

かんすいが危険なものって本当かな？

皆さん、「かんすい」ってご存知ですか？言葉を見たことはあるけどよく知らない、体に悪いって聞いたことがあるけど…、なんて方もいらっしゃるかもしれません。今回は、そんなかんすいについてお話しいたします。

◆かんすいってどういうもの？どうして使用されているの？

かんすいとは、炭酸ナトリウムや炭酸カリウムを主成分とするアルカリ性の食品添加物です。今から1700年ほど前に、中国で炭酸ナトリウムを含む湖水を混ぜて麺をつくったことが始まりと言われており、日本でも昔から使われてきました。

かんすいは小麦粉のグルテンに作用し、中華めん特有のあの食感(コシ)や色、風味をつくり出します。

◆かんすいが体に悪いって聞いたけど…

戦後の日本では、本来食べるものではない工業用の水酸化ナトリウムなどの粗悪なかんすいが使用されていたことがあり、問題になったことがありました。そのため、「かんすいは体に悪い」と聞いたことがある方もいらっしゃるかもしれません。しかし、現在かんすいとして使用されているものは、食品衛生法の基準に沿って製造されています。また、製品検査に合格し、日本食品添加物協会が発行する「かんすい確認証」を添付したもののだけが使用されています。問題になった過去があるため、現在ではこのように安全性について保証がされています。

◆かんすいを使っていない商品はあるの？

卵殻や貝殻を焼いてつくられた焼成カルシウムはかんすいと同等の効果を持っています。これらを使用した、かんすい不使用の商品もあります。生協では、現在のかんすいに危険性はないと考えていますが、かんすいを使用していない商品も取り扱っています。かんすいを使用している場合は、商品案内に「かんすい使用」と表示があり、使用していないものには表示はありません。商品購入の際にお役立てください。

〈商品案内掲載例〉



蔵 次品 予定 4月

CO-OP 飛騨中華そば(国産小麦使用)
2食(めん100g×2)+スープ
1人前(めん100g、
スープ41.5g)あたり337kcal
①1人前(めん100g、
スープ41.5g)あたり6.2g
細ちぢれ麺の醤油味。
かんすい使用。
賞味 20日 冷蔵
東海コープ(高山めん本舗)/国内製造

268円
税込289円

「かんすい使用」の表示あり→
かんすいを使用しています。



しょうゆ味

蔵 次品 予定 年産

CO-OP 冷やし中華(しょうゆ味)
2食(めん110g×2)+スープ
1食(160g)あたり350kcal
①1食(160g)あたり3.4g
国産小麦使用。
賞味 14日 冷蔵
日本生協連(坂崎製麺)/国内製造

1食あたり
本体価格
84円!

年間
最安値
168円
税込181円

「かんすい使用」の表示なし→
かんすいを使用していません。

東海コープ
ホームページに
「おいしくって、
安全なおはなし」の
バックナンバーが
あります。



2024年
9月3週
(38号)

東海コープからの
おいしくって、
安全なおはなし

