

気候変動と農産物



※高温少雨により、米粒の中のデンプンが十分に生成されないことで発生する白濁した米のこと

「食べものナビゲーター」はパルシステム東京のホームページでも公開
猛暑が続いた今年の夏、パルシステムの産直産地でもさまざまな影響がで
ています。パルシステムではどのような取り組みをしているのでしょうか。



気候変動による農産物への影響

近年、気候変動による影響で、農畜産物の生産量や品質に
影響がでています。また、台風などの自然災害により、各地で
農産物の全滅や農業施設の倒壊などの被害も続出しています。

特に今年の夏は全国的に、統計開始以来の最高気温を記録。
北日本から東日本では梅雨明け以降の少雨で、パルシステムの
産直産地にも大きな影響がでています。



果樹・米 秋田：豪雪被
害によりりんご樹木の倒
木や、育苗ハウスの倒壊
(2021年、雄勝りんご
生産同志会、JAこまち
など)



米 新潟：高温少
雨により米粒の割れやシ
ラタ米が発生(2023年、
JA新潟かがやきなど)



青果 長野：台風19
号でりんご園が水没
(2019年、サン・ファ
ームなど)

【被害要因】

猛暑

台風被害

雪害

青果 北海道：高温障
害によりじゃがいもの不作
や品質劣化(2023年、富
良野青果センターなど)

青果 関東：トマト、
ピーマン、ねぎなどの野菜
の不作(2023年)

畜産 千葉：鶏や牛の
食欲が落ち、サイズが小さ
い卵が増えたり、牛乳の生
産量が減少(2023年)

千葉：台風15号による被害(2019年)

青果 ハウスの倒壊、畑の冠水(佐原農産
物供給センターなど)

畜産 豚舎・鶏舎の屋根が飛散(首都圏と
ん豚協議会など)

鶏卵 バックセンターの停電・断水により出
荷停止(菜の花エッグなど)

※上記はパルシステムの産地への被害の一部です(2019～2023年)。

被害産地への支援活動

パルシステムでは、被害を受けた産直産地に対し、さまざまな支援活動を行っ
てきました。その一部を紹介します。



高温障害で多発したシラタ米を「食べて応援」!

2015年、JAささかみ(現・JA新潟かがやき)
など新潟県の産地で、高温により米が白濁する“シ
ラタ米”が多発。シラタ米は食味には大きな影響
はありませんが、等級が下がり、市場では買い取
られないのが一般的です。

これを受け翌年、JAささかみと長く交流を続け
てきたパルシステム東京組合員の「食べて応援し
よう」との呼びかけから、「産地応援企画」を実施。多くの注文が集まり、リスクも
おいしさも分かち合う関係が、シラタ米への理解につながりました。



産地交流でお互いの理解を深める



『売れ残るのでは』と心配でしたが、組合
員のみなさんのご理解に、長年取り組
んできた産直の重みを感じました。



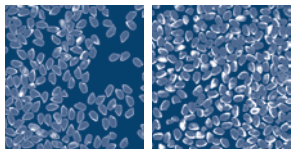
JAささかみからの
お礼メッセージ
(2016年)

ご協力をお願い

今年も新潟こしひかりにシラタ米が発生

田んぼの水不足や、高温による稲枯れでシラタ米が多く発生し、新潟県内では
1等米がほぼないという緊急事態に。

見た目は劣ものの食味は昨年と同様のため、
パルシステムでは、通常どおりのお届けを予定し
ています。気候変動と闘う産地の状況をご理解い
ただき、ぜひ「食べて応援」をお願いいたします。



(精米) 2022年産 2023年産



台風被害を受けたサン・ファームへ職員を派遣

2019年10月、長野県のりんごの産地サン・ファ
ームでは、台風19号で千曲川が氾濫し、生産者全員の
自宅とりんご園が水没するという甚大な被害を受けま
した。

次の開花期までに園地の泥を洗い流さなければ、来
期のりんごに病害が発生する可能性があったため、パ
ルシステムでは、のべ412人の職員を派遣。近隣の産
直産地からも生産者が駆け付け、園地の泥かきなどの
支援を実施しました。加えて、組合員カンパ、応援企
画などを呼びかけ、再生を支援しました。



台風被害を受けたりんご園
(2019年)



復興した現在のりんご園
(2023年)



災害支援に心から感謝していま
す。復活したサン・ファームと、
これからの若手生産者主体の
取り組みを応援してください!

気候変動への 対応と今後は?

パルシステム連合会 産直事業本部

那須 豊 部長に聞きました



産地が被害を受けたとき、速やかに情報を集めて必要な対策
をとれるのは、産直の一番の強み。産地との長年の交流によって、
支え合う信頼関係ができていからこそのです。

今、温暖化をはじめとする気候変動によって、農業は厳しい状況にあります
が、産地と協力して農業生産での温室効果ガス削減の取り組みを進めていま
す。パルシステムは、創立時から持続可能な食づくりをめざし、「つくる」と「食
べる」をつなぐ産直をつづけてきました。地域の資源を循環させ、環境を保全
する農業を続ける生産者を支え、農業や経済を維持発展させていくことが、
温暖化などの課題解決の一助になると思います。

Think from Kitchen

キッチンから考える

Vol. 89

発行／2023年11月20日

今月のテーマ

大人の食育「腸を整える」編

腸を整える「腸活」が注目されています。消化器官と考えられていた腸が、身体や心の健康を支える重要な役割を果たしていることがわかってきました。今回は「腸」のお話です。

＼知っていますか？／ 消化・吸収以外にもある 腸のすごい働き

腸は免疫力の司令塔

腸には身体の中の免疫細胞の、約70%が集まっています。これは、食べものといっしょに侵入するウイルスや細菌などから身体を守るためと考えられています。免疫細胞が元気に活動するためには、腸内環境を整えること＝腸内に生息する腸内細菌がバランスよく働くことが重要です。

「のう ちよう そう かん脳腸相関」で心身をコントロール

強いストレスでお腹の調子が悪くなることがありますが、腸の調子が悪くなったときもそれが脳に伝わって、気持ちが不安定になることがわかってきました。それが「脳腸相関」です。脳と腸は自律神経や腸内細菌が分泌するホルモンなどを通じて、密接に情報交換をして体調をコントロールしています。睡眠やうつなどとの関連も指摘されています。



腸を整えるカギは “腸内細菌”

私たちの腸内には、約100兆個1,000種類もの腸内細菌が生息しています。それらは身体に有用な善玉菌、有害な悪玉菌、優勢な方(多い方)に加勢する日和見菌の3種類にわけられます。しかし、近年の研究で悪玉菌も健康維持に一定の役割をもつことが判明。腸内にさまざまな種類の菌がバランスよく存在することが理想的といわれます。



今日のうんちの具合はいかが？

うんちで自己診断

毎日のうんちは腸のようすを知らせるヒント。しっかり観察しましょう。

ゆるかったり、かたかったり、色が黒っぽい、悪臭が強いうんちは、腸の調子に気をつけて！

よいうんちとは…
バナナ状
明るい茶色～黄土色
臭いも強くない

腸内環境を整える生活習慣

食べもので整える

腸内細菌のバランスを整えるには、さまざまな栄養成分が関係するといわれます。善玉菌を元気にし、便を出やすくする食物繊維のほか、たんぱく質、ビタミン、ミネラルなども大切です。ただ、腸内環境も腸内細菌の働きも個人差があります。まずバランスのよい良い食事を、規則正しく摂ることが一番です。そのうえで腸内細菌のバランスを整える食品を、意識して摂ってみてはいかがでしょうか。

こんなレシピも



納豆チーズ巾着



ネバネバ海藻と豆腐のみそ汁



野菜の塩こうじ漬け

レシピは

だいどろろから

毎日の献立にプラス

善玉菌のエサになって善玉菌を増やす

食物繊維(きのこ、根菜類、緑黄色野菜、海藻、胚芽米・雑穀など)、オリゴ糖など



善玉菌を含む

発酵食品(納豆、みそ、ヨーグルト、チーズ、ぬか漬けなど)



くらし方で整える

朝日を浴びて朝ごはんを食べる

身体を目覚めさせ、腸が動き出す合図になります。朝食の習慣のない人は、飲み物以外にヨーグルトや果物だけでもOK。まずは、食べることから。



身体をあたためる



ストレスが多い現代、いかにリラックスするかは腸を整える大きなポイント。シャワー浴よりぬるめのお湯で入浴を。身体が温まる食べものも。

適度な運動

うっすら汗をかく程度の軽い運動を。激しい運動はストレスになることも。



ぐっすり眠る



就寝前にスマホなどのブルーライトを浴びない。夜にブルーライトを含む明るい光を浴びると、体内時計が乱れ、睡眠を促すホルモンの分泌が抑制されます。



開催報告 食の安全学習会 (9月23日)

「ゲノム編集食品、基礎から学び、考えよう～パルシステムの方針とは～」を開催

農産物食品分析センターの八田純人さんを講師に迎え、ゲノム編集食品の基礎や問題点について学びました。また、パルシステム連合会から、2023年4月に策定されたパルシステムの「ゲノム編集技術応用食品に対する方針」について説明がありました。

会場・オンライン合わせて66組が参加。



学習会の模様はコチラから



●ゲノム編集・高成長ヒラメの届出が受理

10月24日、国内6例目となるゲノム編集食品として、高成長ヒラメの届出が受理されました。今後、市場に流通する可能性があります。高成長ヒラメはゲノム編集で食欲を抑制するDNAの一部を壊し、食欲を促すことで成長を早めたものです。

ゲノム編集食品には、国による安全性審

査がなく、表示の義務もないため、市場に流通すると消費者は避けることができない場合があります。

パルシステムでは、ゲノム編集食品に反対の姿勢を示すとともに、表示の義務化などを求める運動を継続していきます。

