「今さら聞けない」「ちょっと気になる」…
食についての基本のキを、毎月1回紹介します。

食べものナビゲーター

FOOD NAVIGATER

9月

vol.111 2020年8月17日発行

ネオニコ農薬のいま 動植物に影響があるって本当?

パルシステム東京のホームページでも公開

みなさんは**「ネオニコチノイド系農薬」**(以下、ネオニコ)をご存知ですか?
さまざまな影響が心配されていますが、日本でも新たな動きがありました。

「ネオニコ」ってどんな農薬?

タバコの有害成分「ニコチン」と特性が似ている化学合成農薬です。作物への浸透性が強く、効き目が長続きし、比較的少ない散布量で効果が得られることから、現在世界でもっとも広く使われています。日本で認可されているネオニコは7種類(下表参照)。これらを主成分とする農薬・殺虫剤が、さまざまな用途や製品名で販売されています。

〜ミツバチ失踪〜人体への影響は?

世界中でミツバチが大量死している原因がネオニコだと言われています。ミツバチは多くの植物の花粉を授粉する大切な生き物で、森林や里山などを豊かで安定した生態系にする役割も果たしています。赤トンボやスズメなどが減少している原因にもネオニコが疑われています。近年、急増している子どもの発達障害との関係を指摘する研究者もいます。

世界ではどうなってるの? ネオニコの規制

ヨーロッパなどでは、ミツバチに対して有害性があると判断されたため、ネオニコの使用禁止が始まっています。一方、日本では世界の潮流と逆行して、**残留農薬基準値を大幅に緩和**しています。

【各国のネオニコ規制状況】

○:使用可 ×:使用禁止・失効 −:未承認
△:一部使用禁止 □:新規登録中止

分類	成分名 ＼ 国・地域	EU	フランス	アメリカ	韓国	日本
ネオニコ系農薬	アセタミプリド	○	×	○	○	○
	イミダクロプリド ※2	× ※1	×	△	× ※1	○
	チアメトキサム	× ※1	×	△	× ※1	○
	クロチアニジン ※3	× ※1	×	△	× ※1	○
	チアクロプリド	×	×	○	○	○
	ジノテフラン ※3	−	−	□	○	○
	ニテンピラム	−	−	−	−	○
類似品	フィプロニル ※3	×	×	○	○	○

日本:2015〜17年に残留基準値を緩和

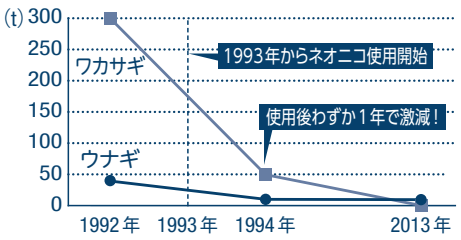
※1 屋外のみ全面使用禁止(ハウスなど屋内は使用可) ※2 パルシステムの「削減目標農薬」(水田・非水田)に設定
※3 パルシステムの「削減目標農薬」(水田)に設定

ネオニコが漁業にも影響か?!

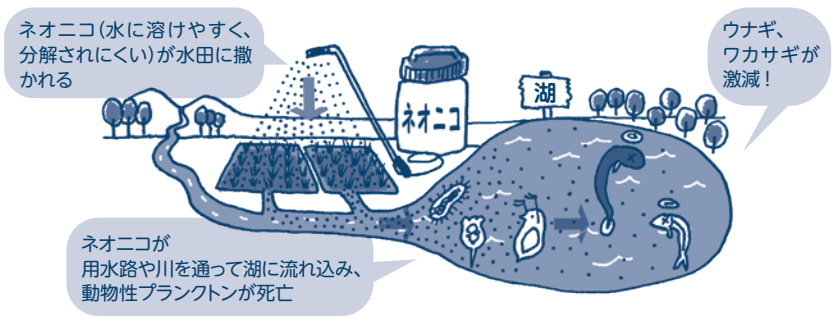
2019年11月、**ネオニコが原因で宍道湖(島根県)のウナギやワカサギが激減した可能性**があるという研究結果(※)が発表されました。水田に撒かれたネオニコが湖に流入し、エサとなる動物性プランクトンが減ったためと考えられます。

日本では、1992年にネオニコが初めて登録され、翌年の田植え期から一斉に使用されました。宍道湖のウナギ・ワカサギも1993年を境に激減しています。

【宍道湖の年間漁獲量】



(※)出典:産業技術総合研究所HP
グラフは発表資料をもとにパルシステム東京で作成



ネオニコによる漁業への影響は他の地域でも同様に起こりえます。規制強化の必要性が浮き彫りになりました。

生態系への影響評価 日本でも厳格に!

このような国内外の動きを受け、2020年6月、環境省が、**農薬の審査に野生ハナバチ類への影響評価の追加を決定**。新たに農薬を登録する際、ミツバチへの影響、農薬量、毒性等の調査をメーカーに求めることになりました。

また、農薬取締法の改正(2020年4月)で、ネオニコを含むすべての農薬は、2021年度から順次、安全性等の再評価を行う予定です。

パルシステムは有機=コア・フードをおすすめ!

パルシステムでは、農薬全体の使用量を減らす「農薬削減プログラム」に取り組んでいます。ネオニコの一部も「削減目標農薬」に設定し不使用を原則としています(上表参照)。

有機=コア・フードは、化学肥料・化学合成農薬不使用で栽培された農作物で、パルシステムのトップブランド。有機農業を広げる取り組みを進めています。

有機野菜を食べて応援!

長野県佐久地方で有機栽培に取り組む「佐久ゆうきの会」生産者のみなさんからメッセージをいただきました。

有機栽培でたいへんなことは何ですか?

病害虫の被害を受けやすいので、予防や早期発見が肝心! 畑を歩いて作物をよく観察し、害虫を手で取り除いたりします。微生物・天然酵素など自然界のものも最大限活用。**地道な防除作業が安全・安心な野菜を作ります。**

組合員のみなさんへメッセージ!

かぼちゃ生産者
収穫後追熟させて甘みが増したものをお届け! お菓子作りにもおすすめです。

レタス生産者
鮮度を保つため出荷当日の早朝に収穫したものをお届けしています。

ズッキーニ生産者
ハチが担う受粉作業。雨天はハチが飛べないので、ひと花ずつ人工受粉しています。

ミニトマト生産者
どんな環境にも対応するのが職人集団! 良いものを作るため、研究を続けています。

「安全・安心」を求めて有機野菜を選ばれると思いますが、有機は「持続可能性」も大きな特徴の一つ。土の力を引き出し、持続的に行うことができる**「有機農業」を、食べることで支えていただきたいと思います。**

(吉田典生/佐久ゆうきの会 会長)

食べものナビゲーター(食ナビ)では、ご感想、商品に関するご意見・ご質問をお待ちしております。shoku-navi@pal.or.jpまで。

キッチンから考える 52

Think from Kitchen

発行 2020年8月17日

先が見えないコロナ禍で「おうちごはん」が増えていますが、毎日の献立づくりにうんざり…という方も多いのでは。ちょっとしたコツで驚くほど献立づくりが楽になる方法を、パルシステム東京・食育リーダーの樋口亜希子さん、秋葉友紀子さんに聞きました。

食育リーダー：パルシステム東京の食育政策を実現するために食育活動をすすめる組合員講師。組合員向けの食育出前講座や地域のイベントなどでも講座を開催。

食育リーダーが教えます ラクチン献立づくり

秋葉友紀子さん
お菓子作りが得意。グルテンフリーのお菓子教室が大好評。

樋口亜希子さん
味噌ソムリエの資格をもち、発酵食品はおまかせ!食べ盛り高校生のママ。

まとめ買いすれば、「ついで買い」も減って食費の節約にもなります。まずは3日分から始めてみては

3人家族（夫婦・小学生の子ども1人）の1週間分の注文目安は…（朝食・夕食分／日本人の食事摂取基準から算出）

- **肉・魚** 肉・魚介類 違う種類を4〜6品
- **野菜** 緑黄色野菜 3品
  その他の野菜 4〜5品
  いも、きのこ、海藻類 各1〜2品
- **果物** 1〜2品
- **乳製品（牛乳、ヨーグルトなど）・たまご** 1〜2品
- **豆・豆製品（豆腐、納豆など）** 3品
- **そのほか** 米、パン、めん類など。

食材をムダなく管理するには、アプリ「まめパル」が便利

パルシステム まめパル 検索

1 ルーティンを決める

大まかな献立ルールを決めます…といっても、難しいことではありません。

ポイントは2つ

①肉と魚を交互にするなど、主菜の食材は同じ種類を続けない
②賞味期限の短い食材を先に使う

2 主菜を決める

一汁二菜を基本に、主菜は肉や魚、卵などのタンパク源を。週の初めは賞味期限が短い、冷蔵の肉や葉物野菜を使うメニューからスタートします。
レシピが思いつかないときは、レシピサイトなどの活用を。

おすすめは だいどこログ 検索

3 副菜・汁物を決める

副菜は野菜料理。ストック野菜と相談しながら、味付けや調理法が主菜とかぶらないようにします。汁物は和洋中を主菜に合わせると、統一感が出ます。

たとえば…

- **主菜** サバの塩焼き　味つけ：塩　調理法：焼く
- **副菜** なすと豚肉・ピーマンのみそ炒め　味つけ：みそ　調理法：炒め煮
- **汁物** 豆腐のすまし汁

たとえば…

- **主菜** 鶏の唐揚げ　味つけ：しょうゆ　調理法：揚げる
- **副菜** 温野菜サラダ　味つけ：中華ドレッシング　調理法：蒸す
- **汁物** わかめスープ

それでも疲れちゃったときのために 簡単食材はいかが?

パルシステムでは産直原料使用、食品添加物をできるだけ控えるなど、安全・安心にこだわった冷凍食品やお惣菜をいろいろ用意しています。用途に応じて上手にご利用ください。

主菜の例
『お料理セット』
- レシピつきで調理時間は10〜20分
- 肉（産直肉使用も多数）、野菜は国産
- 野菜は洗ってカット済み

『餃子にしよう!』

皮は国産小麦、具のキャベツ、ニラ、豚肉は産直品使用。

『さばの味噌煮』

独自の低温調理で、しっとりまろやかな仕上がり。

副菜の例
- 産直じゃがいものサラダ
- 産直たまごの茶わん蒸し
- 釜揚げ産直大豆金時 ほか

産直原料使用だから安心!

食ナビNEWS

パルシステム東京からのお知らせや、最近のニュースに関連した情報をお伝えします。

「遺伝子組み換え（GM）ナタネ自生調査」へのご協力ありがとうございました

「食ナビvol.108」（4月号）でご協力をお願いした「GMナタネ自生調査」に、組合員から5件の調査協力がありました。ご協力ありがとうございました。

本調査は、菜種油の原料として輸入されたGMナタネが、荷揚げ港から輸送される間にこぼれ落ちて自生していないかを調べる調査です（日本ではGM作物の栽培が禁止されています）。

今回の調査では5検体すべて陰性（=遺伝子組み換えでない菜種）でした。しかし、2019年の「GMナタネ自生調査全国報告会」（遺伝子組み換え食品いらない!キャンペーン主催）では、全国906検体の調査で66検体が陽性となり、遺伝子組み換え作物の自生拡大が問題となっています。

今後も遺伝子組み換え作物の野生化について、知っていただく取り組みとして続けていく予定です。

詳細は パルシステム東京 ナタネ自生調査 検索

組合員から提供いただいたナタネの写真

詳細はパルシステム東京のホームページで パルシステム東京 検索 http://www.palsystem-tokyo.coop/