

# ひまわり

2018年  
10月29日  
No. 1286

## 生活協同組合 あいコープふくしま

郡山市安積町日出山1-110-1  
Tel 024-956-0011 Fax 024-956-0055  
フリーコール 0120-910-408

ローカル商品のご案内（11月2回）はうしろのページからです ホームページ <http://icoop-fukushima.jp>

CO・OP共済に関するお問合せは、フリーダイヤル 0120-212-107

- ① 価格が安い国産ブロイラー 安全・健康よりコスト優先、超過密飼いと抗生素質がエサに  
家畜や魚への抗生素質の投与は人への投与の2倍  
② キキンの力 ペプチド、コラーゲンなど良質なタンパク質  
③ ↓ 職員会議でサラダキキン作り、その後の話も  
④ 千葉産直 缶詰交流報告⑤ 缶詰レシピ オイルサ・ディンパスタ、つみれ風みそ汁  
⑥ ↓ /生産者からのお便り / 矢作ワイン 葡萄の収穫 ためねに実り重かった?  
⑦ ~⑩ ローカル案内 共通申込み書、なんでもカード、買い物控メモ

## もくじ

# 価格が安い 国産ブロイラー（食肉用若鶏） 安全・健康よりコスト優先 超過密飼いと抗生素質がエサに

鶏に限らず、豚、牛などの家畜や養殖魚への抗生素質投与が日本全体で「人への投与の2倍」に達しています。（2ページ資料B）その投与理由は、抗生素質が「病気予防、成長促進」効果があるとして、毎日のエサに混ぜられています。これにより耐性菌が強められ、院内感染につながります。（資料A）なぜ抗生素質が使われるのか？

今回は、米沢郷鶏と市場流通の鶏肉を比較してみます。

## 院内感染と抗生素質の大量使用

① 市場流通の鶏肉の多くは大規模鶏舎です。畳1枚のスペースに30~50羽と超過密飼育です。しかも外部と遮断されたウンドレス（完全密閉）鶏舎、照明とエアコンで調整して早く太らせ「メタボの若鶏」にして出荷を早めてるわけです。

その結果、運動不足、免疫力低下となり感染症にかかり易くなるため、抗生素質や合成抗生物質を毎日のエサに「予防として」（？）入れているわけです。国内産ブロイラー（食肉専用の若鶏）の大部分がそうです。

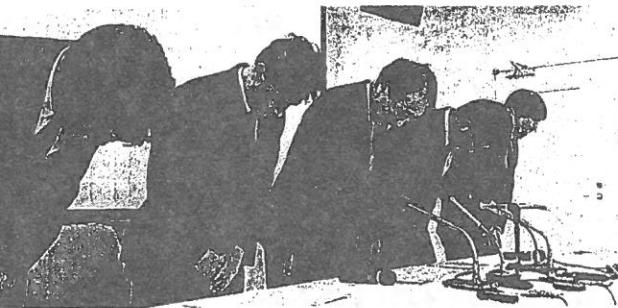
（資料A）

（加藤美帆、竹野内恭宏）

次ページへ 続く

①

35 社会 13版 ▲ 2018年(平成30年)8月4日(土) 朝日



鹿児島大病院（鹿児島市）は3日、入院患者15人から抗生素質がほとんど効かない多剤耐性アシネットバクターや類似の菌が検出さ

れ、8人が死亡したと発表した。集中治療室（ICU）を中心に院内感染が広がった可能性が高いとみて

いる。記者会見で、院内感染防止の担当者は、「（当初の）認識が十分だったとはいえない」と対応が後手に回ったことを認め、夏越祥

らに謝罪した。

病院によると、多剤耐性アシネットバクターが検出された患者は、昨年4月から今年4月にかけて見つかって5人。うち3人が死亡した。類似の耐性菌の感染者も2016年9月から今年2月にかけて10人見つかって、うち5人が死亡した。

（資料B）

# 耐性菌検出 8人死亡 集中治療室で感染か

鹿児島大病院

2018年8月4日 朝日

その結果、ICU内の床ずれ予防用マットレス16台のうち3台から耐性菌が発見された。別の患者から菌が検出された昨年10月にもICUの手洗い場で菌が見つかっており、ICU内の器具や医師、看護師らを介して感染が広がった可能性が高いことがわかったという。現在ICUの改修工事中で、今月下旬には1週間

された昨年4月以来、消毒や衛生管理の強化などの対策を進めていたが、今年4月、菌が検出された患者2人が相次いで死亡したことで「非常に重大」と認識。外部の専門家も交えた本格的な調査を始めた。

## 多剤耐性アシネットバクターとは

- ・毒性の弱い菌で健康な人には無害
- ・高齢者や抵抗力の弱った患者に感染すると、肺炎や敗血症など重篤な症状を引き起こすおそれ
- ・抗生素質がほとんど効かない
- ・医療従事者との接触やカテーテルなどの医療器具を介して感染

東京都健康安全研究センター提供

アシネットバクターが検出された患者は、昨年4月から今年4月にかけて見つかって5人。うち3人が死亡した。類似の耐性菌の感染者も2016年9月から今年2月にかけて10人見つかって、うち5人が死亡した。アシネットバクターが検出された15人のうち14人はICUで治療を受けていた。病院は、多剤耐性アシネットバクターが最初に検出された15人のうち14人はICUで治療を受けた。アシネットバクターは健康な人には無害だが、病気で抵抗力の弱った患者では重症化することがあり、抗生素質が効かない耐性菌だと症状を和らげる対症療法しかできなくなる。

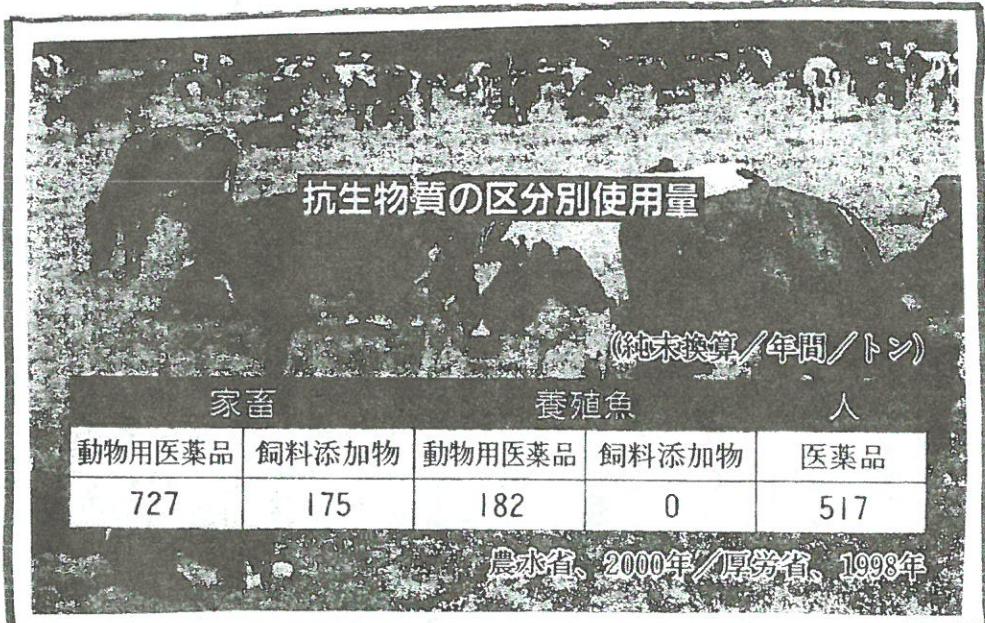
（資料C）

前ページより

- ② 食肉として出荷前には「薬」を排出する休養期間が定められており、食べる時には鶏肉に抗生物質の残留がないことが原則です。しかし、違反使用による残留が全くないとはいえない。出荷の直前に病気が発生すればその周囲の「不健康な鶏」に一気に感染します。そのため抗生物質を「予防的」に投与するわけです。
- ③ 結果、ブロイラーの腸内に毎日抗生物質が入り込み、それに対抗する「菌」が「多剤耐性菌」に変化します。かつての菌は鶏ふんで排出され → 床面で乾燥 → それを鶏が食べる。この循環によって濃縮が進み、腸内により強い「耐性菌」が出来ていきます。

## 家畜や魚への抗生物質の投与は人への投与の2倍

「成長促進・病気予防」のため 1084トン(年間)



(資料B) 農水省、厚労省 統計より作成

- ④ この菌が鶏の体表や肉に付着し、調理場で手指・調理器具・他の食材に移り、人間の体内に入り込むわけです。「菌」は加熱によって死にますが(鶏肉は生で食べない限り大丈夫)、そうでない場合は人間に感染します。健康な成人、免疫力が高い場合は大丈夫ですが、幼い子、高齢者、病人などは感染しやすくなります。院内感染の発生はその典型といえどでしょう。

## 健康で安全な鶏づくりのコスト

- ⑤ 他方、米沢郷は若鶏が動き回れる自然の光と風が入る開放鶏舎を「熟練職人」が管理し、ヒナの時は泊り込むなどの手間をかけるなど、鶏の生理を大切にして飼育です。飼料は地元の飼料米、遺伝子組み換えなしのトウモロコシ、大豆を使用。そのうえ微生物優位の腸内環境づくりにBM活性水(バクテリア・ミネラル)、乳酸菌を投与して免疫力の高い若鶏を育っています。  
運動、自然の光と風、安全な飼料、微生物によって抗生物質を使用せずに健康な鶏づくりを実現しています。

## 「高くて買えない!」と宣言する前に

- ⑥ こうした飼育方法は、若鶏づくりの価値が上がり、価格の高さになります。スーパーの店頭では「国産鶏むね肉 100g当たり 58円」を見かけます。他方、私たち米沢郷では「100g 137円」と約2.4倍であり、「300gでは240円差額」で節約を考えれば大きな額で「やっぱり買えない!」と…。  
「高くて買えない!」と宣言する前に、こんなに「安い国内産鶏」がどうして店頭に並んでいるのか? 何かを傷つけ犠牲にしてる原価の鳥肉でないか?など

「安い価格の裏側」を知ることが大切です。

同時に米沢郷の鶏肉が私たちの健康、安全、本物の旨さ、環境への貢献度を知ることもあります。

(あいコープふくほ 佐藤孝之)

●若鶏のむね肉には、イミダゾールジペプチド（アンセリン、カルノシン）という抗酸化作用のある成分がたくさん含まれています。これらは、アンチエイジングに役立つといわれています。筋肉疲労を防ぐ効果もあります。「渡り鳥が休まず飛べる鶏むね肉 ペフ<sup>®</sup>キド<sup>®</sup>の力」

イミダゾールジペプチド  
は鳥類の翼のつけねの筋肉に特に多く含まれています。

## チキンの力

良質なタンパク質摂取と運動による筋肉強化におすすめ食材  
動脈硬化を防ぐリノール酸も豊富！

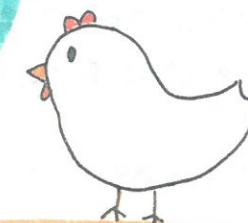


目、皮膚、骨の健康維持に役立つビタミンA、K！

[100g当たりのビタミンAとKの比較]  
(五訂日本食品標準成分表)

	ビタミンA(レチノール)	ビタミンK
牛 かたロース	3mg	8mg
豚 かたロース	6mg	2mg
若鶏 むね	32mg	35mg

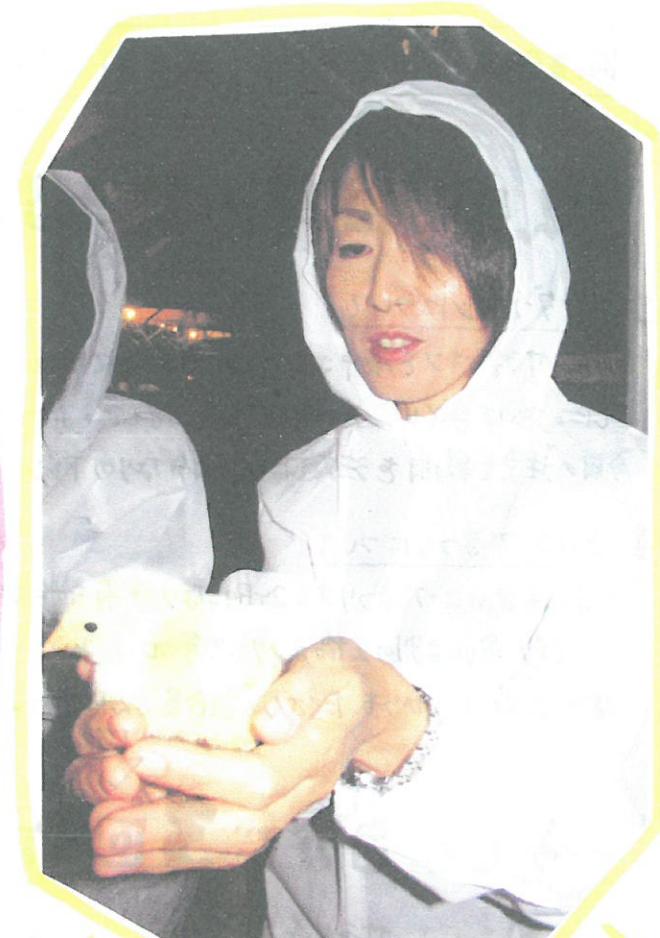
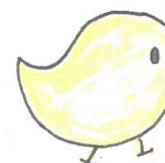
渡り鳥が休まず飛べる  
鶏むね肉  
ペフ<sup>®</sup>キド<sup>®</sup>の力



●コラーゲンには、肌の潤いや弾力を保つ効果があります。エイジングや紫外線などの影響でコラーゲンが減少してくると、弾力性が低下し、しわができるたりします。日ごろから、コラーゲンを補給する食事を心がけたいもの。手羽さきなどの鶏肉には、上質なコラーゲンがたっぷり含まれています。



特に手羽先には  
上質なコラーゲン  
たっぷり♪



一切の抗生物質・抗菌剤を使わないで育てていく。米沢郷鶏舎内（9月12日）

### 国産鶏肉から耐性菌

「都内のスーパー5店舗の鶏肉210品を調査。70%の肉からカンピロバクタ-菌が検出され、そのうち59%が抗生物質耐性菌だった。  
(2002年～03年調査)」  
(『食べるな！危険』より)

③

資料II

### 海外からの輸入鶏肉からも検出

—すべての抗生物質が効かない細菌 VRE —

フランス産 鶏肉 50%

タイ産 21%

ブラジル産 9%

中国産からも検出

ヨーロッパ、アメリカ産など多くの国で検出

\* VRE (パンコマイシン耐性腸球菌)

## こんなに簡単に作れることに驚き

## ① サラダチキンについて

今回、サラダチキンを廣中さんに自分で作ってもらい、こんなに簡単においしく作れるんだと驚きました。私は塩(レモン)の味が気に入りました。よけいな味がなくなおかつ鶏肉の味も楽しめて。今回の注文で鶏肉を注文したので自分なりのアレンジレシピを見つけて組合員さんにも伝えていきます。

## ② あいコープまつりについて

いよいよあいコープまつりまで2ヶ月になり準備も始まります。去年の自分のコーナーでの反省をひきついだり、今回は別の生協まつりにも参加し、あいコープまつりの成功につながるようにしたいです。また、自分のコースからも、たくさん組合員さんに参加していただけるように声かけもしっかり行きます。



## そして、自分で3回作りました！ そして4度目へ

サラダチキンを作てみての感想

私はサラダチキンを作り方を変えて3回作ってみました。

**1回目** は、レシピ通りに、レモン塩がなかったので塩で味つけ。500Wで5分レンジにひじかべりパサッキがありました。

**2回目** は、4分30秒でレンジにかけて余熱で置いた所、肉がしっかりと食べやすく、レタスと一緒に食べました。味は塩がしっかりとついていたのでそのまま食べました。

奥さんも簡単にできておいしいといっていました。

**3回目** は、カレー味のサラダチキンを作てみました。肉を半分に切って、カレー粉をかけただけと、かなりシンプルにしてレンジにかけた所、仕上りはいまいちになりました。外側はカレーの味がするような感じはあります。4分30秒ではカレーの粉の感じがつよすぎました。インターネットで調べると「袋に入れて置く」という情報がありましたが、次はその方法を挑戦します。

(職員 三坂)

## 市販品も「美味しい」が添加物の味なので…

職員会議に参加して、今回の食べ比べで廣中さんが作っている塩麹で漬けたムネ肉が柔らかく、すごく美味しいかったです。市販のも美味しいのですが、化学調味料や添加物で増量しており、添加物で作られた美味しいことを知ると、子供には食べさせたくないと思いました。

実際、市販で買うよりも作った方が全然お得なので組合員にも勧めたいです。米沢郷の訪問報告も聞いて、美味しい鶏肉を作るにはエサだけではなく、ヒナの管理もストレスが溜まらないように細かい配慮で育てているからこそ出来ると思いました。

あいコープ祭りでの活動は、祭も近づいているので交流会の参加、サポートの参加、友達招待の声かけをして行きます。

来週、家でサラダチキンを再度作るので、作成感想は改めて報告します。

(職員 大越)

## 家にあった「むね肉」では ぱさつきとうすい味

サラダチキンは廣中さんのレシピをもとに、日曜日に作ってみました。家にあった「むね肉」を使い塩コショウで味つけをしましたが、会議で食べたものと比べるとよりぱさつきがあり、味がうすく感じました。今週の注文で米沢郷のむね肉を買ったので、もう一度作りたいと思います。又、改めて市販のものは、味が濃いので調味料の量が少いんだと思いました。米沢郷牧場の報告でも、すごくこだわりがあり、手間暇をかけて育てている事が分かり、ありがたみを感じました。

まつりについては、今回が初めてですが、組合員と話をすると皆さん「楽しみだ」と言うので、これから準備も色々あり、大変だとは思いますが全員で作りあげるおばらしいまつりにしよう、がんばりたいと思います。

(職員 玉應)

## 自分で作るとお伝えしやすい！

今週配布「ひまわり」での紹介。2週目、自分で作ってみて、おいしく出来たことを伝える事が組合員の納得が大きかった事です。「それなら今度作ってみます」と話された方には改めて、「ひまわり」記事をお渡しました。そして組合員の感想が聞けたら良いなと思っています。

今後の交流会、そしてまつりの参加はそれを意識して取り組みたいと思います。

(職員 廣中)

まんま通信

## 旬の美味しい魚まるごと 脂も汁もそして 時短

昨年のあいコープまつりでお会いしてからの「缶詰ファン」で、それ以来 わが家では立派なおかずになります。今回は社長さんの話しが聞けるという事でとても楽しみにしていました。

魚というと、どうしても骨があり、生臭かったり、料理の仕方が分からないと食べさせるのに苦労している人も多いはず… でも『魚』には体をつくる素、骨、脳の発達など栄養食材。だから社長さんは“魚を食べましょう”と言いました。体は食べたものでできています。家族の食事は料理する人の見極めが大切と考えています。千葉産直さんの魚缶なら迷がいなし!!

旬の美味しい魚をまるごとつめていて栄養満点。安心・安全、体にいい脂がとれて汁まで美味しい  
しかも時短です。これからも魚缶ライフをもっと楽しみたいと思います。

（伊豆市）

プロのシェフもご用達。  
お家で本格ペペロンチーノ！

目安時間  
約15分



オイル  
サーディン

材料(2人分)

オイルサーディン 1缶、スパゲッティ 160g(太さ約1.6mm)、にんにく 1片、鷹の爪 1本、あさつき 3本、オリーブ油 適量、塩・こしょう 適宜

作り方

- 湯を沸かし塩を加え、パスタを茹でる。(茹で時間の1分程前迄)
- フライパンに缶詰のオイル(全量)、スライスしたにんにくを入れて中火にかけ、きつね色になってきたら、鷹の爪を加えて炒める。
- 香りが立ってきたらオイルサーディンを加え軽く炒める。
- ゆで汁大さじ2と、パスタを加えて、塩・こしょうで調える。
- 小口切りしたあさつきを加え、香りづけにオリーブ油を回しかける。

### オイルサーディン・パスタ



## 肉の代用として魚を使う 早く帰って作りたいと!!

今回、千葉産直缶詰交流会の参加は2回目になります。初めて参加は4年前で、あまりの美味しさに驚きすぎて“おいしい”車の頭に残っていました。今回は料理のアレンジ方法や素材へのこだわりを学ぶために参加しました。アレンジレシピで一番驚いた事は魚の缶詰だから魚料理にするのではなく、肉の代用として使う事。ナポリタンやれんこんのはすみ焼等、今までお魚で作った事がありませんでした。発想の転換で様々な魚、料理を楽しめることを教えて頂き、交流会を聞きながら、早く家に帰って作りたい!! と1人影でウズウズしていました。

いか缶やさんま缶は普段あまり使っていたいなかったので、これを機に缶詰ライフを楽しみたいと思います。

（福島市）

ローカル案内 番号届け

400813 ミニとろイワシ3缶セット 100g×3缶 810円(税込)

### ダシ要らず！つみれ風みそ汁



材料(4人分)

とろイワシ水煮 1缶、お好みの具材 適量、みそ 適量  
水600~700ml

- 鍋に分量の水を入れ、お好みの野菜を適当な大きさにカットして加える。
- とろイワシ水煮缶を煮汁ごと全て①に加え、水から煮る。
- 具材に火が通って柔らかくなったら火を止めて、みそを溶き入れる。

※水の量は、具材や味噌の量によって調整してください。

毎日ダシ要らず。  
みそ汁が本格つみ  
れ汁に。

目安時間  
約10分



とろイワシ  
水煮

## ひき肉のかわりに 缶詰

### 缶詰交流報告②

缶詰の様々な利用法にびっくりでした。

ひき肉のかわりに 缶詰!! これから活用していきます。スーパーに並んでいる商品ばかり目にしていましたが、海の様子まで… 考えなくてはならないんだな…と感じました。

1週間に1回、産直さんの缶詰食べます!! (最低でも)

(福島市)

ゲストさん  
の声

・ 缶詰を使ってつみれやハンバーグ等作る事に思いが致りました。缶詰に対する考え方を変わりました。今日は参加出来て良かったです。これから色々作ってみようと思いました。

(ゲスト K.M 様)

・ 缶詰は保存食のつもりでいましたが、今回参加しまして、色々な利用方法がある事に気づかされました。またおいしい缶詰は味もにおいも良い事に感心しました。

(ゲスト 二本松市 S.E 様)

・ 缶詰の見方が変わりました。新鮮な魚を使っている事がわかりました。同じさば缶の違いがよくわかったです。さば缶の汁のようも再確認しました。

(ゲスト T.M 様)



## 葡萄の収穫 ために実り重かった?

矢作ワイン 向山社長

私は秋が好きです。

草木や昆虫も長い眼差しから目覚め生命観にあふれ、心地よい薫風を感じる春先も嫌いではありません。真夏はぶどう棚の下にいてもギラギラとした照り付けで肌を切り裂かれるよう農作業、疲れているのに寝苦しく眠れぬ夜を何度も耐えて、それが嘘のように秋には朝晩の冷え込みが日に日に増し何時いか肌掛けから羽をまがいの布団になり、夜が明けてもまだそこに潜っていたいのに「ヨイショ」と起き上がり、そそくさとワイン畠に向かい甲州種やマスカット・ベリーA種の色付きを眺め「もう少しだから、もうちょとだけ頑張って」と葡萄に話しかけます。

さあ、いよいよ、一緒に葡萄の収穫です。たわわに見て重たからであろう何トンもの荷物を

### \*生産者からのお便り 秋晴れぞようやく稻刈りが順調に

秋晴れの日が続き、稻の刈り入れも順調に進むようになりました。これまで台風の影響で雨降りが続き、田んぼがぬかるみになってコンバインの操作に苦労してました。コンバインの入れない田んぼの稻はもらってもいらないと言われるのが今日の稻作状況です。そのような中で安心して食べられる美味しいお米や野菜の生産に取り組んできました。11月17日(土)には天地の恵みと食べてくださる皆様に感謝する収穫感謝の集いを催します。どのようなところでどんな人が農業に取り組んでいるか理解しあう良い機会です。皆様のお出でをお待ちしております。

石沢 重吉

ローカル案内  
愛農会 無農薬の新米  
コシヒカリ

000710 白米 5kg 3130円(税込)  
000711 玄米 5kg 2820円(税込)

季節の旬  
野菜セット「愛農箱」  
10月3回(白菜、人参、ナス、小松菜、玉ねぎ)  
977円(税込)  
10月4回(長芋、大根、ナス、小松菜、じゃがいも)  
※毎週注文しますとバランスが良く食べれます。

→ やと下ろしてやることが出来ます。「お疲れさま」「ありがとう」と、このおれしが本当に心から言えるのです。心から嬉しいでございません。冬明けにあの眠りから覚めたらばかりの葡萄の木に「さあ、今年も一緒にやるじゃんよ」と、あれからずっと君達に鞭打できましたが、やと樂にしてあげられるのです……私は秋が好きです。2018年今年も葡萄果樹達が頑張ってくれました。どのドウも満面の笑みで矢作洋酒のコンテナーに来てゆき、芳醇なワインへと立ちます。彼等は私の付き合いはまだまだ続きますが、皆様の處へ嫁ぐまでは私が大切に大切に育てますので楽しみにしてください。

ぶどうも発酵も勝沼産  
新酒 矢作ワイン  
⑥

000744 赤ワイン  
000743 白ワイン  
000742 ロゼワイン  
各ワイン  
720ml  
1,404円(税込)