

「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

6月

vol.156 2024年5月20日発行

「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
パルシステムでは、ビジネスと人権への社会的意識の高まりを受け、
2024年2月、「責任ある調達方針」を策定し、これまで行ってきた人権への
配慮を明文化しました。



人権を尊重した商品調達



企業活動による人権侵害

さまざまな企業が事業拡大・労働者確保のために海外進出しています。しかし、それに伴い、国内外で労働者や地域住民の人権侵害や環境汚染による健康への影響がみられるようになりました。

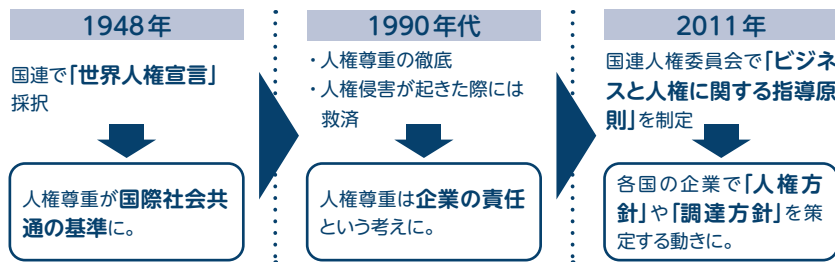
【人権侵害の例】

- 児童労働**
18歳未満の子どもが危険労働等に従事
- 人種差別**
移民労働者などの不当な扱い
- 低賃金 長時間労働**
不当な扱いを受け、心身への苦痛が発生

人権とは、すべての人が生まれながらにもつ、人間が人間らしく尊厳をもって幸せに生きる権利です。人権がビジネスによって侵害されると、不買運動などに発展し、事業活動やブランドイメージに大きな影響を与えることがあります。

今、企業・組織に求められる「ビジネスと人権」

このような背景から、1990年代以降、企業も人権を尊重する主体として位置づけられるようになりました。



具体的にどんな対応が必要?

商品の原料調達から消費者にわたるまでの事業活動の一連の流れを、サプライチェーンといいます。その中で、関わるすべての人(取引先、生産者、地域住民、従業員、消費者)の人権を守る必要があります。

【サプライチェーンの中で起こり得る人権侵害の例】



- 児童労働**
学校に行かずに働く児童労働が問題に。
- 環境汚染**
森林伐採や農業による環境汚染が進み、人体への影響が問題に。
- 長時間労働**
健康上に問題が発生し、労災認定される事案も。
- ハラスメント**
身体的・精神的ストレスを受ける。
- 商品の問題**
誤表示商品の使用により健康・安全上の問題に。
- 広告での被害**
精神的苦痛を与える表現を使った広告での被害。

商品が消費者にわたるまでには、さまざまな人権侵害がおこる可能性があります。企業や組織はサプライチェーン全体を通して、人権侵害を防ぐ方針の策定やリスク調査、改善のための制度づくりをすすめることが求められています。

パルシステムは「責任ある調達方針」を策定しました!

パルシステムでは、創設以来、産地や取引先と対等なパートナーシップを結び、生産者の人権や暮らしに配慮した取り組みを行ってきました。そして、改めて人権への配慮や環境への取り組みを明文化し、「パルシステム責任ある調達方針」を策定しました。

【「パルシステム責任ある調達方針」の概要】

- 1 人権への配慮**
サプライチェーン全体を通じた人権への配慮を徹底
- 2 産直の推進**
資源循環型・環境保全型農業を実践した調達を追求
- 3 安全・安心の確保**
持続可能な農畜水産業を拡大。安全・安心な商品の調達を推進
- 4 環境への配慮**
「脱炭素社会」「循環型社会」「自然共生社会」の実現に向けた運動を展開
- 5 適切な情報提供**
「責任ある調達」の課題に向き合い、認知度を上げるため情報発信
- 6 公正な調達倫理**
法令順守、安全・品質管理の徹底、公正な選定の実施

この方針に沿った取り組みをし、人権を尊重することが、SDGs(持続可能な開発目標)の実現にもつながります。

「パルシステム責任ある調達方針」全文はこちら→



Think from Kitchen

キッチンから考える?

Vol. 95

発行 / 2024年5月20日

今月のテーマ

かむ・かむ効果に注目!

ふんわりやわらかいものが「おいしい!」と人気ですが、よく噛まずに食べることでトラブルが増えているそうです。6月4~10日は歯と口の健康週間。改めて「かむ」を見直してみませんか。

こんなにある! かむ・かむ効果



よく噛むと、消化吸収がよくなるだけじゃないよ!

胃腸が元気に

唾液の分泌が増えて消化吸収がよくなり、胃腸の働きを助けます。唾液中のペルオキシダーゼという酵素は、ガンの発生を抑制するとの報告も。

ロトレで表情が豊かに

口の周りの筋トレになり、顔全体がキュッとひきしまるだけでなく表情が豊かに。言葉もはっきりし、あごの発達で歯並びもよくなります。

虫歯・歯周病を予防する

唾液には口の中を清潔に保つ、抗菌・殺菌作用があります。唾液が増えることで口内の雑菌の増殖を防いで歯や粘膜を保護し、虫歯や歯周病、口臭などを防ぎます。

肥満になりにくい!?

時間をかけてよく噛むと、満腹中枢が刺激され満腹を感じやすくなり、食事量が減ります。

マスクと唾液

マスクをしていると口呼吸になりがち。口が開いていると、口腔内が乾燥しやすく、唾液が減って口臭などさまざまなトラブルが。よく噛んで、唾液を増やす習慣を。



脳を活性化 認知症予防に

噛む刺激で脳の血流が増え、頭がすっきりした状態に。集中力があがり、認知症の予防にも。

あごが小さい現代人

現代人の噛む回数は、弥生人の約1/6との研究も。そのため現代人のあごは小さくなり、歯がおさまらず歯並びが悪い人が増えています。噛み合わせの悪さは、肩こりや頭痛の原因にも。小顔がもてはやされる時代の落とし穴かもしれません。



食べ方

しっかり かむ・かむ

クッキング

世代別 かむ・かむ ポイント

子ども

- しっかり味わうことで味覚が発達
- あごが発達して歯並びがきれいになる
- 集中力がアップ

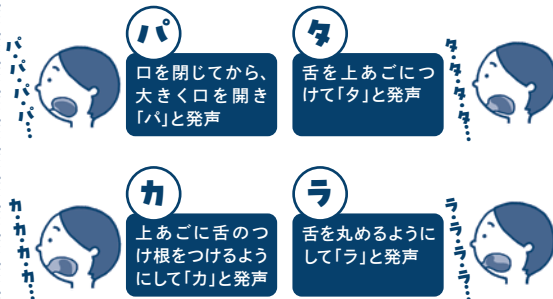
成人

- 忙しさにまぎれて早食いが習慣化している人が目立ちます。よく噛み、ゆっくり食べて肥満になりにくい生活習慣に。

シニア

- 加齢とともに歯を失ったり、口周りの筋肉が衰えたりしがち。意識的にしっかり噛むよう心掛けるほか、下図のロトレも効果的。

パタカラ体操



姿勢をよくする

よい姿勢で食べると力が入って、しっかり噛める。



ひとくち30回を目安に噛む

一口の量を少なく。



“ながら食べ”はNG

スマホやテレビを見ながら食べると、食事への集中力が薄れ、噛む回数が減る傾向に。



★しっかり噛めるよう歯磨きはいいねいに。

噛みごたえのある食品を選ぶ

食物繊維の多い根菜・豆・きのこ類や、イカやタコなど弾力性があるものを。



しっかりかめる工夫を



★ハンバーグなど柔らかい料理には、れんこんやごぼうなどかたい食材を加えるのもGOOD!

食ナビ

【開催報告】食の安全学習会「遺伝子組み換え食品って何? ~遺伝子組み換え菜の花の調査をしてみよう!~」(4月13日)

農産物検査センター所長・八田純人さんより遺伝子組み換え食品の基礎や問題点をお話いただいた後、参加者といっしょに菜の花(ナタネ)の検査を体験! 組合員のみなさんが事前に採取した菜の花が遺伝子組み換えでないか検査し、結果はすべて陰性(遺伝子組み換えでない)でした。

参加者からは「子どもたちに遺伝子組み換え食品の問題を、しっかり伝えていく役割があると感じた」「子どもといっしょに参加できたことがたいへん良かった」などの感想が寄せられました。



小林製薬(株)の「紅麹原料」パルシステムでは使用なし

小林製薬(株)の「紅麹」を使用したサプリメント商品に健康被害が発生したとの報道を受け、各販売先は該当商品の回収を発表しています。健康被害の原因については明らかになっていませんが、一部の「紅麹原料」に同社の意図しない成分が含まれている可能性があるとしてされています。

パルシステムの取扱商品では小林製薬(株)が製造し、現在回収対象となっている「紅麹原料」を使用していないことを確認しました。

今回、注目されている「機能的表示食品」については、次号の「食べものナビゲーター」で特集します。ぜひご覧ください。