切って廃止してしまってもはじめは混乱が起きるかもしれないが徐々に消費者側も順応していこう。店舗だけでなく各メーカーも対応が必要などとも大きな取り組みではあるが、環境のために第一歩踏み出す重要さは海外のニュースを見て度々気付かされる点でもある。今後の国内での動きにも注目したい。

## 2) 「シニア世代こそ大豆ミート活用を 管理栄養士から見た新しいお肉の可能性」

米国のプラントベースフード市場は2019年の55億ドルから2021年には70億ドル規模に約30%も成長しており、中でもプラントベースミートの売れ行きは大きく伸びている。食肉の供給不足、CO2排出量や水資源使用料の低下など、おいしさ、健康だけでなく、環境問題をも解決できると考えられており、今の時代に合っていることも急成長の一因と考えられる。日本でもさまざまな大豆ミート食品が発売されるようになった。今回は九州で食育・健康サポートをしている管理栄養士の立場から、高齢者への大豆ミートの栄養的価値や食べるメリットを考察し、大豆ミートを使用したシニア向け商品の可能性を探る。

大豆ミートは大豆が主原料。大豆の油分を取り除き、加熱・加圧することで作られるため、肉のような見た目、食感になる。薄切りタイプ、ひき肉タイプ、ミートボールタイプ、ブロックタイプ、カレー風味など、種類もさまざまだ。

選ぶときは、原材料を確認しよう。薄切りタイプなどは、大豆タンパク、脱脂大豆+醤油、酵母エキスだが、ひき肉やミートボールタイプは植物油、パン粉、卵、水あめ、乳成分などを入れているものもあり、完全に植物由来の原料でない場合もある。ビーガンの人や、低糖質を意識している人はカロリーや糖質、脂肪も多くなるので注意が必要だ。

高齢者は義歯を使用したり、かむ力が低下していることが多いので、しっかり噛めなかったりする。そのような場合は薄切りやひき肉タイプが使いやすいだろう。ミートボールもしっとり軟らかいものが食べやすい。逆にドライタイプは、歯ごたえがあり、しっかり噛むことが必要なので、少量でも満足でき、ダイエット中にはおすすめだ。

高齢者が肉の代わりに大豆ミートを食べるメリットをあげてみよう。

- (1) 肉類に比べて脂肪分が少なく、同じ重量でもタンパク質が多く摂取できる
- (2) 植物性食材なので、食物繊維が摂取できる
- (3) 大豆イソフラボン、レシチンが含まれる
- (4) カルシウム、鉄などミネラルが含まれる

栄養素の中でも、日本人が不足しがちなミネラルが、カルシウムと鉄だ。介護が必要になる理由の第1位は、転倒・骨折。骨の成分であるカルシウムを取ることで骨粗しょう症予防になり強い骨を作ることができる。前述した大豆イソフラボンにも骨からのカルシウムの溶出を抑制するという研究結果があるので、相乗効果が期待できる。また鉄不足からくる貧血も高齢者には多い。食事量が減ったり、消化吸収機能の衰えが原因だ。大豆ミートに含まれるミネラルが高齢者に多い疾患の予防に役立つと考えられる。

環境問題やサステナビリティに対する意識の高い20-30代の支持が高いとも言われている大豆ミート。大手スーパーでもさまざまな商品が並ぶようになり、シニア世代での認知度も高まっているようだ。

今回の試食で、大豆ミートは胃もたれ、便秘、嚥下機能の低下など高齢者の特有の悩みを解決する栄養素や形状であることが分かった。今後、高齢者へ向けて大豆ミートを食べるメリットを訴求し、その世代の方が食べてみたい、おいしいと感じる商品を作ることで、大豆ミート市場がさらに広がっていくと考える。

(2022/8/6 日本食糧新聞)

シニアがタンパク質を補うにはベストな食品だと思う。エコだけでなく予防医療の観点からももっと広がることを期待したいが、果たして市場にそのような環境が整っているかというところはまだまだのように感じる。情報収集、新商品を試すことに積極的な世代は自ら手に取ると思うが、パウチに入ったいかにも加工食品のビジュアルでシニアが手を伸ばすかという疑問がある。それこそ惣菜売場で料理として提供する方がもっとスムーズに大豆ミ

ートの存在を知ってもらえるのではないか。新商品の登場に注目されがちだが、広め方の工夫にももっと取り組む余地があると思う。

---

### 3) 「日本の“木炭”が森を豊かにする 浄水炭サブスク“スミッチ”」

「森林が豊かな日本で、“木炭”は古くから私たちの生活を支えてきたもの。日本は、炭ととても関わりが深い国なんです」  
そう語るのは、「株式会社クジラテラス」の代表である、上神田正利（かみかんだ・まさとし）さんだ。「木炭は、森林の経営資金を生み出し、森林を豊かに守り育てる存在。木炭は、燃料としてもカーボンニュートラルなもので、今こそもっと注目されるべきものです」と、上神田さんは言う。

クジラテラスが手掛けるのは、木炭の生産量日本一である岩手県産の木炭を活用した、日本初の浄水炭サブスクリプションサービス「SUMITCH（以下、スミッチ）」だ。岩手木炭を水道水に入れて、自分でミネラル水を作る暮らしを提案している。同社はスミッチを通して、環境負荷の少ない方法でおいしい水を飲むことで、飲料水利用によるペットボトル削減へのアプローチと森林循環への貢献を目指す。

今回はそんな、都市の生活を支えてくれる自然や地域、社会課題を知るきっかけをつくりながら、水道水を飲むほど森が保全されていくビジネスモデルについて、上神田さんに話を聞いた。

創業当時、もともと地域創生事業として岩手県久慈市の地域資源である白樺の樹液を使った炭酸水を販売していたクジラテラス。その取り組みのなかで上神田さんは、地域にある日本一の白樺林が老朽化問題に直面していることを知った。現在、日本で課題では手入れが不足している森林は人工林（里山）全体の約9割あり、土砂災害の危険性や生態系の変化などが問題となっている。森林の手入れ不足は森林の経営資金と人手の不足が原因だ。森林は、人が手を加えないと再生能力が低下し、老朽化してしまう。人が森に入り、適切に伐採することで、森は新しく生まれ変わることができるのだ。

そこで当時、上神田さんが出会ったのが、地域で108年ほどの歴史を持つ谷地林業だった。森林面積が全国2位の岩手県では、木炭は古くから里山の伝統的な管理手法の一環の中で生産されてきた。同社は久慈周辺の広葉樹である櫟（ナラ）の木を切り出し、その原木を使い職人の手によって良質な木炭を作っている。谷地林業では木炭製造と林業の両方を行っており、植林、手入れ、伐採の森林循環が一貫管理されており、日本で唯一の内閣総理大臣を受賞した木炭製造元でもある。

里山の循環に寄与してきた岩手木炭を作る谷地林業の取り組みに感銘を受けた上神田さんは、クジラテラスとして谷地林業と協業し、浄水炭としてナラ炭を使う方法を考えた。こうして「水道水を美味しく飲む」ことを通して、生活者がこの森林循環の一部になることができるスミッチをスタートしたのだ。

ナラ炭を作るプロセスの中には、手作業も多い。炭化する作業や、木を割ったり立てたりすることは機械ではなかなかできないからだ。それを窯に入れるサイズに割り、じっくり窯の中で「炭化」させていく。時間をかけて炭化させているので、炭素率が高く不純物も少ない高品質の炭ができあがるという。谷地林業が作る高品質のナラ炭は、こうした古からの職人の経験や技術で成り立っているのだ。

ナラの木は成長している間に光合成によってCO<sub>2</sub>を吸収しており、体内に炭素を貯め込んでいる。炭を燃やしたときに排出されるCO<sub>2</sub>は、木の成長過程で大気から吸収したも

のであるため、木炭はCO2を増やさない、カーボンニュートラルな燃料であるといえるというわけだ。

スマッチの梱包作業は、久慈市内の就労支援施設「NPO法人ウィズ友」が担う。環境問題にアプローチしながら、同時に林業と福祉をつないでいる。スマッチの購入者が増えることにより、木炭の仕入れは森林経営資金に回り、さらには梱包や煮沸消毒加工によって福祉施設に資金が回る。水道水を飲むという毎日の小さな行動を積み重ねることで、より大きなインパクトを生み出すことにつながっているのだ。そこでスマッチは、「定期販売（サブスクリプション）」モデルで岩手県の森林と生活者をつないでいる。

日本で水道水をそのまま飲む人は減り続けており、日本ミネラルウォーター協会によると、日本は年間44億リットルのミネラルウォーターを生産し、ペットボトルに入れて販売している(※1)。これにより、ペットボトル製造や輸入による無駄なCO2が排出されているのだ。同サービスは、今後5年間で2億3,000万本のペットボトル（日本におけるペットボトル年間消費量の1%に相当）と3,500トンのCO2を削減することを目標としている。

(2022/07/29 IDEAs FOR GOOD)

モノに溢れた時代の中で、昔からある伝統的な方法で生活を豊かにできる素敵な取り組みだ。森林大国と言われる日本だが、放置された里山や枯れた林でせつかくの資源を100%活かしてきれていない現状は、都心部に住んでいるとなかなか実感できないものだ。こういったプロダクトを通じて日本のこと、環境のことに目を向けるきっかけになるのではないだろうか。職人さんの技術を次の世代に繋いでいくことも含め、長く続いてほしい取り組みだと感じる。