



A~Eの順に並べてできる言葉は?

ヒント: デイジーに似たハーブ。お茶やアロマで人気。

1	4	6		11
E				B
	5		9	
			C	
2			10	
		7		
3				
		8		
	A			D

タテのカギ

- 2 不意に、唐突に、の意味。【○○○雨】
- 4 足の保護・保温をするフットウェア
- 6 タコだけかと思ったら、イカも出す!
- 7 ハエに似て、ハエより大きく、人を刺す昆虫
- 9 ラクダの毛を原料とした織物。このコートは高級品
- 11 「決まり○○○」「歌い○○○」「殺し○○○」

ヨコのカギ

- 1 明るさの単位。lxで表す
- 2 「犬が○○向きや尾は東」
- 3 緑日の定番。甘くて大きいけどすぐなくなる!
- 5 金銭を少しずつ積んで蓄えること。「定期○○○○」
- 8 「マリッジ○○○」「マタニティ○○○」
- 10 主○○と脇○○

正解者から抽選で、10人の方に図書カードをプレゼント!

発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

MOGMOG ホームページからも応募できます!
https://www.tohto-coop.or.jp/mogmog/

クイズの答え、おたより、写真、イラストなど、はがきまたは、ホームページから送ってね。上記アドレスあるいは、右の二次元コードからアクセスしてください。

はがきて応募する場合は、下記の内容を書いて送ってね。

- クイズの答え
- 住所/氏名(お子さんの場合、年齢または学年)/組合員コード/ペンネーム(希望の方)
- マッシュルームは好きですか? オススメのメニューは?
- 「食の未来づくり運動」のために「私にできること」「私の宣言」をお願いします。
- 東都生協50周年へのメッセージ、特集など各記事への感想、イラスト、写真など。

※おたよりや個人情報は、『MOGMOG』(インターネット含む)でご紹介する場合がありますが、編集目的以外での使用はいたしません。(おたよりは、リライトして掲載する場合があります)
※おたよりへの個別回答は行っておりません。

1月号の答えは、「B.D.F.G.H」だよ 締め切りは2月22日(水)の消印まで有効。

あて先 〒156-0055 世田谷区船橋5-28-6 吉崎ビル4階「MOGMOG」係

Q 「東都マヨネーズ」の原材料に、たんぱく加水分解物が含まれているのはなぜですか。できれば省こうと思っています。

A たんぱく加水分解物は、たんぱく質を分解したもので、添加物ではなく食品原料になります。

たんぱく質は分解されて最終的に約20種類のアミノ酸になりますが、その一つであるグルタミン酸ナトリウムに、私たちは「うまみ」を感じます。「東都マヨネーズ」原材料のたんぱく加水分解物は、「じゃがいもたんぱく」と「オートたんぱく」を加水分解したものを0.4%程度配合し、味に深みを加えています。

たんぱく加水分解物に問題があるとしたら、加水分解を塩酸で行った場合です。塩酸で分解をすると発がん物質(クロロ



プロパノール類)を生成することがあります。この濃度が1ppm以下なら問題はないのですが、十数年前の厚生労働省の調査では輸入魚醤(ナンプラー)やりんごしょうゆなど、しょうゆ風加工品で基準超過が見られたことがありました。しかし、だし・エキスメーカー、たんぱく加水分解物メーカーの商品に問題はありませんでした。

ちなみに、しょうゆやみそも、麹菌がたんぱく質をアミノ酸に分解することでうまみを感じます。昆布だしのうまみは、加熱分解によってできるアミノ酸のうまみです。

分解するたんぱく質の種類によって、アミノ酸のうまみにそれぞれたんぱく質特有の風味が加わります。かつおエキスやチキンエキス、ポークエキス、魚介エキスなどの味が異なるのは、魚や畜肉はイノシン酸、しいたけはグアニル酸、魚介はコハク酸などのうまみが加わるからです。

また、うまみには植物系のグルタミン酸、アスパラギン酸、魚・肉系のイノシン酸、きのこ系のグアニル酸、魚介系のコハク酸の5種類があり、これらをブレンドすることで味に深みが生まれます。東都生協のメーカーは、「いわゆる化学調味料」を使わずに、エキスや、だしを含むたんぱく加水分解物を組み合わせて味を作っています。

一部のたんぱく加水分解物は製造方法に注意が必要ですが、多くは加熱でうまみを抽出する「だし」や「フイコン」と同様安全です。東都生協では製造方法やクロロプロパノール類の管理・確認も行っていることをご理解ください。

Q 東都生協に意見や要望を伝えるにはどうしたらいいですか。

A ご意見、ご要望は「ひとこえ生協」にお寄せください。

毎月4回の商品案内『sanbonsu gi(さんほんすぎ)』P.2下の記入欄にご記入の上、切り取って供給担当者へ渡しただくか、東都生協のホームページ(<https://www.tohto-coop.or.jp/>)の上のヘッダーメニューにある「ひとこえ生協」を押し、入力フォームにご記入の上送信してください。

「sanbonsu gi」の掲載は月1回ですが、ほかの紙にメモをして提出してください。それでも結構です。その際はセンター名、班名、お名前、回答の要・不要も忘れずにご記入ください。

- 第1位 酢豚
- 第2位 豆腐と牛肉のすき焼き風卵とじ
- 第3位 八宝菜(産直豚肉使用)
- 第4位 牛肉と根菜の炒り煮
- 第5位 産直鶏肉と大根の五目煮



簡単に手作り感のあるおかずが完成!

「おかずキット」に興味を持っていた皆さまありがとうございます。2022年度上半期(2022年3月4回~2022年9月3回)利用実績の人気商品は左記の通りです。

Q 東都生協の人気商品に興味があります。「おかずキット」の人気商品を教えてください。

「おかしなQ&A!」組合員から寄せられた声にお答えします!



- 大豆を使った代替肉をもっともっと普及させたいです。北区 重松 和子
- 11月・12月合併号の特集記事「それはごみですか?」は、分かりやすく良かったです。繰り返しの啓蒙が大事です。狛江市 ペケ子
- 「ごみって何でしょう?」...トイレットペーパーの芯も売れると聞きました。リサイクルが簡単にできればいいな。足立区 沢藤 なみ
- 子育てはとっくに卒業しましたが、「真っ最中の方々のお手伝いができたら幸せ!」と思い、小さな活動をしています。府中市 おーらまむ
- くらしに役立つ情報が多いので、楽しく読んでいます!週に1度、「冷蔵庫祭り」と称して残りものだけでメニューを考えます。まずは、わが家からフードロスゼロ! 小金井市 なかゆう
- 親子で楽しめる季節のイベント情報を盛り込んでほしい。豊島区 中島 文江
- 「おかずキット」の感想を読み、八王子市・チョコさんに同感。私もコスパを考えると考えてしまいます。大田区 コーヒー
- 21世紀は食の奪い合いになると、30年前、セミナーで教わりました。今、災害や戦争が起こり、絶滅しそうです。板橋区 中口 えり子
- 食品添加物のカラメルが気になっていましたが、「おしえてQ&A」を読んで納得しました。西東京市 石井 洋子
- 東都生協の皆さんが、日用雑貨の中で重宝しているモノなどを聞きたいです。ちなみに私は重曹。いろいろ試しています。杉並区 玉川 典子
- 『MOGMOG』の季節を感じる表紙がとても好きです。川崎市 よっちゃん

- こだわりの食べ方
- トマトジュースは好きですか? 飲み以外に利用しますか?
トマトジュースは、パン朝食の時に「炭酸・酢・アマニ油」(各1滴)を入れて飲みます。小金井市 星野 浩貴
 - サバ缶にトマトジュースを入れて煮ます! おいしいですよ。横浜市 波利摩 憲子
 - 果物と一緒にジューサーにかけたり、お肉や白身の魚を煮る時や、ホットケーキのお水代わりに入れたりします。杉並区 うさぎちゃん
 - ストレートで飲んだり豆乳に割って飲んです。文京区 わっきー
 - 苦手な子どもたちには、白身魚入りのリゾットなどに! 小金井市 さち
 - お弁当の野菜不足を補ったり、非常食としてストックしています。足立区 古山 由江
 - そのまま飲んだり、カレーやスープ、煮物、炒め物などに入れることが多く、レモネードと合わせるのも好きです。町田市 おかわり

