

PICK UP NEWS

33種類の栄養素とおしそ 「完全メシあんぱん」発売

木村屋総本店と日清食品は、「完全メシあんぱん」を共同開発しました。完全メシは、日清食品が立ち上げた「日本人の食事摂取基準」で設定された33種類の栄養素とおしそを完全バランスを再現したブランドで、様々な商品を販売。今回は、老舗パンメーカーとあんぱんをつくりました。同商品は、木村屋総本店のオンラインショップで先行販売の予約を開始しましたが、先行予約分は完売。次回以降、順次販売していくそうです。1セット5個入りで、価格は1490円（税込）。

参考・引用：Impress Watch



「ティラミス」「どら焼き」 豆乳シースに登場！

キッコーマンソイフーズは、豆乳飲料シリーズから「ティラミス味」と「どら焼き味」（各200ml、95円税込）を発売しました。

「ティラミス」は、程よい甘さが特徴で、食物繊維4・2gを配合。

「どら焼き」は秋冬限定商品。やさしい甘さが特徴で、食物繊維3・7gを配合。

同商品は、食後のデザートや小腹が空いた時にぴったり。また豆乳を温めて飲んだり、料理に使用する楽しみ方「ホッ豆乳」を提案しています。温めることで、風味が豊かになり、味の深み、コク、香りが引き立つことが特徴ということです。

参考・引用：食品新聞



手をあらおう。手をつなごう。

10月15日は「世界手洗いの日」

10月15日は 「世界手洗いの日」

10月15日は、「世界手洗いの日」です。この先もしばらく続くコロナウイルス等の感染症対策のために、今回は効果的な手洗いについて紹介します。

■人は無意識に顔を触っている

ウイルス感染の多くは自分自身の手からといわれています。

米国の国立衛生研究所（NIH）が地下鉄の乗客を調査。その結果、吊り革や手すりを触る回数が1人平均3・3回、顔を触る回数が3・6回でした。別の調査で、人は3時間で鼻を平均16回、唇を平均24回触るといふ報告もあります。つまり、外出の際は病原体が手に付着する機会が多く、その手で目・鼻・口を触ると感染するリスクが高くなってしまうのです。

■1分間手洗いでウイルスが数十個に

そのため帰宅したら、必ず手を洗うことが感染予防の基本になります。

手洗い前の手にウイルスが100万個付着していたとすると、1分間の手洗いで数十個（約0・0001%）に減らせる

とも言われています。

■汚れた手で顔を触らない

「手にウイルスが付いているだけでは、ウイルスに感染しません。その手で顔を触るから鼻や口、目の粘膜にウイルスが付着して感染するのです。しかし、人は無意識に顔を触ってしまうので、マスクをしていればある程度、鼻や口を触らないで済みます」（横浜相原病院 吉田院長 咳やくしゃみによる飛沫感染より、自分の手を介しての接触感染のほうが何倍も多いと言います）

感染予防に重要な手洗い。この機会に手の洗い方を一度、見直してみたいかがでしうか。

参考引用：ウエザーニューズ

効果的な手の洗い方



第117号

令和4年9月20日発行

発行所

一般社団法人県央研究所

「手足口病」感染増加！
子どもより大人の方が
重症化しやすい



子どもを中心に「手足口病」の感染が全国的に増えています。愛知県では、感染者数が7月頃から増加。直近の週では、前の週の1・5倍、名古屋市中でも先週1週間の患者数は、過去3年の平均の2倍を超えています。理由として、コロナ禍でこの数年、嚴重な感染症対策が定着してきました。しかし、今年は行動制限がない夏休みで、免疫のない子どもたちが多く感染したとみられています。

今年の流行の特徴は、発疹の出る体の範囲が広く、腫れも大きいケースが多いといわれています。「本来は、手のひら・足の裏・口の中、それが揃って手足口病だが、それに加えて、手の甲や前腕など、範囲が拡大している印象です。また注意が必要なのは子どもだけでなく、大人もいます。免疫がない場合は、大人でもなります。大人の方が発疹の範囲が広く、熱も高く、全身の倦怠感が強い。大人は、お子さんよりむしろ症状が重いとされています」（ワイワイこどもクリニック 吉田院長 手足口病は、症状が出て、特効薬はなく、症状を和らげる薬を服用しながら回復を待つしかありません。発熱は数日以内に収まり、発疹も1〜2週間で自然消滅するといえます。しかし、ごく稀に「脳」や「せき髄」への影響が出る場合もあり、注意が必要です。参考・引用：名古屋テレビ

手足口病

- 「飛沫感染」「接触感染」「便中に排泄されたウイルスが口に入ること」などが原因。
- 口の中、手のひら、足底や足背などに、水疱性発疹が出るほか、発熱は約3分の1の人に出るが、高くない。

◎感染者とタオルは共用しない。

◎小さな子どもが感染した場合、おむつ交換時は、排泄物を適切に処理して、おむつは袋に入れてしっかりと閉め、他の人が触れないようにする。その後、しっかりと手洗いを行う。

※アルコール消毒は有効ではない。

しっかりと丁寧に手洗いを行うことが重要！！

参考・引用：（上文・右画像）名古屋テレビ



参考・引用：（上画像）名古屋市中西部医療センター 鈴木悟医師 提供



発熱 数日で収まる
発疹 1〜2週間で自然消滅

ごくまれに脳・せき髄への影響

皆様からの情報・意見をお待ちしております。県央から版では、食品・環境衛生を中心に情報を発信しております。取り上げていただきたいものや、旬な話題等がございましたら、お気軽に連絡ください。一般社団法人県央研究所 県央から版事務局 電話 052-633-110 FAX 052-633-110 Eメール info@kenoh-labo.or.jp



燕市にある 燕ラーメン YUKI 様 をお訪ねしました



2019 年 9 月にオープンした燕三条系背脂ラーメンと curry ラーメンが特徴のラーメン店です。店主は、ラーメン潤グループで 10 年間修行され店長まで務めた経歴もある実力者です。「一杯でお客様を幸せにできる」というラーメンの魅力に気づき、地域に愛されるラーメンを作りたいと開業されました。多いときには 1 日で 120~130 人のお客様が訪れ、行列ができる人気店です。今後はお店を大きくしていき、地域の子供たちの思い出の味になるように、頑張っていきたいとお話されていました。

こだわり

スープと麺のバランスにこだわり、味に飽きないように工夫されています。ラーメンによって煮チャーシューと燻製チャーシューを使い分け、味に変化を与えているそうです。煮チャーシューと燻製チャーシューでは、食感や香りがまったく違うそうです。また、普通の背脂系のラーメンは器に脂が散っていることが多いですが、燕ラーメン YUKI 様では、脂を綺麗に拭き取り美しいラーメンにこだわっています。

中華そば

人気 No.1 メニューの中華そばは、動物系スープと魚介スープの二種類を使用されています。二種類のスープを使用することで綺麗にはっきりと味が出るそうです。今後はネット販売も始まるそうです。



家系ラーメン

家系ラーメンは、動物系スープのみを使用したこってりとしたラーメンです。中太麺のもちもち麺が 200g も入っている食べ応えのあるラーメンです。



餃子

燕ラーメン YUKI 様の餃子は、キャベツが大きめで食感が良いのが特徴です。キャベツを粗めに、手で切っているのでザクザク食感で食べ応えがあります。ネギ・ニンニクが使われていないので、匂いを気にせず食べられます。



Curry ラーメン

醤油味のカレー風味のラーメンで、動物系スープに調味料を加えて作るスープカレーはとてもスパイシーです。麺を食べきったら、ご飯を入れリゾット風にして食べるのがお勧めです。



期間限定！ 冷やし坦々麺

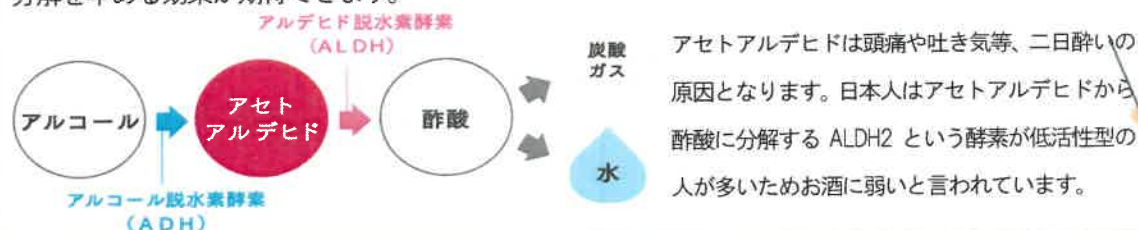
夏に期間限定で販売される人気のラーメンです。甘味とコクが味わえる濃厚豆乳スープが特徴です。濃厚な豆乳のまろやかさと、ラー油の辛さ、挽肉の甘さで少しずつ変化する味を楽しむことができます。



お酒を飲んだ後、締めにラーメンを食べたくなる理由は？

お酒を飲むとアルコールの利尿作用から飲んだ量の 1.5 倍もの水分が体の外に排出されます。尿にはナトリウムやカリウム、クロールといった栄養素も含まれています。体に必要な栄養素を補給しようと体が塩分、水分、炭水化物を要求しているためです。

また、ラーメンのスープにはたくさんの旨味成分があり、特に、昆布だしに含まれるグルタミン酸や、豚骨スープに含まれるイノシン酸はアルコールを分解するのに役立ちます。グルタミン酸はアルコールを分解する際に肝臓で使われ、イノシン酸はアルコールをアセトアルデヒド、さらに酢酸へと分解する酵素の働きを助けます。トッピングに使われているゆで卵や煮卵には、L システインが多く含まれています。L システインは、アルコールやアセトアルデヒドを分解する酵素を活性化する働きがあり、アルコールの分解を早める効果が期待できます。



アセトアルデヒドは頭痛や吐き気等、二日酔いの原因となります。日本人はアセトアルデヒドから酢酸に分解する ALDH2 という酵素が低活性型の人が多いためお酒に弱いと言われています。



燕ラーメン YUKI

〒959-1201
新潟県燕市灰方 15-5
TEL : 080-7121-1143
営業時間：
月～水・金 : 11 : 00～22 : 00
土・日・祝 : 10 : 00～21 : 00
定休日 : 木曜日

県央のつぶやき

店主のこだわりが詰まった、ラーメンは盛付けが美しく、女性にも好評です。ボリュームが多いラーメンがそろっており、がっつり食べたい方におすすめです！ (y)