



ほんものを たべよう

提出日	2/	火	水	木	金
	4	5	6	7	
配達日	2/	火	水	木	金
	11	12	13	14	
翌々週配達日	2/	火	水	木	金
	18	19	20	21	

2014.2月2週号

Alter Weekly Order Catalogue

オルターの提案

本当に安全な食べものを手渡すために

- 「だれが・どこで・どのようにつくったか」の情報を日本一公開します。
- 「国産」「無農薬」にこだわり、日本の伝統食を守ります。
- 原料段階・飼育段階からポストハーベスト農薬、遺伝子組み換え、放射能汚染、トランス脂肪酸、食品添加物などを徹底的に追放します。
- プラスチック容器・レトルト食品を追放します。

乳酸菌発酵食品

アレルギーの心配のない お米ヨーグルト

ふなずし由来の乳酸菌発酵製品。
あまりおいしくありませんが、喜ばれています。

(株)ヤサカ安作美ファーム

文責 西川 榮郎(NPO 安全な食べ物のネットワーク オルター 代表)



八坂 正博代表

腸の悪玉菌を抑制

琵琶湖の北西部に位置する滋賀県高島市今津町にある(株)ヤサカ安作美ファーム八坂 正博代表は、ふなずし由来の乳酸菌を米粉で発酵させた、いわば米ヨーグルト「アレルノン」を開発しました。

乳酸菌を含むヨーグルトなどの発酵食品は、腸内の悪玉菌の生育を抑制する働きがあることが多くの研究で立証されています。このような働きのことを「プロバイオティックス」と呼びます。

腸は人間の免疫の80%を司る重要な臓器なので、腸の改善は万病を防ぐことにつながっています。

ヨーグルトのプロバイオティックスとしての機能として、ロタウイルス下痢症の改善、抗生物質誘導下痢症の改善、乳糖不耐症の軽減、乳児食餌性アレルギー症の軽減などが確認され、アレルギーの予防、大腸がんの低減、過敏性大腸炎・クローン病および潰瘍性大腸炎の軽減、クレストリジウム症の低減、食餌性コレステロールの低減、乳児および児童の呼吸器感染症の低減、口腔内感染の低減、胃内ピロリ菌の抑制、出血性大腸炎(O-157、O-111)抑制などが期待されています。

アレルギーの心配のないヨーグルトの開発

八坂代表は、乳成分を含んだヨーグルトでは、それ自体がアレルギーの心配があるのではないかと考え、ヨーグルトの効能があつて、原料には7大アレルギー源(小麦・そば・卵・牛乳・落花生・かに・えび)を含む25品目および食品添加物を含まない製品開発を考え完成したのが、アレルギーの心配がないという意味で名付けた「アレルノン」です。

伝統のふなずしの乳酸菌

「アレルノン」に使用する乳酸菌は、ふなずし由来のもので、

ふなずしは近江の国(滋賀県)の名産で、春先に漁獲されたニゴロブナを塩漬けにし、土用の頃に取り出し、塩抜きしてご飯につけ込んで、乳酸発酵がすすんだ正月の頃に取り出し、ハレの日のご馳走とします。滋賀県では昔から滋養強壮やお腹の薬代わりにも食べられ、手間ひまをかけて独特の絶妙の旨味をもつものに加工されています。

八坂さんが選んだふなずしは、滋賀県内の創業100余年の歴史を持つ魚清商店のもので、そのふなずしから耐熱性の強い、生きたまま腸に届くことが期待されている乳酸菌、Lactobacillus paracasei(パラカゼイ種)を分離し、「アレルノン」に使っています。

3つの安心

米粉は、たかしま有機農法研究会 梅村 元成さんの「たかしま生きもの田んぼ米」(オルター基準☆☆☆)を製粉して使っています。

「たかしま生きもの田んぼ米」は湖岸から山里まで広がる高島市の田園風景の中で、自然環境を守るため農業や化学肥料を使わず栽培されています。「たかしま生きもの田んぼ米」は1.生活者(消費者)の安心(食と生活環境の安全性)、2.農家の安心(農作物からの安定収入と地域活力の向上)、3.生きもの安心(生息環境と生物多様性の保全)の「3つの安心」に取組んでいます。

水にもこだわり

水は平成の名水百選にも選ばれた「針江の生水(しょうず)」と同じ原泉の湧水、川島酒造が酒造用に使用している水を使用しています。

からだに良い食べものを世に

住宅関連設備販売業、介護用品レンタル事業をしている八坂代表は2001年の1月当時、50歳のとき、末期の肺ガンであと半年の余命と告知されました。ヘビースモーカーで大変な酒飲み、とりわけ、焼き肉が大好きでした。ガン治療を受けて、急場はしのいだものの、焼き肉を食べると体調は途端に悪化、そんな生活を繰り返す中で食事療法を心がけ、野菜中心の生活に切替えるとともに、ガンを小さくする食べものはないかと考え、自分の健康のために「アレルノン」の開発にまで至ったのです。

「アレルノン」の製品化には丸2年かかりました。昨年2013年1月には和田 洋巳 京都大学医学部名誉教授、竹内 勝元氏(元大阪大学産学連携推進本部、現筑波大学)とともに製法特許を取得しました。特許証には「高血圧抑制剤、血中脂肪低下剤、脂肪蓄積抑制剤」と明記されています。今では八坂代表は身体によいこの食べものを世に提供することを自らの使命とされています。

「アレルノン」をオルターへご紹介いただいたのは、山下 英美恵会員です。アレルノンにはプレーンタイプ以外の姉妹品もありますが、原料の安全性を考慮し、現在のところオルターではプレーンタイプに限定して取扱います。

ヤサカ安作美ファームの お米の乳酸菌発酵食品

●原料

米…………… たかしま有機農法研究会 梅村元成「たかしま生きもの田んぼ米」(コシヒカリ) 農薬・化学肥料不使用 オルター基準 ☆☆☆
乳酸菌……… 魚清商店のふなずし由来
水…………… 川島酒造の「松の花」造りに用いる酒造用水

●製造方法

- | | |
|----------|--------|
| 1 精米 | 6 発酵 |
| 2 製粉 | 7 検査 |
| 3 加熱混合攪拌 | 8 冷却 |
| 4 冷却 | 9 容器充填 |
| 5 乳酸菌接種 | |

●製品の特性

本製品は生きた発酵食品であり、保管中も発酵が進みます。パッケージが膨らむことがありますが、生菌発酵によるもので品質上問題はありません。保管は5℃以下であればチルドルームでお願いします。米粉を使用していますのでザラつき感があります。また製品中にダマが見られる場合がありますが、品質に問題はありません。開封後は賞味期限にかかわらずお早めにお召し上がり下さい。

●食べ方

- ・野菜ジュース、トマトジュースと合わせて
- ・はちみつやジャムなどで味付けして、スイーツとして
- ・ドレッシングの代わりにサラダにかけて
- ・マヨネーズの代わりにタルタルソースとして
- ・野菜を2～3日、アレルノンに漬けて、漬け物として
- ・固形物が食べられない方の流動食として

