



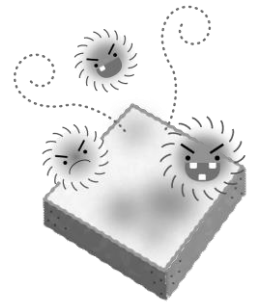
30年7月号

検査室だより

梅雨のあい間のお日さま。ありがとうございます。窓を開けて掃除に洗濯。部屋にも心にもさわやかな風を通しましょう。

ジメジメしているこの時期。気になるのはカビです。今回はカビのお話です。

私たち日本人は大昔から「カビ」のお世話になってきました。しょうゆ、みそ、日本酒にみりん。更にチーズやかつお節など。カビと酵母や細菌のコラボレーションでいろんな食品が作られています。薬にも利用されていて「カビ」はなくてはならない存在になっています。一方、病気やアレルギー疾患を引き起こします。中でもカビ毒を作るものは、がんや中毒の原因となります。梅雨はカビの大好きな季節。気温が20度以上でジメジメ、ムシムシ。仲間を増やすにはもってこい！普段は、空気中に漂っていますが、条件が整うとパンやお菓子、はたまたプラスチックや金属までも、栄養源にしてどんどん発育していきます。色も緑や赤、青、黒、カラフルです。



昔、おばあちゃんがカビの生えたお餅をもったいないからと言ってこすり取って食べていたのを思い出しました。カビを取り除いたお餅は食べてもいいのでしょうか？答えは「NO」です。カビそのものは加熱することで死滅しますが、「カビ毒」は熱に強いものが多く、茹でる、炒めるといった家庭の調理ではやっつけることができません。やはり、もったいないですがカビの生えた食品はあきらめるしかないようです。では、食品にカビが生えないようにするには？

「時間をおかないこと」何ととっても早く食べてしまうのが一番。

「保存方法に気を付ける」カビのほとんどは、酸素がないと生きられません。ジッパーがついた袋などを使って余分な空気を抜いて保存しましょう。また、冷蔵庫内で保存すれば発育速度は急激に低下します。（発育速度が遅くなるだけで、カビは生えます。「冷蔵庫に入っているから大丈夫！」はダメですよ。）

カビは私たちの生活には欠かせないものです。これからも、末永く良いお付き合いをしていきたいものです。

カビだけでなく食中毒のシーズンです。生ものには十分気を付けて、加熱するときはしっかり火を通してください。もちろん基本は手洗いです。

公衆保健協会 検査室

