



シミ・ジャー通信

さわやか

1月号

2010,01,01 通巻53号

発行 シミ・ジャー工業株式会社

〒340-0806

埼玉県八潮市伊草276

TEL 048-997-5111

FAX 048-997-5112

info@4348.co.jp

http://www.4348.co.jp



字・中井 文彦

2010年の新春を迎え、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

一年の世相を表す昨年の漢字が「新」だったのは、記憶に新しいところです。

毎年新年号には自筆の文字を飾らせていただいておりますが、今年の題字には、あえて「新」の一字を書かせていただきました。

弊社は、今年で創業15周年を迎えます。未焼成サンゴにこだわり、サンゴ浄水器の専門メーカーとして、ひとすじに歩んでまいりました。

おかげさまで、サンゴカルシウム製品をご理解くださる方が、少しずつでも増えているのを実感できるのは、たいへんありがたいことだと思っています。

これもひとえに、ご愛用をいただいている多くのお客様と、支えてくださっている代理店の皆様のおかげと、心より感謝申し上げます。

長い間ひとつのことに専念しています。ともすると物事のとらえかたや価値判断が固定化してしまうことがあります。

良いものを守り続けるという意味では大切なことですが、その意識が強すぎたのでは、時代の変化に対応できません。

題字の「新」に託したものは、過去の経験に甘んじることなく、つねに問題意識をもって改善に努め、更なる品質管理とサ-

ピスの向上を目指すという、新年に向けての決意です。

景気低迷、円高、デフレ傾向など、私たちが取り巻く環境は、まだまだ厳しいものがありますが、年の瀬にはぜひとも「良い一年だったね。」と言えるようにしたいものです。

15周年にあたって、皆様につれいご報告ができるように、社員一同、思いをひとつに業務に取り組んでまいります。

本年もご家族皆様が健康で素晴らしい年になりますよう、心からご祈念申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。

代表取締役社長 中井 文彦

食材に付着した農薬や有害物質を除去します。

100%天然素材の除菌+鮮度保持剤!

使い方は簡単、2リットルの浄水に1包を溶かした水溶液に浸けるだけで、目には見えない“有害化学物質”も剥がれてきます。しかも色の变化でわかるなんてこれはもうオドロキです。

「安心やさしい」



【農薬や汚染物質の除去】

やさしい・くだもの・お米
精肉・お魚など

【新鮮食材の鮮度保持】

まとめて洗って、そのまま貯蔵するだけ

【天然素材で除菌・殺菌】

食器・調理器具・ふきん
タオル・お部屋など

1g x 25包入り
販売価格 1,029円(税込み)



カルシウムと妊娠中毒症

妊娠初期には、つわりで苦勞します。それが軽いうちはよいのですが、重くなると妊娠中毒症や妊娠腎、もつと重症になると、子癇(しかん)といって高血圧、腎臓の障害や痙攣を起こし、最悪の場合は命にかかわることもあります。

このような妊娠の合併症が、実はカルシウムの不足によって起こることが最近、あきらかになってきました。

母胎では、赤ちゃんの骨をつくるために、カルシウムがたくさん必要になります。体重3Kgくらいの赤ちゃんの骨には少なくとも50g、5000mg以上のカルシウムがあります。

これだけの量のカルシウムを赤ちゃんにとられるわけですから、普通に食事をするだけでは不足になり、不足分のカルシウムを補うため骨からカルシウムが溶け出します。

溶け出た余分なカルシウムが血管や腎臓にたまる結果、高血圧や腎不全などの恐ろしい妊娠の合併症が起こるのです。



妊娠中にカルシウムを充分に摂ることは妊娠中毒症や子癇などの予防になります。

妊娠期間中、カルシウムの摂取量は、せいぜい1日700mgですから、赤ちゃんの骨をつくるためには、50,000mg ÷ 700mg ≈ 約71日間、2ヶ月余分のカルシウムをすべてつぎ込まなければならぬ計算になります。

妊婦・授乳婦については1日1000mg以上のカルシウム摂取を目標にしなければ、お母さんの骨から、これだけのカルシウムが減ってしまうこととなります。



カルシウムと陣痛

陣痛は、子宮の筋肉が縮むことで赤ちゃんを胎盤を押し出す、分娩の中で最も大切なことはたつきです。

子宮の筋肉は血管などと同じ平滑筋です。

これは、腕や足の筋肉と違って、自分の意志で動かすことができない筋肉です。しかし、平滑筋が縮むしくみは他の筋肉同様、カルシウムが筋原繊維の細胞に入ることによって収縮が起こります。

陣痛が強く規則正しく起こらなければ安産はできません。細胞内外のカルシウム比率1対1万がしっかりと維持されて、カルシウムが細胞の外から信号として子宮の筋肉の中に入る時、これがつきりと感じられなければ、充分な子宮の収縮、つまり陣痛は起こらないのです。



カルシウムと授乳

赤ちゃん誕生のあと、お母さんの大切な仕事は授乳です。母乳は、分娩後の経過日数に応じて次のように分類されています。

分娩直後から4日までのものは、初乳と呼ばれ、黄色味を帯びて粘性が高く、免疫物質のほかタンパク質やミネラルを豊富に含んでいます。

産後5日から2、3週間までのものは移行乳。そして2から4週間以降のものは成熟乳または成乳と呼ばれ、この頃のエネルギー消費が盛んな赤ちゃんに対応して、脂質、糖質含有量が高くなっています。(人工乳、粉ミルクは、この成熟乳の成分をもとにつくられています。)

母乳のカルシウムは、牛乳や人工乳に比べたら少ないのですが、腸からの吸収がよく(母乳のカルシウム吸収率65%・牛乳35%)無駄がありません。

妊娠から出産まで、母体にはかなりの消耗と負担がかかっています。お母さんは産後の早期回復のために積極的にカルシウムを補給する必要があります。

ミネラル名	母乳	牛乳
カルシウム	290mg	1070mg
マグネシウム	26mg	110mg
カリウム	430mg	1560mg
ナトリウム	160mg	540mg
リン	170mg	890mg

上記数字はそれぞれの成乳、1リットル中の含有量です。



名水百選
060

洞川湧水群

奈良県 / 吉野郡 天川村

この湧水群は、石灰岩の侵食によってできた洞窟から湧出する湧水で「泉の森」「神泉洞」「ゴロゴロ水」からなります。

「泉の森」は樹齢3000年を超える御神木の奥の洞窟から湧出しています。「神泉洞」は、洞窟の間を清水が流れ、水源も行き先も定かたなく、神秘的な神の泉と呼ばれています。「ゴロゴロ水」は、県の天然記念物「五大松鍾乳洞」付近から湧出しています。大量の湧水が洞窟内でゴロゴロと反響することからこの名前で親しまれています。

【地元の取り組み】

地元洞川財産区（特別地方公共団体）が管理・保全をおこない、古くから信仰の守り神として大切に保全されています。



交通 / 近鉄吉野線「下市口駅」下車 奈良交通バス洞川温泉行（1時間20分）終点「洞川温泉」下車 徒歩15分
車 / 西名阪自動車道郡山IC 国道24、国道169、国道309、県道21号線を経由、約50km（2時間）

名水百選
061

野中の清水

和歌山県 / 田辺市 中辺路町

県指定文化財の名木「野中の一方杉」の繁る継桜王子の近くにあり、いにしえから、熊野詣の旅人の給水ポイントとなっていたようで、数々の歌や句が残っています。

湧水の傍らには、松尾芭蕉の門人・服部嵐雪（はつとりらんせつ）の、「すみかねて道まで出るか山清水」の句碑や昭和9年に歌人・斎藤茂吉がこの清水に魅了され詠んだ歌「いにしえのすめらみかども中辺路を越えたまひたりのこる真清水」の歌碑があります。

【地元の取り組み】

地元住民が清掃活動などをおこなっており、市も清水の保全と環境整備に力を入れています。



交通 / JR 紀勢本線「紀伊田辺駅」下車 JRバス栗栖川行き「栗栖川駅」乗換 龍神バス熊野本宮線「野中の清水」下車

名水百選
062

紀三井寺の三井水

和歌山県 / 和歌山市 紀三井寺

紀三井寺は、宝亀元年（770年）唐の僧為光上人によって開かれました。和歌山城からほど近いところにあるため歴代藩主が訪れ、紀州徳川家の繁栄を祈願した寺です。

ここには、三つの井戸（三井水）があり、清浄水、吉祥水、楊柳水にちなんでこの寺の名も付けられています。

また、この水を飲むと煩惱を消し去り、仏の三昧に入ることができると言われて、西国三番札所や早咲き桜の名所としても知られています。

【地元の取り組み】

紀三井寺三井水保存会と吉祥水保存会が清掃や水質保全活動や毎年、湧水感謝



交通 / JR きのくに線「紀三井寺駅」下車 徒歩5分
車 / 阪和自動車道和歌山IC 宮街道を和歌山市内方向へ進み JR の高架下をくぐりすぐ先の交差点（田中町）を左折し国体道路を約4km。

「名水百選」は選定から24年以上を経過しているため、周辺の状況が変化している場合があります。

また、飲用に適することを保証するものではありません。

2008年「平成の名水百選」が発表されました。

牛丼1杯 風呂10杯分

マグロの刺し身とアジのにたき、里芋の煮物、ご飯とみそ汁……。東京都目黒区の小学校教諭、名本裕さん（44）の自宅で、妻の千枝さん（36）と長女の真悠子さん（8）がはしを運んだ。真悠子さんは「おいしいね」と料理を平らげた。

日本のどこにでもある食卓の風景。だが、テーブルに並ぶ料理の食材には、多くの水が使われている。コマや野菜を栽培したり、牛の餌になる穀物を作ったりするのに水は欠かせない。食料生産に使った水は「バーチャル・ウォーター（仮想水）」と呼ばれる。



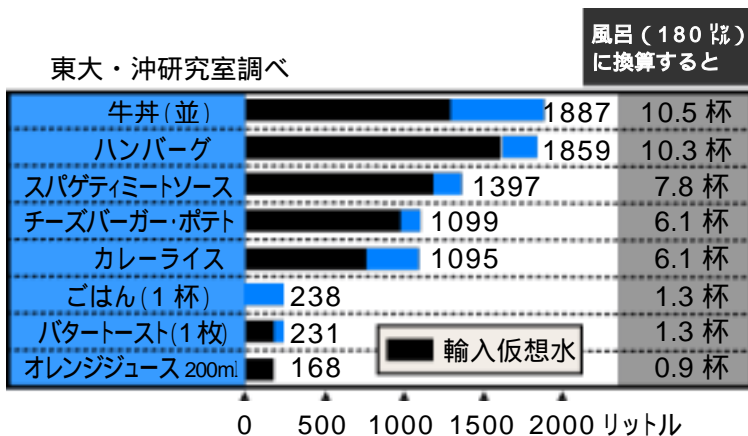
輸入飼料を食べる牛。牛肉1キログラムに20リットルの水が使われるという（19日、埼玉県小鹿野町の坂本牧場で）小西太郎撮影

いる仮想水量を調べた。

米ミシガン州デトロイト郊外の会社員、ジュイソン・コプリーさん（36）宅では、鶏肉のソテーとチーズ入りパスタが皿に盛りつけられた。中国山西省大同市の同省鉄道局勤務、趙広さ（39）宅では、豚肉とシメジのいため物が湯気を立てた。ケニアの小学校教諭、ハンフリーズ・アンブラさん（53）の家では、トウモロコシの粉を練ったウガリがかまどの大鍋から各自の皿に盛られると、家族はテーブルにいたり床に座ったりして、黙々と食べた。

読売新聞は東京大学の沖大幹教授（水文学）の研究グループとの共同調査で、日本、米国、中国、ケニアの家庭で、ある一日の食事に投入されて

食事メニューごとに必要な仮想水の量（1人分）



1人あたりの仮想水はコプリー家が2489リットル、趙家が1954リットル、名本家が1611リットル、アンブラ家が1351リットルだった。

仮想水は料理の原材料を作るのに必要な水量と、食べる重量から計算する。仮想水が多い代表的な食材は肉。牛や豚のエサとなる穀物の栽培に大量の水が使われるためだ。沖教授によると、鶏肉1キログラムに4.5リットル、豚肉には6リットル、牛肉は20リットルの水が使われている。

米国のコプリー家では、調査した日は鶏肉料理だったが、牛肉なら仮想水量ははね上がる。名本家でも、マグロの刺し身がメインだったため仮想水量は低かったが、実は、真悠子さんの好物はハンバーグだ。ハンバーグ100gの仮想水は、沖教授によると1859リットル、牛丼の場合は1887リットル、風呂(180リットル)にするといずれも10杯分に相当する。

千枝さんは「家族はみんな肉が大好き。米や野菜の方が水を使うと思っていたのでびっくり」と話した。

沖研究室の調べでは、日本が1年に輸入する穀物・畜産物の仮想水量は533億リットル(2004年)。これは、国内の農業に使われる総水量にほぼ匹敵する。同研究室が、日本の食料自給率のデータなどから、人気メニューの仮想水中に占める「輸入仮想水」を計算したところハンバーグは87%、牛丼は68%、オレンジジュースは89%にもなる。

輸入食品は年々増加しており、2006年度までの過去40年間で3.3倍増の5766万トンの増えた。新鮮さが命の野菜や果物はいま、空を飛んで日本にやってくる。正月休みが明け、物流が再稼働した1月初旬、成田空港の貨物ターミナルでは、輸入食料を満載したコンテナが、輸送機から次々に運び出された。

名本家近くのスーパーにも多くの輸入食品が並ぶ。色とりどりのオレンジやレモン。その産地の米国西部の農業地帯は、深刻化する水不足に揺れている。