

ムスピの会ニュース

発行
ムスピの会
出版部
6月の月齢
新月 6/3
上弦 6/10
満月 6/17
下弦 6/25



腸荒れは何故引き起こされるのか？ その④ 遺伝子組み換えとは？

腸荒れの原因の一つに遺伝子組み換え食品 (Genetically Modified Organisms 略してGMO)の影響があります。

遺伝子組み換え(以下、GM)には主に二つのタイプがあり、一つは殺虫毒素を持つ細菌の遺伝子が組み込まれたもので、毒素化タンパク質を作り出しそれを食べた虫の胃腸が破壊されます。二つ目は除草剤耐性を持ち除草剤によって周囲の雑草は枯れても、作物は遺伝子が組み替えられているので枯れずに残ります。

これまで人類は優れた品種を作り出すために植物や動物の品種をかけあわせて(交配)きました。従来の交配は同じ種(稲と稲)、または近縁の種(ロバと馬など)同士のかけあわせでしたが、GMはほつれん草の遺伝子を豚に組み込んだり、魚の遺伝子をトマトに組み込むなど、自然界では決して起こらない遺伝子操作を強制的に行います。

遺伝子組み換えの危険性

製造元の企業は、殺虫毒素(バチルス・チューリンゲン)という微生物が組み込まれているためBt毒素と呼ぶのは人間の腸で破壊され体外に排出されるため無害であると主張していますが、体内に有毒成分が残留することがわかっています。2011年にカナダで発表された報告によると、妊娠した女性の93%、胎児の80%からこのBt毒素が検出されました。原因はGMトウモロコシを飼料として育てられた家畜の肉

品、卵に含まれていたものが妊婦や胎児に残留したと考えられます。

世界第3位の大豆輸出国のアルゼンチンでGM大豆の栽培が本格化したのが2000年ですが、その2年後からガン、不妊症、死産、流産、白血病、肝臓病、免疫疾患、出生異常が急速に増えてきたと報告されています。なかでも、GMOの割合が非常に高いアメリカではGMOの出現と共にガンや白血病、アレルギー―自閉症などの慢性疾患が増えています。

遺伝子組み換えとセットで危険な除草剤

さらにGMOは除草剤ラウンドアップとセットになっており、国土の広いアメリカでは大量の除草剤が空中散布されています。ラウンドアップの主要な有効成分はグリホサートですが、ブエノスアイレス医科大学教授のアンドレス・カラスコ博士の率いる国際科学者チームの実験によると、2・03ppmの低濃度のグリホサートでカエルや鶏に奇形が見られたと報告されています。日本では菜種の綿実で10ppm、大豆や大麦では20ppmが残留基準ですから、かなり危険度が高いと思っただけで間違いありません。

また、グリホサートは抗菌剤としても登録されていて、腸の中の善玉菌を殺すことで、サルモレラ菌や大腸菌が増殖して腸荒れ(炎症)を引き起こすといわれています。その結果、善玉菌が作りだしているセトリン(鎮静ホルモン)やメラトリン(睡眠ホルモン)が不足するという指摘もあります。また、取り込まれた栄養素を不活性化し、吸収を阻害したり、発がんや内分泌のかく乱との因果関係が指摘されています。

伝統食にも遺伝子組み換えの危険！

日本は家畜の飼料に使ったトウモロコシのほぼ全量を輸入に頼っていて、その9割以上がアメリカ産です。アメリカ産の9割のトウモロコシがGMなので、日本に輸入されている飼料用あるいは食品加工用のトウモロコシのほとんどがGMOということになります。問題はGMトウモロコシを飼料に与えた家畜の肉やGMトウモロコシを原料に使った加工デンプン(コーンスターチや異性化糖(コーシロップ))のような加工食品に遺伝子表示義務がないことです。

日本が輸入している作物で、GMが許可されているものは大豆や、トウモロコシ、なたね、ジャガイモ、甜菜、綿実です。大豆の場合、94%が外国産で、そのうちの七割がアメリカ産であり、ほとんどがGMです。大豆は味噌や醤油、納豆、豆腐、豆乳、揚げといった伝統食品の原料でもあるので、吟味し購入する必要があります。

伝統食品と断食で腸荒れ対策

GMOによる腸の炎症が伝統製法で作られた発酵食品で治まったという報告があります。また、断食によってオートファジー(自食細胞)機能が働き、細胞内にあるお掃除細胞が活性化することもわかっています。自食細胞は、細胞内の異常タンパク質を食べてくれるので、ガンを抑制し毒素化タンパク質の浄化が期待できます。体内にある30000〜50000種類の生体酵素の内、ふだん消化に使われている酵素消化酵素は約80%といわれていますが、断食中はその消化酵素が修復や解毒に回るため、腸壁の再生を促進します。したがって腸荒れの対策としては遺伝子組み換え食品を極力減らし、定期的に甘酒など発酵食品を用いたプチ断食がおすすめです。

自然からの贈り物 純白の金“葛”

葛にはさまざまな薬効があると言われています。身近な所では、風邪の引き初めに飲む葛根湯があげられます。これは葛の発汗・解熱作用を利用したものです。他にも血流をよくすることで、肩こりや頭痛の改善、高血圧の予防などが期待できます。

また、葛にはイソフラボンが大豆の 5~10 倍も含まれていて、さらに高酸化力をもつサポニンも含まれており、ダイエットや老化、生活習慣病の予防におすすめです。



廣久本葛 (固形)

原材料：葛 (九州産)
内容量：80 g
販売価格：1,080 円 (税込)



廣久本葛 (固形)

原材料：葛 (九州産)
内容量：250 g
販売価格：3,024 円 (税込)



久助葛 (粉末)

原材料：葛 (九州産)
内容量：60 g
販売価格：1,080 円 (税込)

葛根の収穫から製品になるまで、1 年の長い歳月をかけて作られています。

自然乾燥のため、輝くような白さを持ち非常に硬いのですが、水溶けが大変よいのが特徴です。

廣久葛本舗は、創業文政二年 (1819) の老舗の葛専門店です。工場のある秋月 (福岡県朝倉市) は、自然が豊かで、冬の寒さが厳しく、水や澄んだ空気に恵まれているなど本葛づくりには好条件の環境にあります。十代目 高木久助氏が一子相伝の伝統的製法にこだわり本葛のみを製造しています。

廣久葛本舗のこだわり

- ・原材料は全て九州の山野に自生する寒根葛の根だけを使用 (九州産本葛粉 100%、合成食品添加物不使用)
- ・できるかぎり伝統製法にこだわり手間ひまをかける (石灰水、硫酸、消泡剤、漂白剤などの化学薬品不使用)
- ・水は霊峰古処山の地下水を使用
- ・すべての製造工程を九州で行っています
- ・放射能検査の実施

廣久葛本舗ホームページより一部引用

葛の効用

- ・かぜのひきはじめ (発汗・解熱作用)
- ・肩や首のこり (筋肉の緊張をゆるめ血液循環をよくする)
- ・頭痛や目の疲れ、イライラ、不眠症 (自律神経の安定による)
- ・高血圧、狭心症の予防 (血管の緊張をゆるめ血流をよくする)
- ・子どものひきつけやけいれん (副交感神経を刺激)
- ・抗酸化作用
- ・消化器系の不調 (食べ物の分解、吸収を助ける)

*このほかにもさまざまな症状の軽減に役立ちます。



希少な国産本葛

国産の本葛は年々採れる量が減り、大変貴重になりました。したがって、一般に葛粉として販売されているもの多くにジャガイモ、サツマイモ、コーンスターチなどのデンプンが混ぜられています。

また、製造過程においても自然乾燥は手間ひまやコストがかかるため、ほとんどなく、石灰を使って固めて硫酸で中和する製法、機械乾燥が多いのが現状です。

さらに、原産地表示義務がないため、全供給量の 95% は外国産の葛が用いられています。

