

ひろよしあつこ  
**広吉敦子の**  
**おひさまレポート**  
 OHISAMA REPORT 2016. 11. 1 No. 98

**お家洗濯とクリーニングを上手に使い分けるコツ!** **報告**

講師の戸田さんは「秘密クラブですよ」と言いながら、参加者の疑問・質問に答える形でクリーニングの裏事情を含めお家洗濯のコツをわかりやすく解説してくださいました。

講師：戸田恵介氏「クリーニングファースト」代表  
 (まちのクリーニング屋さんとして創業87年3代目)

発行責任者/広吉敦子 〒152-0003 目黒区碑文谷6-1-19 アネックスST 1階 TEL/FAX 03-3791-8069 http://meguro.seikatsusha.net

**食品添加物を考える**

食の安全を考える会の野本健司さんのお話を聞く機会がありました。簡単な実験を交え、食品添加物の問題点をわかりやすく説明してくださいました。

**・添加物の摂取量と種類**

食品添加物の国内生産量から判断すると、平均的日本人は1日約12.7g、1年で約4.6kgを摂取していることとなります。

**・食品表示**

発がん性やアレルギーなどの毒性が特に強い添加物は次の4種です。

合成着色料(赤102のように色と番号で表記)  
 発色剤(亜硝酸Na)  
 合成保存料(ソルビン酸、安息香酸Na)  
 漂白剤

漂白剤はドライフルーツに多く使われています。ドライフルーツを使って自分でケーキを作る場合は、ドライフルーツの表示を見れば漂白剤が使われていることがわかりますが、ケーキ自体を買った場合には漂白剤は表示されていません。このように、原材料の製造や加工の過程で使用され、量が少ないものは表示する必要がありません。これをキャリーオーバーと言います。また、膨張剤・乳化剤・香料などのように一括名で表示できる添加物もあります。実際にどのような物質が使われているのかわからなくなってしまうので、注意が必要です。

食品表示の原材料は使用量の多い順に、食品添加物は最後にまとめて表示されています。カロリー半分などの商品は、見た目は同じマヨネーズやケチャップに見えても、中身の規格が違うので商品名をマヨネーズ、ケチャップと表示することはできません。全く違う商品になっているので、商品名や表示をよく見て納得して買い物をする必要があります。

知らず知らずのうちに口にしてしまう食品添加物ですが、全て排除することはできません。よく知って、賢く食品を選んでいきたいと思いました。

**えっ! 白いご飯にも?**

炊飯添加剤を入れてご飯を炊くと、ご飯はいつまでも白いまです。パイヤなどから抽出した酵素で毒性は低いのですが、お湯をかけると油が浮きます。コンビニ、ファミレス、回転ずしなどで使われています。

日本で使用されている食品添加物(2015.9現在)		
指定添加物	449品目	長年使用されていた実績があるものとして厚生労働大臣が認めたもの。
既存添加物	365品目	食品衛生法第10条に基づき、厚生労働大臣が安全性と有効性を確認して使用してよいと定めたもの。科学的合成品だけでなく天然添加物も含まれる。
天然香料	612品目	リンゴや緑茶、乳などの動植物から得られる着香を目的とした添加物で一般に使用量が微量で、長年の食経験で健康被害が無いとして、使用が認められているもの。
一般食品添加物	100品目	一般に食品として飲食に供されているもので添加物として使用されるもの。オレンジ果汁、寒天など。
合計	1,526品目	

指定添加物と既存添加物814品目については何らかのリスクがある可能性があります。発がん性など明らかな毒性が確認されている物質にはADI値(一日許容摂取量)が設定されています。気になるのは、これまで年間多くても5品目くらいしか増えなかった指定添加物が、ここ1年で20品目以上増えているということです。これはTPP承認後にむけた規制緩和のためで、経済優先の図式がここにも現れています。

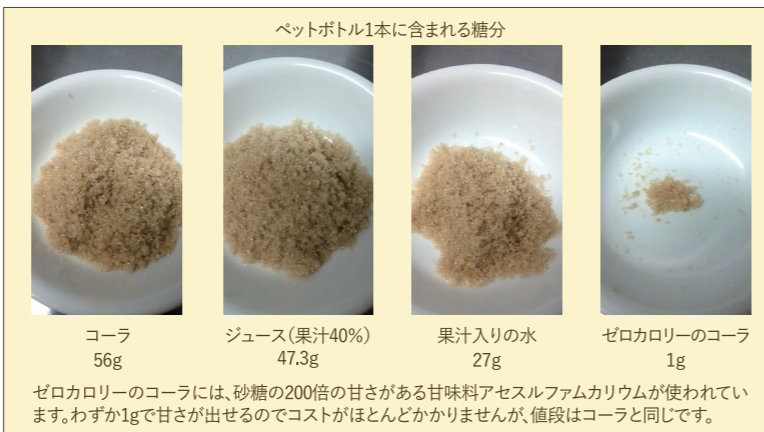
(現在、生活クラブ生協は、使用してもよい食品添加物を85品目と定めています。しかし、「使用してはいけない食品添加物」を決めている企業やその他の生活協同組合では、新たに許可されたものは、自主基準での安全性を確認する前に「使用可能な添加物」となってしまうため、購入の際には注意が必要です。)



かき氷シロップのイチゴとブルーハワイ。イチゴは紫芋などの天然色素、ブルーハワイは合成着色料です。白い毛糸を染めてみると、合成着色料はしっかり染まり水洗いしてもほとんど落ちませんでした。



昆虫由来の着色料クチニール。水を入れると赤くなりました。お菓子や、漬物、かまぼこなどに使われています。原料由来のたんぱく質がアレルギーの原因になることがあります。



ゼロカロリーのコーラには、砂糖の200倍の甘さがある甘味料アセスルファムカリウムが使われています。わずか1gで甘さが出せるのでコストがほとんどかかりませんが、値段はコーラと同じです。

**背広・ズボン・Yシャツは利益率が高い**

背広は肩パットや芯地などが入り、カタチがしっかりしているため仕上げやすく、ズボンは折り目を付ける単純な機械仕上げが向いています。カタチが均一なYシャツは専用の機械があり、たいていのサイズに対応できます。しかし、それ以外のカタチ・デザインが多種多様な洋服は流れ作業に向かず、手作業が伴うため、あまり受けたくないアイテムなのです。

**洗うって何?**

「洗うって何?」と1度改めて考えては如何でしょうか? シーズンに1、2度しか着用しなかったコートを洗う必要があるでしょうか?

立食パーティーに着たシミひとつないドレスを洗う必要があるでしょうか?

「洗う」ことは、物理的に負荷がかかり生地が傷みます。洋服はなるべく「負荷をかけない・触らない」ほうが長持ちしますので、まずは①洗わない②ドライクリーニング③手洗い④洗濯機洗い、の順ですが、迷ったら負荷の弱いほうを選びましょう。

**ドライって?**

水の代わりにドライクリーニング用の溶剤(油)を使いますが、繊維を膨張させない性質のため、水洗いできないウール、シルクなどを傷めずに洗います。

溶剤は石油系とその他の揮発性溶剤があり、主には石油系が使われています。水のように排水できないため、フィルター循環、定期的なフィルター交換、蒸溜などの処理をしています。

**クリーニングから戻ってきたら**

溶剤は基本的に揮発性ですが、湿気やドライ溶剤が残っている場合があるのでビニールから出すことをおすすめします。

**お風呂場で「シャワー作戦」のおすすめ**

雨に濡れて壊れてしまう服はめったにありません。襟、袖口などの汚れた部分をブラシなどで洗いハンガーにつるし、シャワーをかければたいていの物は洗えます。「洗えるスーツ」や「スノーウエア」などはシャワー作戦で。

**お家洗濯のスキルアップ**

- ・脱水は、10~20秒の短時間がしわになりにくく、生地が傷まない
- ・仕上げは、スチームアイロンで押し付けずに浮かしてかける
- ・麻はしわを作らないように、畳んで押し洗い
- ・シルクは、洗わずに絞ったタオルで「拭く・たたく」が無難
- ・着用回数が少ない衣類は、風合いを損なわないために洗わないのがベスト

**行きつけのクリーニング屋さんを見つけよう!**

洋服をクリーニングに出すときは、風合いを変えないでほしいことや気になることなど自分のメッセージをきちんと伝えることが大切です。まちのクリーニング屋さんはお洗濯のプロなので、きっと相談に乗ってくれるはず。お気に入りのクリーニング屋さんとお出会えるといいですね。

**インフォメーション <<地域情報>> Information**

お申し込み・お問い合わせ  
 目黒ネット 広吉敦子事務所まで  
 TEL/FAX: 03-3791-8069  
 E-mail: meguronet@m2.dion.ne.jp

保育付  
 保育料:500円

**お気に入りの香りで  
 ルームスプレー作り&区政報告会**

今回は殺菌作用のある精油を使って、風邪予防もできるルームスプレーを作ってみましょう。プレゼントにも最適。来客の多い時期には、香りでおもてなしもできちゃいます。リラックスをした後は、広吉敦子の区政報告会を行います。

- ❖日時：12月2日(金)10:00~11:45 (9:30~受付開始)
- ❖場所：上目黒住区センター 調理室 保育：和室
- ❖定員：20名(保育希望者は先着5名)
- ❖参加費：1,000円(材料費+資料代)
- ❖締め切り：11月28日(月)
- ❖持ち物：筆記用具・ハンドタオル

保育希望者はオムツ・昼寝用のタオル・着替え・お気に入りのおもちゃ・飲み物(ミルク・お茶・白湯など)

**解説付き上映会**

**「遺伝子組み換えルーレット」**

このドキュメンタリー映画では、医学者や獣医、畜産系のジャーナリストなどが登場し、遺伝子組み換え食品が人や家畜に与える影響や異変について、またその解決法についてさまざまな視点から語られています。日本は今や遺伝子組み換え作物の輸入大国であり、人々は加工食品や家畜の飼料という形で気付かぬまま口にしています。私たちは、映画で語られていることを自分たちの問題として捉える必要があるのです。

- ❖日時：11月19日(土)14:00~16:30
- ❖場所：鷹番住区センター
- ❖解説：安田美絵さん(「サルでもわかるTPP」著者)
- ❖参加費：無料
- ❖定員：30名
- ❖託児：あり(定員7名。一般の方とエコロ加入していない生活クラブ組合員は子ども一人につき託児料500円。その場で加入の場合は無料になります)なお、お子さん連れでの鑑賞もできます。
- ❖お問合せ：23区南生活クラブ生協コールセンター TEL:03-5426-5218

【編集後記】冬のごちそう「牡蠣」の季節。しかし、その牡蠣の養殖に使われているパイプやフロート(浮き)が収穫後、そのまま海に廃棄され、海中や浜がプラスチックで汚染され、生態系にも影響を及ぼしている。消費者に安く提供するために、コストを下げなければならないと言うが、未来に大きなツケを残すことになるのだ。消費者として知らん顔はできない。