



# ほんものを たべよう

提出日	2/	火	水	木	金
	23	24	25	26	
配達日	3/	火	水	木	金
	2	3	4	5	
翌々週分配達日	3/	火	水	木	金
	9	10	11	12	

## 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、チェルノブイリ放射能汚染、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。

Alter Weekly Order Catalogue

2010.3月1週号

## みそ MISO

# たかはた有機の里の 米こうじみそ

農家が手作りするおいしさ、  
安全性に優れたオルターいち押しの米こうじみそ。

## 上和田農産物加工生産組合

文責 西川 栄郎(NPO 安全な食べ物のネットワーク オルター 代表)



佐藤治一代表(右)とNPO法人かたくりの会ふれあい工房の皆さん

### 超こだわりの原料でみそ作り

山形県東置賜郡高島町の上和田農産物加工生産組合・佐藤治一代表は、有機農業の仲間が栽培した無農薬の大豆や米を原料にした米こうじみそを作っています。その加工も自分たちの加工場で農民自らが行うというグループ内一貫生産で、安全安心のみそ作りです。

こだわりは安全な原料というだけでなく、大豆は鉄鍋を使用して薪でおいしく炊くこと、仕込み樽は今では珍しくなった環境ホルモンの心配のない木樽を使うこと、熟成期間は1～3年と長期熟成を行うこと、できたみそは味を平均化するため1年もの、2年もの、3年ものを合わせみそにするのでさらに旨味が増すことなどがあります。おいしさ、風味のよさ、安全性において、オルターいちおしの米こうじみそです。



仕込み樽は環境ホルモンの心配のない木樽

### 有機農業のふる里から生まれたみそ

上和田農産物加工生産組合は、先週のオルターカタログ(2010年2月4週号)でご紹介した日本の有機農業のふる里・山形県高島町の高島町有機農業提携センターの運動の中から出発した組織です。代表の佐藤治一さん自身、有吉佐和子著「複合汚染」の中で青年農業者として紹介されています。

みそ作りなどの農産加工には「自分たちが栽培した農産物を、農家の納屋産業のレベルで加工していく」というテーマがありました。以前、漬物作りにもチャレンジしたことがありますが、今は人手がなくなっています。

高島町有機農業提携センターでは、委託加工も行っています。りんごは(有)津南高原農産の鶴巻義夫さんのところで「高島有機のりんごジュース」に、また(株)第一酵母で天然酵母飲料「コーボン アップルピオ」(食べもの百科P217参照)に加工されます。完熟デラウェアは(有)佐藤ぶどう酒で「高島無添加まほろばワイン(白・辛口)」に加工されます。高島の仲間である上和田有機米生産組合の須田直英さんのコシヒカリは(株)晴雲酒造の「純米吟醸 おがわの自然酒」(食べもの百科P179参照)の原料米の一部として仕込まれます。

### 地域のコミュニティーを守りたい

このみそ作りは地域のコミュニティーを守るのにたいへん役立っています。農民仲間の交流の機会にもなっています。材料を持ち込んで自分たちの食べる分のための加工をする仲間も大勢います。

みそ作り作業には障がい者の人たちの協力を得ています。佐藤治一さんの奥様、敬子さんが代表を務めるNPO法人かたくりの会ふれあい工房の利用者である障がい者、高齢者が参加しています。安全安心のみそ作りは、豊かな村社会をも守っているのです。



## 上和田農産物加工生産組合の 米こうじみそ

### ●原料

無農薬大豆 …… 生産者は山形県高島町の渡部利七さん、小関恭弘さん他。栽培の詳細はカタログ2010年2月4週号を参照してください。

無農薬米 …… 生産者は山形県高島町の渡部宗雄さん、小関恭弘さん他

赤穂の天塩 …… カタログ2000年4月4週号参照

こうじ菌 …… 秋田・今野商店

### ●製造工程

- |                   |  |
|-------------------|--|
| 1 米を洗う            | 9 チョッパーにかけ、ミンチにする                      |
| 2 米を蒸す            | 10 約1年間、加温せず常温のまま木樽で自然に熟成させる           |
| 3 種麴を付ける          | 11 1年もの、2年もの、3年もの木樽のみそを合わせみそにし、味を平均化する |
| 4 麴を寝かせる          | 12 計量                                  |
| 5 麴に塩を混合する        | 13 袋詰め                                 |
| 6 大豆を洗う           |  |
| 7 大豆を煮る           |  |
| 8 塩麴と煮大豆を1:1に混合する |  |

## 市販のみその 問題点

原料の大豆のポストハーベスト農薬、遺伝子組み換えがまず問題です。米こうじみそにはお米が原料の約半分使われますが、そのお米も通常は得体の知れない規格外のくず米やカドミウム汚染米、偽装された事故米など、いわゆる安いの米が使われています。最近では輸入米(ポストハーベスト農薬)も使われています。

これらを原料として温醸で短期間に仕上げます。このような速醸ではおいしいみそには仕上がりにません。そのためグルタミンソーダ(脳障害)、昆布エキス、鰹エキス、鰹節粉末、甘味料(甘草、ステビア:催奇形性)、砂糖などの粗悪な調味料で味付けをしたり、水アメ(ポストハーベスト農薬、遺伝子組換え)などでつや出しをしたりしています。

本来、みそは発酵食品の代表で、その発酵菌は腸内細菌の正常な状態を保つのにとても大切な役割をしています。昔の市場のように樽にみそを盛り上げて売り、経木(木皮)のふねにその都度入れて売っている時代には発酵菌が生きのままみそにあってよかったのですが、昨今のようにポリ袋に袋詰めされる時代になって、生きているみそは袋がやがてパンパンに膨れてきます。そういうことを知らない消費者はそれを不良品とってしまう恐れがあるため、メーカーでは有害な化学薬品ソルビン酸などを防汚剤として入れたり、加熱処理をしたりしているのです。そのため、せっかくの発酵菌が死んでしまったり、もはや発酵食品とはいえなくなっています。

その他、漂白剤(次亜硫酸ナトリウム)、カラメル色素、ビタミンB2、酒精(エチルアルコール)なども使われています。