

「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

11月

vol.161 2024年10月21日発行

パルシステム商品が届くまで



「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
パルシステム商品は生産されてから、どのような流れで組合員のもとに届くのでしょうか？ また、品質管理についても見てみましょう。



商品の注文からお届けまで

1 注文

パルシステム全体で毎日平均約15万人の組合員から注文



注文データをまとめて発注



2 産地・メーカー



注文された商品を用意

3 セットセンター

届いた商品を組合員別にセット。適した温度管理でセットするため、温度帯の異なるセットセンターが関東圏内に10カ所あります



冷凍品 (-18℃)



2センター

南大沢・つくばみらい

常温品 (常温)



3センター

杉戸・八王子・大和田

冷蔵品 (10℃以下)



3センター

熊谷・新治・岩槻

お料理セット・こんせん牛乳



青果



2センター

相模・岩槻

4 配送センター (66センター)

※東京は17センター
各セットセンターから届いた商品を注文どおりにまとめて、配送トラックに積み込み



1台で1日
約50~80件配達

5 お届け



商品が組合員のもとに

青果の品質管理を見よう！

商品が届くまでに、産地やメーカー、セットセンターなどの各段階で、品質管理の徹底に努めています。組合員のみなさんからの問い合わせが多い「青果」に焦点を当て、「大根」を例に品質管理の流れを紹介しましょう。

大根の管理方法

金曜日配達の場合

※セットセンターで袋詰めの場合

産地



注文数が確定したら、収穫



出荷基準や申告情報をもとに検品

検品・出荷



セットセンター



産地から届いた大根は、出荷基準をもとに再チェック

検品・袋詰め後、仕分けして分配



配送センター



組合員へお届け



1本1本目視で全量検品しています。産地で袋詰めする大根も、同様に全量検品しています。

【出荷基準と検品】

品目ごとに出荷基準を設定しています。

産地で袋詰めしたものは、セットセンターでも全量、または抜き取り検品して品質を再確認します。

① 品目ごとに産地と協議し設定

② ひとつひとつ品質を確認



【品質改善への対応】

内部の変色などの外観からの判別が困難な問い合わせが発生。

検品時に問題がなくても、組合員宅に届くまでの間に病害が発生する。

産地とともに品質改善に取り組んでいます。

- ▶ 多発の場合は産地への情報提供と改善要請
- ▶ パルシステム内部で品質向上会議
- ▶ 産地に行き、いっしょに確認

NEW

新・冷凍セットセンター つくばみらいセンターが稼働

(2024年9月から)



パルシステムで2カ所目の冷凍温度帯専用のセットセンターです。冷凍食品の需要の高まりや、大規模災害発生時のリスク分散などを目的に新設されました。南大沢センターと合わせて2センターで保管・出庫ができるようになったため、作業効率がアップしました。

■ 冷凍設備

-18℃で稼働し、入荷から商品棚までの商品の搬送を自動化することで、必要な在庫だけを商品棚まで搬送。

人を介さず仕分けラインまで搬送することでミスを防止し、効率化を図っています。

■ 環境配慮

全館LED照明にし、2025年春には、太陽光発電設備を設置する予定です。

■ 地域貢献

内装の一部に東日本大震災で被害を受けた宮城県南三陸町の間伐材を使用しています。

Think from Kitchen

キッチンから考える?

Vol. 99

発行/2024年10月21日

今月のテーマ

こうじ

しょうゆやみそ、酒、酢、みりんなど、日本の味に「こうじ」は欠かすことができません。世界でも有数の発酵大国でもある日本。今回は「こうじ」のお話です。



こうじ事はじめ

こうじのでき具合を人の目で確認。機械化された工場でも昔ながらの木箱を使うのは、菌の成長具合がまったく違うから。家庭で使いやすいこうじに仕上げるため、人の手は欠かせない。(『みやこうじ』メーカー伊勢惣)

こうじができるまで

蒸した米を冷まし、こうじ菌を振りかける



こうじ菌が米全体にいきわたるようにもみ、こうじ室(ムロ)で保温

発酵の熱で培地の温度が高くなりすぎると、こうじ菌は発酵しなくなるので、温度管理は24時間体制



乾燥室で乾燥。保存性はさらにアップ!

こうじは米・麦・大豆などの穀物に、こうじ菌(カビの一種)を繁殖させたものです。気温や湿度など発酵に適した気候条件の日本には、さまざまなこうじ菌が存在し、調味料や発酵食品に利用されています。

主なこうじ菌

黄こうじ 一般的なこうじ菌。でんぷんの分解力が強い。みそ、しょうゆ、酢、酒、みりんなどに。

黒こうじ 胞子が黒い。たんぱく質の分解力が強く、クエン酸が多く作られるので酸っぱい。泡盛などの焼酎や酢などに。

白こうじ 黒こうじと同じ性質で色が褐色。焼酎に。

紅こうじ 台湾や中国で古くから使われるあずき色のこうじ菌。着色料や紹興酒、豆腐ようなどに。

カツオブシ菌 かつお節づくりに使用。かつお節の水分を吸収し、うまみを引き出す。

こうじのチカラ

- **保存性を高める**
こうじ菌が増えることで、腐敗菌の増殖を防ぐ
- **味や香りをよくする**
発酵の過程で食材のうまみ成分や香味成分を引き出す
- **栄養価や健康調節機能がアップ**
栄養素を分解し、消化・吸収しやすくする。腸内の善玉菌を増やす

こうじのチカラを食卓に



『産直米の塩こうじ』

コトコト・きなり/11月1・3回
産直米、塩はパルシステムオリジナル『海はいのち』使用

組合員の声から



お肉が柔らかくジューシーに硬そうな肉を漬けて焼く。味も塩こうじだけでできて便利 (マタンゴさん)

サンマにまぶして絶品に

生食用サンマにまぶして焼きました。手軽な肉・魚・野菜の味付けに重宝(ホソバヒラギさん)



野菜を漬けて簡単漬物にジッパーバッグに入れた白菜に加えたら、サラダのような漬物に (caramelさん)

『乾燥こうじで』手作りライフ

ぶれーんべいじ*/11月1・3回
生こうじと同じ効力で、長期保存できます。もみほぐして使います。(賞味期限1年)



塩こうじ

材料【作りやすい分量】
乾燥こうじ……………200g
湯……………300cc
塩……………60g

- ①熱湯に塩を入れて溶かし、60℃まで冷ます。
- ②こうじをもみほぐして、①に混ぜる。
- ③室温で毎日かき混ぜ、熟成させてできあがり(夏…1週間、冬…2週間程度)。保存は冷蔵庫で約3ヵ月。

★肉、魚の漬け焼き、野菜の塩こうじ漬けなどに

しょうゆこうじ

しょうゆ280ccに熱湯120ccを加え、60℃に冷ます。こうじをもみほぐして混ぜ、塩こうじと同様の工程(上記③)で熟成させる(夏…2週間、冬…3週間)。

★漬け丼、納豆、冷ややっこ、たまごかけご飯などに

*オプションカタログ「ぶれーんべいじ」の登録法

インターネット/メニュー→設定(組合員情報・設定→カタログの配付・停止を「配付」に)。
注文用紙/裏面左上のオプション登録欄に「1」を記入



甘酒

材料
乾燥こうじ……………200g
米……………150g(1合)



- ①米を3合分の水でおかゆに炊く。
- ②①のおかゆを60℃に冷まし、もみほぐしたこうじを入れて混ぜる。
- ③温度を55~60℃に保ち、途中2、3回かき混ぜて8~10時間保温する。保存は冷蔵庫で1週間。冷凍保存も可能。

＜保温の方法＞

炊飯器を保温にセット。
ふたを開けず、ふきんをかけて置く



ほかにもいろいろ こうじ商品



『お米と米麴でつくったあまざけ産直米使用』

コトコト/11月2・3・4回
きなり/11月2・4回

『塩麹パウダー(だし入り)』

コトコト・きなり/11月2回



食の安全学習会 映画「夢みる給食」上映会を開催(8月31日)

オーガニック給食の実現に奔走する市民・市長・農家たちの活躍を描いたドキュメンタリー映画「夢みる給食」上映会を開催。

上映後には、パルシステムの産直産地で学校給食にも有機野菜を提供している農業法人(株)カモスフィールド代表の大橋正義代表と、「オーガニック給食マップ」の野々山理恵子氏によるインタビュー形式の対談を行いました。

学校給食に有機野菜を提供する重要性、給食をオーガニックにする取り組みについて学びました。参加者からの質問も多く、学校給食や有機野菜に対して関心が深まりました。

活動レポートはこちら→



改正された「機能性表示食品制度」が9月1日より施行

機能性表示食品は事業者が効果の根拠を届け出れば、国による審査なしで販売できる制度です。しかし、機能性表示食品と因果関係が疑われる健康被害が相次いだため、9月1日から以下の内容が施行されました。

- (1) 健康被害情報の収集・報告の義務化
- (2) 製品の品質を一定に保つためのGMP(適正製造規範)に沿った、製造・管理の要件化
- (3) トクホや医薬品との混同を避けるため、「国による評価を受けたものではない旨」などの記載の義務化

その他の施策については、来年4月1日に施行予定です。

パルシステムでは、今後の動向を注視しながら、引き続き国による審査を要望していきます。