



クイーン倶楽部だより 5月号

2017年
第171号

ERN 有限会社エコ・ライス新潟

新潟県長岡市脇川新田町字前島970-100
TEL 0258(66)0070 FAX 0258(66)0447
URL <http://www.eco-rice.jp/>
E-mail office@eco-rice.jp



はばたく中小企業・小規模事業者300社 **選定!**

「はばたく中小企業・小規模事業者300社」にエコ・ライスが選定され、表彰式に参加してきました。今回の選定をバネに、人工透析、食物アレルギーそしてセリアック病の患者の皆様が、安心して食べられる食品を開発して“お米の可能性”を追求してまいります。

はばたく中小企業・小規模事業者とは

中小企業庁が、革新的な商品開発やサービス創造、地域貢献・地域経済の活性化、海外での積極的な販路展開等による国際競争力強化など、独自の技術・サービスで伸びる取組を行うなど、様々な分野で活躍している中小企業を選定し、表彰する取り組み。



中村 信也(なかむらのぶや)

医学博士。東京家政大学家政学部栄養学科教授として教鞭をとり、「食と医療」の医療薬膳研究の第一人者として活躍中。

ドクター “N”の 私にも一言言わせて

※ドクター…英語で博士の意味

突き進む食の甘味化

味覚には、酸味・苦み・甘み・塩味の五味があります。それぞれ異なる働きで生体に元気を与えてくれます。近年、甘味が席卷し、他の味がなごびりにされ、やがて体力衰退の招来が危惧されます。

最も敬遠されている味は塩味です。塩は血圧を上げる張本人になり醤油、味噌、漬物は減塩中心になっています。塩は有害食材となり、真夏に大量に汗をかいても水分のみの補給で脳梗塞を招いています。薄味は生理食塩水となり細菌培養で非常に危険です。

苦味食品も駆逐され、苦味を味わう習慣はなくなりました。ミルクと砂糖たっぷりのコーヒー、チョコレートが主流で甘い食品になってしまいました。

酸味は果物では急速に甘味化が進行しています。りんごはかつて酸っぱくサラダやパイに使われる野菜でしたが、今や蜜入りの代表甘味果物です。柑橘類は甘味合戦で水菓子に変化しつつあります。

辛味も例外ではありません。大根は辛い食材でしたが、現在辛味は消え淡味ですが、いずれは甘い大根になるでしょう。

一体どこまで甘味化は進むのでしょうか。糖は脳に速やかに吸収され脳細胞を刺激し、幸福感を与えてくれます。たつぷりと砂糖が入った食品はとて美味しく、幸せ、鎮痛効果をもたらしてくれます。

しかし、行き過ぎた甘味社会はどのようなのでしょうか。甘味依存を生み、人々は、もっと砂糖を、合言葉に甘味食品を求めようになるでしょう。

そして、砂糖過剰摂取で病気を増やしてゆきましょう。行き着く先は「砂糖病の蔓延」です。過剰の砂糖摂取は肥満、糖尿病、心臓病、胃腸病を招くでしょう。

このたび、私は「和薬膳」という本を発売します。五味をしっかりと意識し、五味を薬しんでもらうことが盛り込んであります。和食は五味を堪能させる料理であることを広報するのです。