

# ひまわり

2021年  
3月15日  
No. 1405

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

## もくじ

- ① 二つの歯みがき使い比べ 合成と石けんハミガキで味覚が変わるのが実験
- ② ↓ 拡大石けん会議報告 合成ハミガキで舌乳頭変性す!
- ③ ルート吉の電子拡大 / 組合員のひびき 貢献応援
- ④ ↓ コロナに抗いて ウクチンを考える(上) ウクチンの有効性、副作用の心配「集団免疫」の力
- ⑤ 写真④⑧⑨ mRNAウクチンのしくみ
- ⑥ ↓ 1月職員会議報告(下) コロナ感染防止と地元うどん、生産者からのお便り、測りて安心
- ⑦ ~⑩ ローカル商品のご案内・なんでもカード・注文控えメモ

ローカル商品のご案内（3月5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 0120-80-9431

## 二つの歯みがき使い比べ！



### 準備

- パックスナチュロンハミガキ（石けんハミガキ）
- (合成界面活性剤ハミガキ)
- リンゴジュース (ナガトマト 国産 ふじりんご100%)



### 実験

- (1) リンゴジュースを飲んで味を確認する
- (2) パックスハミガキで1分間歯をみがいて  
3回口をすいでから リンゴジュースを飲む。  
(1)のときと味は変わるか。
- (3) 合成界面活性剤ハミガキで1分間歯をみがいて  
3回口をすいでから リンゴジュースを飲む。  
(1)のときと味は変わるか。

①



結果は次ページ

## 結果

	9才息子	14才息子	自分
(1) リンゴジュース そのままの味	おいしい	おいしい	おいしい
(2) パックスハミガキ (石けん)のあと リンゴジュース	(1)と同じ味 おいしい	(1)と同じ味 おいしい	(1)と同じ味 おいしい
(3) (合成)のあと リンゴジュース	合成ハミガキの味 スースとして変な味 リンゴジュースの味 苦い!!	合成ハミガキの味 人工的な甘味が ひどい味!! リンゴジュースの味 元々あた甘味が ほとんど感じられない気が。 思った以上に違う!!	合成ハミガキの味 泡立ちする。いやな甘味 刺激が強い。 リンゴジュースの味 リンゴジュースのあいさ、 香りがお下く無くなり 苦味を感じた。びっくり!!

(石けん会議)

## 拡大石けん会議 報告(1月14日)

### ハミガキ(合成界面活性剤)で舌乳頭(味蕾)変性す!

1月は、石けん歯磨き剤について学習しました。市販品の多くは「合成界面活性剤」が発泡剤として使われてあり、歯磨きすることで舌表面の舌乳頭が変性すること。

他方、石けん歯磨き剤ではなんの変化もないことがわかりました。

このことは、日常生活でも体験でき、「歯を磨いた直後に食べると苦い!味がわからない!」など体験できます。ぜひ各家庭で実験してみて下さい。

#### ～各委員・ゲストさんからのお話～

Aさん 子どもには歯ミガキ剤を使わせていません。今後使うなら石けん歯ミガキにします。

Bさん 子どもが合成歯ミガキを闇薈で飲みそうと恐いです。

Cさん 夫は「知覚過敏」で特別の歯ミガキを使ってますが、今日の話から変えられるかな…。

Dさん 家では泡立ちが良い商品を好み選んでます。

Eさん 歯ミガキ剤にこんな違いがあたことは驚きです。

石けん歯ミガキのサンプルをみなさんの家でお試していただき、その感想をお願いしました。

### 清潔・発泡 成分は…

#### パックスナチュロンハミガキ

(効能)ムシ歯を防ぐ、口臭を防ぐ、歯垢を除去する、歯石の沈着を防ぐ  
 成分/炭酸Ca(研磨剤)、水、グリセリン(潤滑剤)、シリカ(基剤)、石けん素地(清潔剤)、スペアミント油、ハッカ油、ユーカリ油(清涼剤)、トコフェロール[天然ビタミンE]、チャエキス・甘草エキス(調味剤)、カラギーナン(粘結剤)

(成分)  
 研磨剤…重質炭酸カルシウム  
 無水ケイ酸  
 潤滑剤…ソルビット液・プロピレングリコール  
 粘結剤…カルボキシメチルセルロースナトリウム  
 発泡剤…ラウリル硫酸ナトリウム  
 香味剤…ダブルミントタイプ(香料)  
 サッカリナトリウム  
 薬用成分…モノフルオルリン酸ナトリウム  
 保存料…安息香酸塩

② 石けん素地

ラウリル硫酸ナトリウム  
 (合成界面活性剤)

### ハミガキ実験

家は小5年の息子で

「石けんハミガキで歯を磨いたあと  
にんじんジュースを飲むと……」「ふつうにおいしい」

「合成ハミガキ」で歯を磨いたあと  
にんじんジュースを飲むと……」「にんじんジュースの味がしない!」

合成ハミガキで気持ちが悪く吐き気がした…の感想もありました。

今まで「ハミガキ剤」を使ったことがなかたのははじめての経験でした。

(あいこーふくしま 橋本拓子)

# 舌乳頭・変性

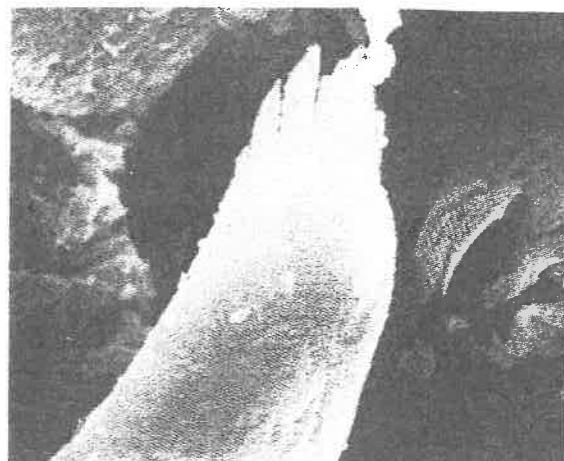
## 〈ラット舌を電子顕微鏡〉

水を60回塗た

\*石けん菌ミガキを塗布、結果は水と同じ



↓拡大



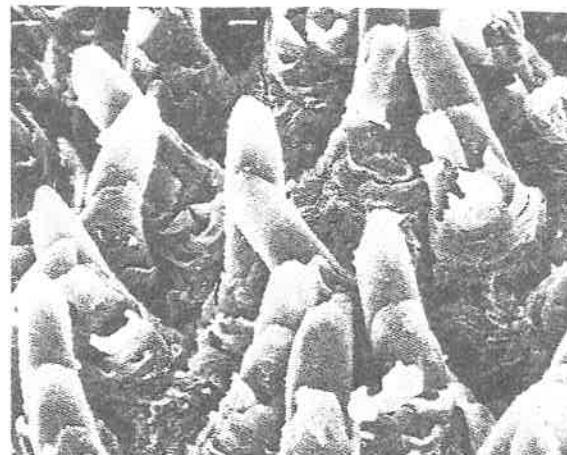
⑭上の⑫の拡大写真 舌乳頭の先端は、さらに二次乳頭としてきれいな凹凸があるのが分かる。

\*舌乳頭の中心部に“味蕾”という味を感じる細胞があり舌乳頭と同じように変性します。

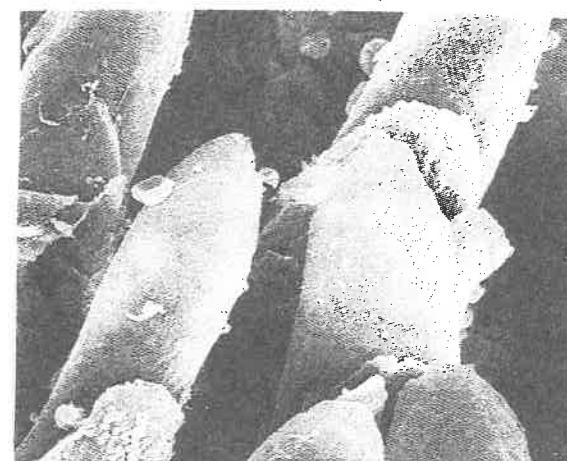
(坂下栄著 “合成洗剤は細胞を破壊する”)

アルコール系界面活性剤入り

希釈して60回塗た



↓拡大



⑯上の⑮の拡大写真 乳頭の先端は表面から破壊されているかのように二次乳頭は全く見られない。



組合員の  
ひろば 熱い思いの生産者  
どんどん買って応援!

「ひまわり」の地産地消を読んでふと思い出したことがありました。今から50年くらい前のことですが、八百屋さんに母と行った時、八百屋の奥さんが「うちのは全部地元のだからうまいよ」と言いました。すると母は「バナナも地元の?」とさきました。すると八百屋のおかみさんは「え」とだまつてしまい…。すぐにどと笑い声につつまれました。たぶん今から50年前はほとんど野菜は地元のもので、あたり前のように地産地消のサイクルがうまく回っていたと思います。50年前に戻れないけれど、熱い思いの生産者の食材をどんどん買って応援し買った人に健康に良いことを口コミで伝えたいです。

(須賀川市)

# コロナに抗して ワクチン接種始まる「ワクチン」を考える(上)

新型コロナ発症から1年、仕事も生活も心もすべて限界に近づいて一日も早い収束を願っています。これまでの私たちの感染防止「マスク、手洗消毒、自己免疫力のアップ」と同時に世界的な感染率に日々収束は全体の60%~70%の人々が獲得する「集団免疫」をワクチンで作ることが大きな課題になっています。(次ページ写真A)

## 接種が始また「三つのワクチン」の有効性について

① その「有効性」は95%~70%とインフルエンザワクチンの50%前後に比べて極めて高い数値となっている。(写真B) 具体的には「感染・発病・重症化」を防ぐ効果も高く、「発症予防94~95%、重症化予防92%」(ファイザー社)ですが、「感染そのものを防ぐ接種1回70%

② 同時に「副反応 - アレルギー反応」の問題です。<sup>ですが、感染そのものを防ぐ接種1回70%</sup>  
接種2回85%以上

a) アナフィラキシーの発生(2つ以上のアレルギー症状)

- 米国2021年1月27日報告 ファイザーウクチン 100万回に5回  
モーダルワクチン 100万回に2.8回

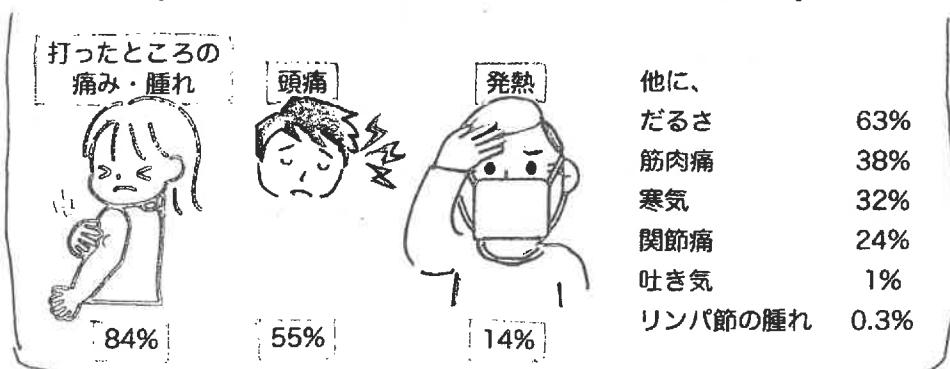
\*どちらも(mRNAワクチン)

\*これまでのインフルエンザワクチン 100万回に1.4人

\*接種後15分~30分に発症、会場内の医師が治療し回復している。

\*医療従事者75人うち8人がアナフィラキシー発生(3月8日現在)

b) mRNAワクチン(ファイサー)の副反応(臨床試験から)



## c) mRNAワクチン(ファイサー、モーダル)もう一つ不安

コロナウイルスのRNA遺伝子を編集して体に入れ、タンパク質としてウイルスの一部が作られると、体に抗体が発生して免疫が働きます。「mRNA」は分解によりこれを体に覚えさせ、「獲得免疫ができる(写真C)」(しかし私たちには遺伝子組み換えの不安と「mRNA」を体の中で反応させる物質(ポリエチレンゴリコール)等の添加物の存在も心配です。

### 「集団免疫」の力が大切

③これまでの日本における過去のワクチンの被害や遺伝子組み換え作物から、不安や納得できない気持ちがあります。

これ考慮する内容もあります。農作物に殺虫成分の遺伝子組み換えで、食べ物として丸ごと食べ続ける場合の質と量、持続性が異なるように考えます。

また、放射能治療での医学的措置や内得ひきなり薬剤も使われていますが、「〇〇的時候だけ」と答える(かなりの場合もあり)、「有用な害」を受けとみます。

コロナ収束にむけて、感染者、重症者を抑えながら「集団免疫」作りが緊急な課題と考え、ベストではないうが、ベターワイズで免疫力を持つ「人間のネットワーク」を国内外に形成しよう。この為か自分が自分や家族、仲間を守ることには、という考え方はどうでしょうか!

ウイルスはヒトの自然免疫や獲得免疫を避けるためにさまざまな生き残り「ウイルスの変異」が始まっています。感染力40%増といわれています。

私たちは、様々なリスクを抱えながら多くの人の協力と、誠実で巨大な集団免疫づくりを成功させたい。生命と健康と文化を守るために。

### リフレット

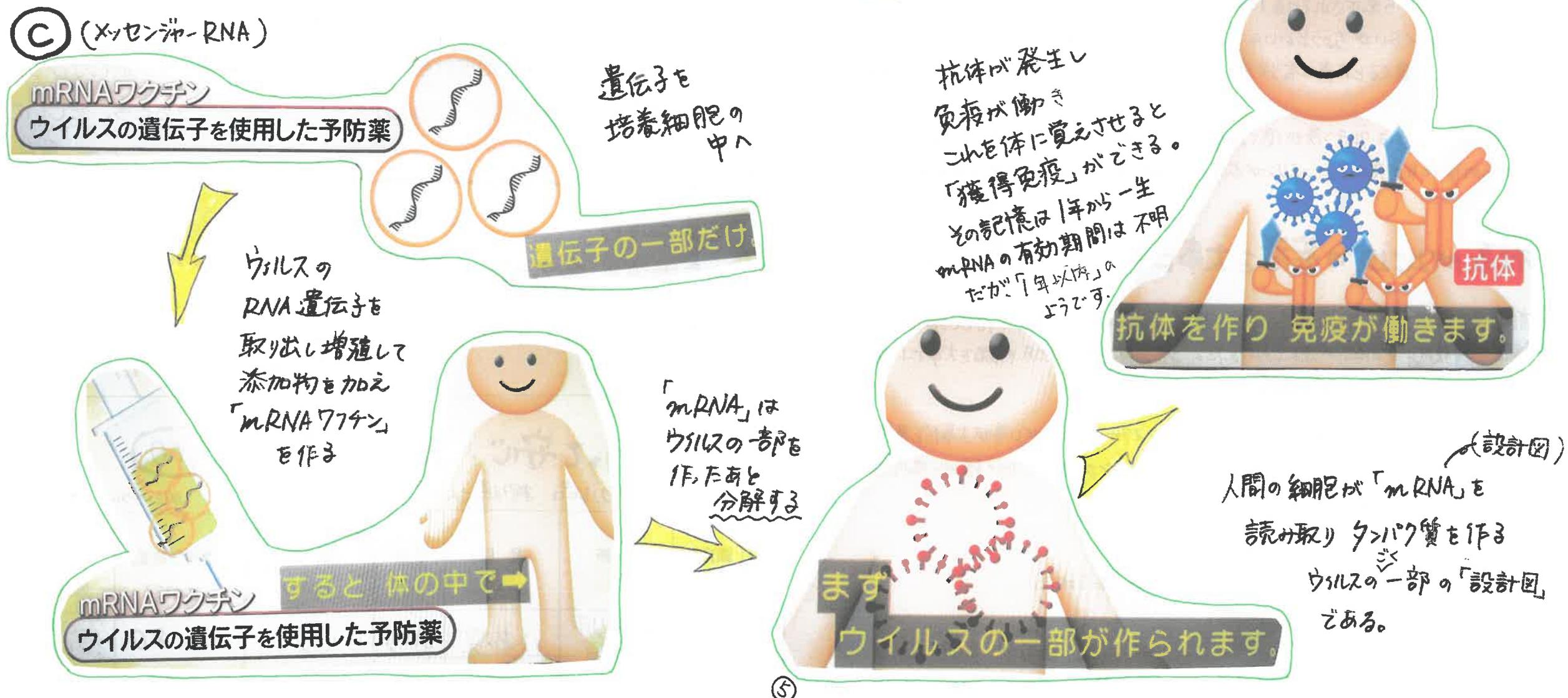
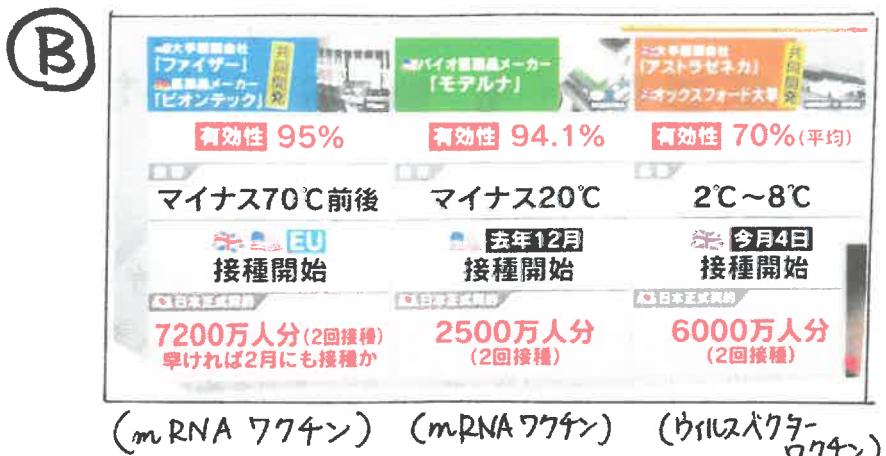
今回の紹介は「医療生協」、「東医学研究所 河岡ラボ」(NHK BS放映)などを参考にしてまとめました。「ウイルスは患者か」(亜紀書房、高田礼人、北大教授)

疑問、誤りの内容はぜひご指摘下さい。

次回は「不活性化ワクチン」「生ワクチン」をレポートします。

(あいコープふくしま 佐藤 考之)

収束の時期は  
「ワクチン」で  
2021年末～2023年末に  
世界の研究者(感染学、  
ウイルス・免疫学者等)全論文から  
AIの見解



・1月職員会議報告(1/30)

## ～コロナ感染防止と地粉うどんを学びと語り～

### <新型コロナ>

介護施設や会食などマスクをつけない・つけていない場所でのクラスター発生が多いことから、マスクをつけていればおおよそ防げると推測できる。飛沫感染が主で、接触・経口感染は珍らしいのではないか。自己免疫力を高めるには腸内環境を整えるのが大切。幸せホルモン、セロトニンも腸内で作られるため、心の健康も大事である。

### <地粉うどん>

各々の感想から表示されている15分茹で2分蒸らしだと長い。「伊藤さんの1分茹で10分蒸らし」くらいがちょうどいいのではないか?  
冷たいうどんを食べると小麦の香りを感じられた。温かくして鍋のしめの場合茹で時間を調整した方が良い。  
はらむちが良いのはグルテン度が低く血糖値が急激に上がりにくい下め。「春小麦」はグルテン度が高い下めはらむちが悪い。(インスリンが出る) ふすまを残せるのは無農薬だからこそ。

( )

## 社長が地域の若者を大事にする とても良い会社だと

- i 高橋徳治商店さんへの生産者訪問の感想を聞き、素材へのこだわりを感じするとともに、市販品の「国産り身使用」等の表示が逆にこわくなかった。また高橋社長の地域や若者を大事にしている思いも聞き、とても良い会社だと思った。
- ii コロナに関しては、不安が続く中、自分で出来る、マスクや手洗いうがい等が大事だと思った。  
また、ラジオで聞いた腸から出るしあわせホルモンセロトニンがコロナに効く話から腸内環境を整える事が大事、発酵食品など。
- iii うどんは「ラベル表示」よりも「やわらかさ」になる。  
1分茹で10分蒸らしや、5分茹で1分蒸らしなど色々ためしが良い。  
小麦は精麦工程上農薬等が残りやすい。

( )

\*生産者からのお便り

## 地震の度に原発施設の不安増す

2月13日の夜発生した地震は大きな揺れでしたが、深夜であったため詳しいことはわからないけれども10年前の震災のようなことにはならないようなので朝を待ちました。地震の度に心配するのは解体作業中の原発敷地内にある膨大な数の汚染水のタンクです。石油コンビナートの原油のように長期保存が日常的でつくられたものでなく、とりあえず垂れ流しにならないようにと追われるよう次々と作られたタンクです。そのタンクを増設する余地がなくなり、海に流すか蒸発させるか議論されています。原発関係者には通常の常識でないものがあるようで、中央制御室に他人のIDカードで出入りしたり、故障した地震計を放置し今回の地震のデータが取れなかったりします。福島の農産物の信頼度がようやく回復しつつある今、悲しいことです。

石澤 重吉

ローカル案内

地産地消の  
愛菜箱

000703

税込 977円

注文の参考に

3月1回 長いも600g、ほうれん草、1束  
キャベツ 1玉

3月2回 (予定)

大根、信夫冬菜、ブロッコリー、ニラ、玉ねぎ

## 測って安心・測って対応

ローカル品 柳沼さんの小松菜 不検出

310

単位:ベクレル/kg

測定日	場所	品目	量目	⑦.. 下限値	結果	検出下限値	測定時間
2021年 2月25日	須賀川市 江花	小松菜	800g	cs137	○	cs137	2.80 (2H)
"	郡山市	米飯	250g	○	○	○	7.74 "

(6)