

40号くらしの雑貨
商品案内 (P13)



多治見支所
組合員さんの声

子どもの紙おむつを商品案内でいつでも全サイズ利用できると良いです。



「紙おむつを全サイズ扱って欲しい!!」
多治見の総代会議で出された声です。

開発改善ニュース

これまで商品案内(カタログ)への掲載商品数に限りがあり、紙おむつの全サイズを一度にご案内できなかったのですが、40号(10月1回)よりくらしの雑貨を新しく、子育てサポートのページで毎週扱いをスタートさせました。

組合員さんの声で、商品案内は改善されています。ぜひ皆さんのお声をお寄せください。

コープベル ☎ 0120-706-887

Report 商品安全検査センター

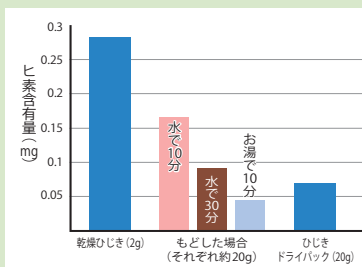
乾燥ひじきの“水戻し”に調理のひみつ

ミネラル・食物繊維も豊富なひじきは、健康のためにも積極的にとりたい食品の一つです。一方で、「ヒ素」が含まれていることが知られていて、2004年にはイギリスで、ひじきの摂取を控えるよう勧告が出されたことで話題になりました。日本では、昔からずっと食べられてきたひじきなのに、どうして?…それは、調理の仕方にひみつがあったのです。

●ひじきの水戻し実験

乾燥ひじきは、調理の前に水戻しして使います。この工程で、ヒ素の含有量がどのように変化するかを調べました。使用したのは芽ひじき2g(大さじ一杯程度)、戻した水(またはお湯)の量は200ml(コップ1程度)で行い、戻した後はよく洗ったものをサンプルとしました。尚、この芽ひじきには、「10倍程度の水で30分、またはお湯で10分程度」戻すように案内表示されています。乾燥ひじき2gを水戻しすると、だいたい20g程度の(戻した)ひじきになります。

結果のグラフを見ると、水戻し(またはお湯戻し)の工程の後、ヒ素の含有量が半分~1/5に減っていました。水戻しの時間が長いほど、また水よりはお湯の方が溶け出す量が多いことがわかりました。



【東海コープ商品安全検査センターとは…】

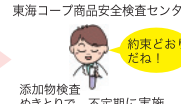
東海3県の3生協で「東海コープ」を作り、商品を共同仕入しています。東海コープは、メーカーさんと農家さんと、書類で約束を交わします。その約束が守られているか点検するのが、商品安全検査センターの役割です。

例えば…



約束

このウイナーは、添加物を減らして造るうね



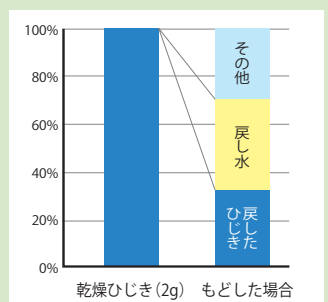
東海コープ商品安全検査センター

添加物検査めぐりて、不定期に実施

また、ひじきドライパック缶ではもともと製造中に水戻しや茹でる工程があるため、戻したものと同程度の量でした。

●溶けだしたヒ素はどこへ?

水で30分戻した戻し汁のヒ素含有量を測定し、どの程度溶け出しているのかを調べました。すると、もともとあったヒ素の1/3程度の量が戻し水に溶出していることがわかりました。戻した後のひじきに残るものが約1/3、残りの1/3程度が足りないこととなりますが、おそらく水戻したあとの水洗いで溶け出したのではないかと思います。



●適切な調理法で安心してお召し上がりください。

イギリスの勧告はそのまま食べられることも考慮してのものだったようです。伝統的にひじきを食べてきた日本では、「水戻し」という理にかなった調理がされているといえます。ミネラルや食物繊維たっぷりのひじき、適切な調理法で、安心してお召し上がりください。

お奨めの調理法は

- ・たっぷりの水で30分、またはお湯で10分以上もどしてから
- ・水戻し後はよく洗って水けを絞ること
- ・水戻しに使った水は使わない

商品安全検査センターホームページ <http://www.tcoop.or.jp/kensa/index.htm>