

# 食育ほっとライン

NO.6

食料の60%を海外に頼り、輸入食品の安全性が脅かされている今。世界中で穀物の価格が高騰している今。私たち日本人が一番考えなくてはいけないのは「食」についてではないでしょうか。

「食」をめぐる問題に対処し、その解決に向けた取り組みが「食育」です。今回は、昨年1年間の日本の「食」を振り返り「食の安全・安心」を探ってみましょう。

～当院はJAさがみはら市の協力により、病院食に地産地消を取り入れています。～

## 昨年発覚した食品をめぐる主な混入事案

資料：厚生労働省 食品安全委員会

年月日	内容	検出物	その他
08/1/27	千葉、兵庫県の計10人が中国天洋食品製の冷凍ギョウザで中毒症状	メタミドホス	食べた後に、めまいや嘔吐を訴える
08/9/5	米卸売加工会社「三笠フーズ」が農水省から購入した事故米を不正販売	メタミドホス	
08/9/20	中国産牛乳を使った「丸大食品」の菓子	メラミン	
08/10/3	菓子貿易会社「エスエヌ・インターナショナル」が輸入したチョコレート菓子	メラミン	
08/10/3	食品輸入販売「マルワ食品」が輸入したつぶあん	トルエンなど	名古屋市内のスーパーで購入の男性がめまいを訴える
08/10/7	住金物産が中国から輸入した冷凍たこ焼き	メラミン	
08/10/14	イトーヨーカドー南大沢店で販売されたニチレイフーズが輸入した中国製冷凍いんげん	ジクロロボス	異味、異臭(石油臭)がし、舌のしびれやむかつきを訴える
08/10/20	サイゼリアで中国から輸入していたピザ生地	メラミン	東北・関東で既に口の中に入ってしまった

※当院では上記有害物質の混入が確認された食品は使用しておりません。地産地消を推奨し、安全安心な給食を提供しております。

日本の「食」をもっと大切にしよう！



日本は他国から多くの調理冷凍食品を輸入しています！

平成19年度生産国別調理冷凍食品輸入高 上位4カ国

生産国	数量	金額	取扱社数
中国	212,590トン	905億1千万円	26
タイ	84,055トン	401億3千万円	16
ベトナム	9,602トン	64億7千万円	11
インドネシア	5,054トン	49億7千万円	5

資料：日本冷凍食品協会

## 輸入食品から検出された有害物質とは？

### ●メタミドホスとは・・・

有機リン化合物で、農薬、殺虫剤の一種である。殺虫効果は高いが、同時にヒトへの有害性も高い。中国では高毒性の農薬であるとして野菜、きのこ、茶、果樹、生薬、家庭内害虫、家畜への使用は禁じられている。日本では毒性が高いと判断されて登録されておらず、農薬や殺虫剤として使用することはできない。

### ●メラミンとは・・・

有機窒素化合物の一種。ほとんどがメラミン樹脂(メラミンとホルムアルデヒドを主体として縮合した合成樹脂)の原料として使用されている。その他、ラミネート、接着剤などの工業用途に用いられている。

### ●ジクロロボスとは・・・

有機リン系化合物であり、国内では、農薬取締法に基づく農薬として登録がある。農薬(殺虫剤として野菜、果実に使用)、動物用医薬品、家庭内殺虫剤などとして使用されている。

## 今月のヘルシーレシピ

～新春のごちそう～ かぶら蒸し

これがつくれたら、和食の上級者になった気分。  
かぶと卵白を合わせて、とってもおいしいご馳走です！

### 《材料》4人分

かぶ・・・・・・・・・・・・400g  
白身魚(たい)・・・4切(240g)  
きくらげ(戻して)・・・・4枚  
ぎんなん(ゆで)・・・・8個  
ゆり根・・・・・・・・・・・・12かけ  
にんじん・・・・・・・・・・・・3cm  
卵白・・・・・・・・・・・・1個分  
だし汁・・・・・・・・・・・・1カップ  
おろしわさび・・・・・・・・少々  
◎ 酒、塩、醤油、味醂、片栗粉

### 《作り方》

1. 白身魚は半分に切り、酒、塩少々をまぶしておく。
2. かぶは皮をむき、すりおろしてざるに受け、水気をきる。
3. きくらげは細切り、ゆり根は1枚ずつはがして汚れを洗い落とす。にんじんは薄い短冊切りにする。
4. 中鉢に1を入れる。ポウルにかぶ、きくらげ、ゆり根、人参を入れ、塩少々、卵白を加えて手で混ぜ、魚にかける。
5. 鍋に1～1.5cmまで水を入れて4を入れ、ふたをして強火にかける。沸騰したらすぐに極弱火にして8～10分蒸す。
6. あんを作る。別なべにだし、塩小さじ2/5、醤油小さじ1/2、みりん小さじ1を合わせて煮立て水とき片栗粉を加え、とろみをつける。5にあんをかけ、おろしわさびをのせる。



158Kcal 脂質 4.9g 食物繊維 3.3g  
コレステロール 39mg 塩分 0.8g