



にこにこ通信

第43号 2009. 7. 20発行

ミツバチ大量失踪！！

ここ数年、世界各国で、ミツバチが大量失踪、その数が激減していて、大変問題になっています。日本でも例外ではなく、昨年の秋頃から全国で蜂が不足しているそうです。蜂は刺されるといたいから、少しくらい減ってもかまわないなんて思っははいけません。これは虫の数だけの話ではないのです。私たちが毎日食べている果物や野菜は、ミツバチの働きに頼って受粉することで実がなって収穫が出来たり、種がでかたりします。蜂が減るとということは、その作業がうまくいかないということです。そうすると、作物の収穫量が減ってしまうので、野菜や果物の値段が高くなるでしょう。またはミツバチの代わりに人の手で受粉させようとすると、人件費がよりかかるので、やはり値段が高くなってしまいます。



ミツバチはどうしてこんなに減っているのでしょうか？

- ・害虫対策に使われた農薬に、ミツバチも影響を受けたため
- ・寄生ダニやウィルスが蔓延したため
- ・地球温暖化の影響
- ・オーストラリアで蜂の伝染病が発生したために、オーストラリアからの蜂の輸入を禁止したため。
(毎年オーストラリアから10,000匹の蜂を輸入しているそうです)
- ・大型農園では、一種類の蜜しか吸えないことが、蜂のストレスになったため

など、いろいろな原因が考えられていますが、はっきりわかっていません。

農作物が足りないからと、輸入しようにも、外国でも同じように農作物の収穫量が減ってしまっていれば、そう簡単に輸入量を増やすというわけにもいかず、食料自給率が40%という日本には大変な事態になるでしょう。

でも本当の問題はもっと深いところにありそうです。「アインシュタインの予言」とされる言葉にこんなものがあります。「もし、この地球上から蜂が絶滅してしまったとしよう。そうすると人類は4年以上生きていくことは出来ない。まず蜂が死滅する。すると受粉が出来なくなるので植物も絶滅する。こうなると人類も滅亡するのは当然の理である」 ありえないことではない、という気がしませんか？ ぞっとしますね。



以前 問題になった狂牛病もそうですが、私たち人間は、効率的に食物を手に入れるためにあまりにも自分本位に自然の生物をコントロールしてきました。今回のミツバチの失踪は私たち人間への警告のような気がします。

これを機会に、本当の意味で地球環境を守ることを考えなくてはならないのかもしれないかもしれません。手遅れにならないうちに。たとえばエコバッグ。それを使うことに満足して、季節外れの野菜や遠く外国から運ばれてくる果物を何の疑問も持たずに買っているのとしたら、それはエコではないのです。

水分と塩分の補給 健康あらかると

この季節、汗をかくことが多くなり、熱中症にかかる人が増えてきます。

人の体は60%が水ですが、それは塩分を含んだ水です。

筋肉などの細胞の中にある水と、血液などの体液とでは塩分の性質が少し違うのですが、いずれにせよ塩分は、人の体の生理機能に重要な働きを持っているので、体の塩分濃度は一定に保たれています。

汗を大量にかくと、水分とともにナトリウムやカリウムなどの塩分も、汗として失われてしまいます。そのときに、水分補給として真水やお茶など、塩分を含まないドリンクを飲んだだけでは、血液の塩分が薄まってしまいます。すると人間の体は、血液中の塩分の濃度を保とうとします。血液から水を細胞の方へ移動させ、体の水分が足りないにもかかわらずさらに汗をかいて水分を体外にだそうとしたりするのです。水分だけを補給するのでは、脱水症状をさらに悪化させることになってしまうのです。

こうなると、必要な血液循環量が確保できなくなったり、塩分の不足による筋肉の痙攣が起ったりします。呼吸筋の痙攣が起こる事もあり、大変苦しいです。

この種の脱水は、適正な塩分補給をする事によって防ぐことができます。

日本体育協会では、長時間に及ぶ暑熱下の運動では、1時間当たり500～1000mlの給水をし、0.2%の食塩を含むもので摂取する事を勧めています。

これは、スポーツドリンクなら市販のものを倍に薄めたもの、または、500mlのボトル1本の水に対して小さめの梅干し1個を食べると同程度です。



熱中症は、炎天下で作業や運動をする人だけでなく、室内でクーラーや扇風機をつけずにすごしているお年寄りや、夜間などで起こりますので、注意が必要です。

栃木弁講座

らいさま



夏の蒸し暑い日、むくむくと入道雲が現れてきたかと思うと、夕方前後に空が真っ暗になってきて、猛烈な雷が鳴り、バケツをひっくり返したような夕立が降る。そのあとなんと気持ちの良い涼しい風が吹いて来る……。栃木の夏です。

雷を親しみと畏敬の気持ちを込めて(?) “らいさま” と呼びます。漢字では“雷様”なのですが、“かみなりさま”とは言いません。

「らいさま鳴ったから、急いでうちに帰ろっ！」

「あーあち(暑い)。らいさまでも鳴って夕立がふっと(降ると)涼しくなんのに。」



かんたんレシピ 味噌を使って かぼちゃの冷たい味噌スープ

■材料■ 4人分

かぼちゃ 350g
 スープ 鶏ささ身4~5本、
 水 カップ4
 米みそ 大さじ3
 (味噌の種類により加減して下さい)
 パセリみじん切り 少々

※鶏ささ身はスープを取るために使いますので、あとはサラダや和え物などにお使いください。市販のスープの素で代用も出来ませんが、塩分が含まれているので味噌の量を加減して下さい。

■作り方■

- [1] かぼちゃは皮をむいてワタを取り、一口大に切って柔らかくゆでる。熱いうちにフードプロセッサーでペースト状にする(裏漉ししてもよい)
- [2] スープを作る鍋に分量の水を入れて煮立て、鶏ささ身を加え、スープがカップ3くらいの量になるまでゆでて漉す。
- [3] 鍋にペースト状のかぼちゃを入れる。スープを少しずつ鍋へ加えて温め、みそを加えて味を調える。
- [4] 冷蔵庫で冷ましてから器に盛りつけてパセリを散らす。

3人乗り 自転車



安全性を確保した自転車に幼児2人を乗せる3人乗り自転車がこの7月1日から全国のほとんどの自治体で許可されました。

各自転車メーカーからは、子供2人を同乗させる条件にあった自転車が発売されています。

子供2人を同乗させても、安定して安全に運転できるように、配慮して作られています。

しかしながら、今のところ、実際に購入した人は少ないのが現状。ネックになっているのはその価格。

3人乗り自転車の価格は約5万円。電動アシスト機能付きとなると、10万円以上もしてしまいます。

もちろん、大切な我が子の安全のため、お金にはかえられないけれど、実際に使う期間が

2~3年、と思うと、子育て世代にはやはり高い買い物、というのが本音のようです。

警視庁では今のところ、基準外の自転車でも当面は指導・警告にとどめる方針のよう

ですが、子供たちの安全のためには、今後 自治体の補助や、

レンタルの制度などの充実で、普及してほしいものです。



野菜のはなし

ミョウガ



ミョウガは、日本では本州から沖縄まで各地に自生しています。インドや中国にもありますが、野菜として栽培して食べているのは日本だけです。

私たちが普段目にするミョウガは、地下茎からでている花穂で「花ミョウガ」「ミョウガの子」ともよばれます。

栄養としては食物繊維の他には、糖質、蛋白質、脂質、ミネラル、ビタミンですが目立って高含量のものはありません。

ミョウガは量を多く食べる物ではありませんが、歯ざわりとさわやかな香りが料理を盛り立て食欲をそそります。そうめんや冷奴、刺身のつまにと、これからの季節、大活躍です。

香りの成分はアルファピネンという精油成分で発汗、呼吸、血液の循環を良くする働きがあります。ぼーっ！とした頭をシャキッ！としてくれます辛味成分には、口内炎やのどの痛みにも有効な成分が含まれているようです。熱を冷まし、解毒効果があるので、夏バテに効果あり。

買うときは、小柄で色つやがよく実のしまったものを選びましょう。



ひといごと



先日車を運転しながらのラジオで偶然耳にしたのですが、一匹の働きバチが一生かけて集める蜂蜜の量ってどのくらいだとおもいますか？なんと、スプーンに一杯くらいなんだそうです。とっても貴重なものなんですね。スプーンに残った蜂蜜も簡単に洗い流してはいけませんね。

ヴァンクライバーン国際ピアノコンクールで金賞を受賞した辻井伸行さんの演奏を、この間初めてテレビでちゃんと聞きました。一つ一つの音がきちんと綺麗に響いていて、ピアノの音ってこんなに綺麗なんだと思いました。目が見えないので、音に純粹に集中できるのでしょうかね。ニュースを聞いたときは、ピアノ協奏曲なんて、見えないのにどうやってオーケストラや指揮者と合せるの？と思いましたが、息使いや気配を強く感じあって、見事にあわせていくんですね。まだ二十歳だそうです。ブームに押しつぶされることなく、演奏活動をしていってほしいです。CD買っちゃおうかな。

今年は早々と梅雨があけ、どんな夏になるでしょうか？ お子さんたちと長い時間が過ごせる夏休み、有意義に過ごしてくださいね。

21. 7. 20

発行人

漬物・佃煮・味噌・納豆



戸邊 郁恵

〒324-0058

栃木県大田原市紫塚4-3944

電話 0287-23-1221

FAX 0287-23-1231

URL <http://www.ne.jp/asahi/ootawara/tobeya/>

e-mail tobeya@info.email.ne.jp



『にこにこ通信』は、いつも **とべや** にご来店・ご利用頂いているお客様、**戸田食品** の通信販売をご利用頂いているお客様などにお届けしています。

お客様とのコミュニケーションを目的に、月1回を目標に発行しているものです。

ご意見・感想などありましたら、何でも左記へお寄せ下さい。御待ちしています。(^^)