



A~Eの順に並べてできる言葉は?

ヒント: 体は黒と黄色、最大のトンボ!

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

タテのカギ

- 1 落語などの最後を効果的に締めくくる部分
- 3 十二支の7番目。方角だと南
- 5 時代劇ではよく盗賊に狙われる、大阪に建ち並ぶ主に米を貯蔵した大名の建物
- 6 水面に立ち上る霧のこと。走るボートが水面に立てることも
- 8 太陽が沈む方角
- 9 アスリートではやはりこれがほしい? ○○メダル

ヨコのカギ

- 1 江戸城に存在した女性たちの部屋[大○○]、○○手、○○方
- 2 酢飯に多種類の具を合わせて作る。ひな祭りのときによく食べる
- 3 考え方などが消極的なこと…君の意見は○○○○だなあ。
- 4 燃料にするために適当な大きさに切って乾燥させた木。[○○割り]
- 6 小さい○○カー、○○スカート、○○ママ
- 7 風○○、呼び○○

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。

はがきで応募する場合は、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)
- そうめんは好きですか? 好きな薬味は? アレンジレシピは?
- 「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。
- 50周年特集や商品、その他のページに関する感想、[MOGMOG]へのご意見、イラスト、写真など、なんでもどうぞ!

※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。

6月号の答えは、「ズッキーニ」だよ 締め切りは7月26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.アミノ酸液、および調味料(アミノ酸等)の違いは何ですか? 安全性は確認されていますか? 表示についても教えてください。

A. 食品添加物に指定されている「旨味調味料」は、グルタミン酸ナトリウムなら「調味料(アミノ酸)」、イノシン酸ナトリウムなら「調味料(核酸)」「イノシン酸ナトリウム」なら「調味料(核酸)」と表示します。「調味料(○○○○)」と表示します。「調味料(アミノ酸等)」は、グルタミン酸ナトリウムを主に、2種類もしくは複数の旨味調味料がブレンドされているものですが、商品案内「sanbonsug」には扱いません。一方、「O-SH-E-N-A」や催事チラシでは、使用している商品の場合、「調味料(アミノ酸等)」使用」と表示しています。

「アミノ酸液」は、食品添加物ではなく食品原料です。たんぱく質を分解すると

最終的に20種類のアミノ酸になります。分解は、加熱・塩酸・アルカリ・酵素・酵母などで行い、「アミノ酸液」はたんぱく質を塩酸や酵素で加水分解したものです。元のたんぱく質は、大豆・小麦・とうもろこしなどの植物、さば・いわし・かつおなどの魚、豚肉・鶏肉などの肉で、アミノ酸組成の違いにより、さまざまな味の「アミノ酸液」、「たんぱく加水分解物」や「エキス」になります。

「アミノ酸液」に問題があるとしたら加水分解を塩酸で行った場合で、発がん物質の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以下であれば問題ないのですが、十数年前の厚生労働省の調査で、りんごしようゆなどアミノ酸液を使用したしようゆ風加工品や輸入の魚醤(ナンプラー)で基準の超過が見られました。

一部のアミノ酸液は製造方法に問題はありませんが、東都生協では製造方法やクロロプロパノール類の管理の確認も行っています。

Q.「減塩」や「無塩」を目安にして商品を購入しています。冷凍食品、調理済食品、ハムやソーセージ、かまぼこ類、お菓子やパンなどの減塩シリーズが増える予定はありませんか?

A. 健康志向の中、減塩を求める声が多い一方、味が物足りないという声も多々あり、万人のLIKエストに配慮することは難しい状況です。しかし、国も健康のためにさらに食塩摂取量を抑えるようにアナウンスしている中で、東都生協でも少しずつ減塩のものを増やそうとしています。

塩角を丸める効果もあるグルタミン酸ナトリウムを使っているため、市販品より塩分相当量が少ないウインナーなども塩辛く感じられることがあるようです。

現在、多くの食品で塩分表示も行っています。塩分は、食事1食当たり1%程度の含有がおいしいと言われ、パスタソースやカレーなどパスタやご飯にかけるものは2%程度の塩分含有量がちょうど良いようです。栄養成分表示には食塩相当量を記載していますので、参考にしてみてください。

組合員の健康志向にお応えすべく、商品の扱いを拡大しています。商品案内「sanbonsug」とは別に月1回程度配付している「健康を考慮して開発された商品」チラシもぜひご覧ください。

こだわりの食べ方

しめさばをどのように食べますか? 付け合わせは?

- 刺身。針しょうがを付け合わせると格別。今の時期は大葉のみじん切りとしぼったしょうがです。 杉並区 タチカワのたま
- キュウリ、トマト、アスパラ、スナップエンドウ、たまねぎ、海藻類(わかめ、もずく)などある素材をふんだんに使ったサラダと一緒に味わいます。 武蔵野市 みみ
- キュウリの酢の物と一緒にいただきます。 調布市 大河内 智子
- そのままか、細かく刻んで、ちらし寿司の具として混ぜる。 八王子市 竹村 悦子
- わさびとそばつゆが合います。 世田谷区 田中 裕子
- そのまま日本酒、または白ご飯とのりと刻んだ甘酢しょうがでガツガツいただきます! 世田谷区 宮川 宣子
- 切って温かい白飯で。付け合わせは野菜の天ぷらが合いますね。 江戸川区 ミッチー



Q. 東都生協の米粉を使った商品に、トレハロースが使われているのが気になります。欧米では使用を控える動きもあるようです。心配です。

A. トレハロースは元来キノコ類から抽出した天然の糖類で、その優れた性質は古くから注目されていましたが、製造コストがかかる大変高価なものでした。しかし、(株)林原がとつもの「こしでんぷん」(コーンスターチ)からの製造方法を開発し、安価に製造できるようになりました。甘味だけでなく、でんぷん老化抑制、たんぱく質の変性抑制、冷凍耐性向上、変色抑制、保水など食品を維持・改善する効果に優れているため、今は広く使用されています。

FAO/WHO合同食品添加物専門家会議(JECFA)の毒性評価の結果でも「ADI: not specified」(摂取量の上限値を数値で明確に定めないう極めて毒性の低い物質)とされています。

Q.「減塩」や「無塩」を目安にして商品を購入しています。冷凍食品、調理済食品、ハムやソーセージ、かまぼこ類、お菓子やパンなどの減塩シリーズが増える予定はありませんか?

A. 健康志向の中、減塩を求める声が多い一方、味が物足りないという声も多々あり、万人のLIKエストに配慮することは難しい状況です。しかし、国も健康のためにさらに食塩摂取量を抑えるようにアナウンスしている中で、東都生協でも少しずつ減塩のものを増やそうとしています。



- 10年ぶりの応募です。5月号の食品表示検定、とても勉強になりました。もっと表示を良く見ようと改めて感じました。 西東京市 みに
- 食品表示の特集、とても勉強になりました。食品添加物だけでなく、遺伝子組換え表示にも注目していこうと思いました。 世田谷区 フラワー
- 5月号の表紙写真の色合いにとっても魅せられました。また、「東都しめさば」の記事を読んで食べてみたくまりました。 杉並区 熊谷 里佳
- 「試食イベント車」…特に子どもたちに関心をもってもらえるように、いろいろな角度から学ぶ機会を得てほしい。 杉並区 久保川 雅子
- 遺伝子組換えの表示が変わったことに疑問を感じます。分かりやすい食品表示のされている商品を選びたいです。 港区 ちろ
- 「東都しめさば」は冷凍で届き、アニサキスも心配せず調理できると記事にあり、早く試してみたいです。新しい発見です! 立川市 ふくちゃん
- MOGMOGレポートでさまざまな企画が行われていることも知り、私も興味がある企画に参加してみたいと思いました。 江戸川区 ミニー
- 日本の農業を応援するために、厳しい判断基準(味覚)と選別眼をもって注文、買い物するように心がけています。 杉並区 大野 みのり
- 牛乳をなるべく注文しています。酪農の厳しさをなんとか少しでも…と思っています。 川崎市 はやおきおばさん
- 子ども(3歳)が初めてちゃんと私の顔を描いてくれました! 豊島区 高野望
- 5月号の食品表示検定のような、クイズ形式は楽しいです。 川崎市 かきお

