

「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。

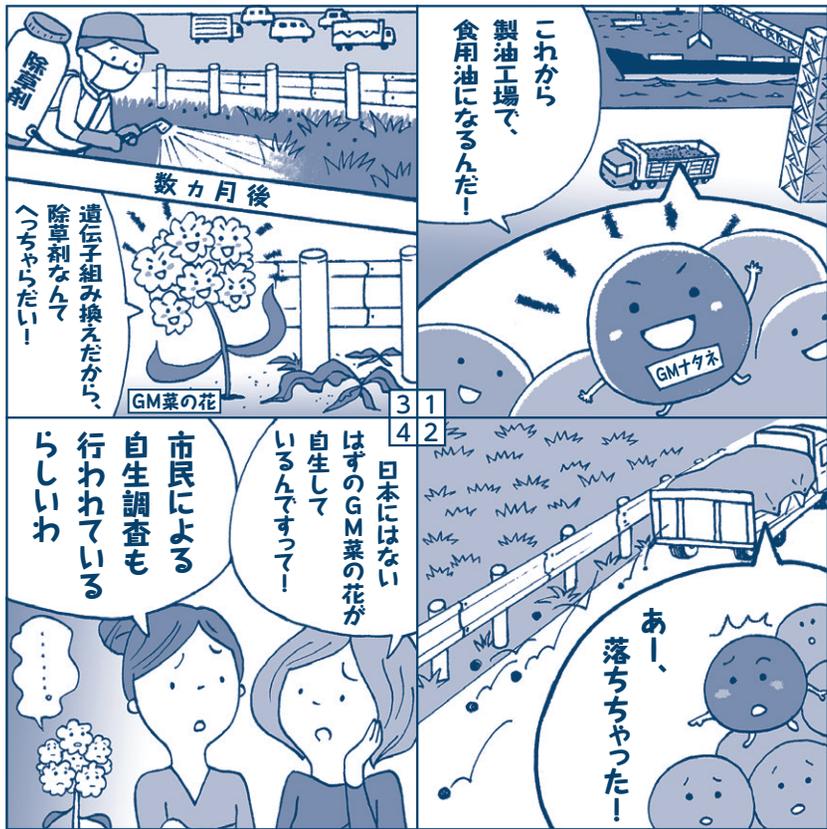
食べものナビゲーター

FOOD NAVIGATER

3月

vol.165 2025年2月17日発行

遺伝子組み換えナタネ自生調査

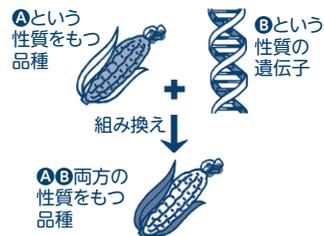


「食べものナビゲーター」はパルシステム東京のホームページでも公開
海外では、大規模農業で作業効率を上げるため、除草剤を撒いても枯れない遺伝子組み換え作物などが栽培されています。日本にはどのような影響があるのでしょうか。



遺伝子組み換えとは

生物から取り出した遺伝子を別の生物に組み換える技術です。遺伝子組み換え(以下GM[※])によって、欲しい性質が得られるため、この技術を使い、多くの食品などが開発されています。

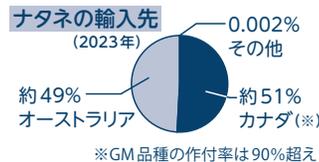


日本にはどんな作物が?

日本では、9種類のGM作物(大豆、とうもろこし、じゃがいも、ナタネ、綿実、アルファルファ、てん菜、パパイヤ、からしな)の流通が認められています。食用油やしょうゆなどの加工食品、食品添加物の原料、飼料として幅広く使用されています。



これらのGM作物は、海外で栽培され、日本にもたくさん輸入されています。ナタネも例外ではありません。



遺伝子組み換えの問題

GM作物は、生育中に飛んだ花粉が他の遺伝子組み換えでない作物と交雑し、GM作物が広がってしまう可能性が指摘されています。他にも以下のような問題があります。

安全性への懸念

安全性の評価は簡易的な審査だけ。長期的な身体への影響はわからない部分も。



大企業による種子の独占

一部の多国籍企業がGM種子と除草剤をセットで販売。種子の独占が進む問題も。



GMナタネ自生調査とは?

近年、日本で栽培されていないはずの、GMナタネが幹線道路沿いなどでみつかっています。



この実態を把握してGM作物の拡大を防ぐため、全国の生協や市民団体が参加する消費者団体「遺伝子組み換え食品いらない!キャンペーン」では、20年にわたって「遺伝子組み換えナタネ自生調査」を続けています。

パルシステム東京も当団体に加盟し、2020年から調査に参加。除草剤への耐性を調べる試験紙を使って、組合員と一っしょに調査を行っています。



菜の花を事前に採取。試験紙を使って簡単にGMナタネかどうか検査できます。

どうして市民調査を行うの?

国でも調査は行っていますが、市民調査を行うのは次のような理由があります。

①生活に密着したデータが得られる

遺伝子関連の研究・開発などは閉鎖的な空間で行われることが多いなか、市民による調査は、生活に密着した信頼性のあるデータが得やすいといわれます。



②団体同士の連携につながる

市民団体が連携し運動として広がることで、GMナタネの問題が周知され、問題解決の可能性が広がります。



2024年度の調査報告

全国の調査結果

2024年度は全国で690検体中53検体のGMナタネ(陽性)が発見され、23年度の22検体から大きく増加しました。

陽性率^(※)の推移をみると、増減はありますが、毎年、一定数のGMナタネが確認されていることがわかります。



この調査結果は毎年、報告会などで行政(農水省・環境省など)や関係事業者へ伝え、汚染拡大の防止策をとるよう求めています。

パルシステム東京の調査結果

パルシステム東京では、都内で採取した菜の花を中心に検査しましたが、過去5年間の調査でGMナタネの自生は確認されていません(計96検体)。

検査年	2020	2021	2022	2023	2024
検体数	5	19	46	15	11
陽性数	0	0	0	0	0

しかし、輸入港がない県でも輸送時に幹線道路沿いに種が落ち、自生する例もあります。今後も継続的な調査を行い、各地の実態を伝えていく必要があります。

2025年「遺伝子組み換え食品学習会」のご案内

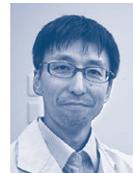
農民連食品分析センター所長・八田純人さんをお招きし、「遺伝子組み換え食品」についての学習会を開催。学習後は身近な菜の花(ナタネ)がGMかどうかをいっしょに検査します。

今年はオンラインと会場での同時開催!

[日時] 3月8日(土) 10:00~12:00

[会場] パルシステム東京新宿本部2階第1会議室(オンライン併用)

※菜の花は事前に採取をお願いします。事前採取が難しい方は視聴だけでも大丈夫!



お申し込みはこちら▼



八田 純人氏

キッチンから考える?

Vol. 103



発行 / 2025年2月17日

今月のテーマ

あく(灰汁)

“ふき”や“うど”など、春の山菜が出回る季節です。おいしくいただくためにはあく抜きが欠かせませんが、抜きすぎでは食材の持ち味が失われてしまいます。ほどよいあく抜きをマスターしましょう。

「あく」って何?

あく(灰汁)は食材に含まれる、苦みやえぐみ、渋みなどの元になる成分です。
野菜や山菜から出る植物性のあくほとんどが水溶性。下ゆでや水にさらして取り除きます。
肉や魚から出る動物性のあく成分は脂質やたんぱく質。調理中に浮き上がってきたあくを、すくって取り除くのが一般的です。



なぜ「あく」を抜くの?

身体に悪い成分を取り除く
ほうれん草・たけのこは、結石の原因となるシュウ酸(えぐみのもと)を含みます。ふきのとう、わらびなどの山菜はアルカロイド類(苦みのもと)などの天然毒を含みます。
味や風味をよくする
苦みやえぐみなどを取り除くことで、後味や舌触りがよくなります。
料理の出来栄をよくする
ごぼうやれんこんなどポリフェノールを含む食材は、空気に触れると変色します。

あく抜きはほどよく

苦みやえぐみは見方を変えれば、その食材の持ち味でもあります。春の山菜はほろ苦さが魅力のひとつ。抗酸化作用があるポリフェノールなどは、身体によい栄養成分でもあります。また、最近は品種改良であくが少ない野菜が増えています。あまり神経質にとりすぎず、ほどよくあくとつきあうのが料理上手の極意です。

MEMO

なぜ「あく」というの?

昔から食品の苦みやえぐみをとるために、草木の灰を水に浸した上澄み(灰汁)を利用していました。このことから、しだいに食品に含まれる、苦みやえぐみなど食べにくい成分も「あく」と呼ぶようになったといわれます。

品目別 あく抜き 基本のキ

野菜

●水にさらす

切ったり皮をむいたりしてから、5分ほど水につける。空気に触れないので変色防止の効果も。

なす さつまいも じゃがいも
ごぼうなど



●薄い酢水にさらす

より白く仕上げたいときは、薄い酢水(水1ℓに小さじ1/2くらい)に5分ほどつける。

れんこん うどなど



●ゆでる

たっぷりの湯に塩一つまみを入れさっとゆで、冷水にさらす。

ほうれん草、春菊、ブロッコリー、アスパラ、いんげんなど



ひと手間かけて

たけのこ

- 皮つきのまま根元の固い部分と穂先を切り落とし、縦に切れ込みを入れる。
- 鍋にたけのこ、ぬか(2ℓに約30g)、とうがらし1、2本を入れ、たけのこがかぶるくらいの水を入れて、吹きこぼれないよう1時間ほどゆでる。根元に竹串をさして、スーッと通ったら火を止め、ゆで汁につけたまま完全に冷ます。



「たけのこの簡単炭酸ゆで」



炭酸水でゆでるだけ!
超簡単なあく抜き法です。



だいたいこログ たけのこ 炭酸

ふき

- 塩をまぶしたまな板の上でふきを転がす(板ずり)。
- 鍋に入る大きさに切って、たっぷりの湯で1分ほどゆでたら、冷水にとって冷ます。十分にさめたら筋をとる。



肉・魚

煮たりゆでたりしたときに浮き上がってくる泡(あく)をおたまなどで取り、水をはったボウルなどに移して洗い流す。

また、厚手の、フェルトタイプのキッチンペーパーを、加熱する前に具材にのせておいても、きれいにあくが取れる。



農民連食品分析センター 緊急募金へご協力をお願い

農民連食品分析センターは機器や設備のほぼすべてを、市民からの募金や寄付で稼働させてきた分析施設です。パルシステム東京でもGMナタネ自生調査(表面参照)や遺伝子組み換え食品などの学習会で、同センターと連携してきました。

ところが、昨年8月、残留農薬検査などを行う重要機器が老朽化により稼働困難となりました。このままではセンターの存続危機

につながりかねないため、同センターでは検査機器の更新のためにクラウドファンディングを開始しました。施設存続と機能強化のため、みなさまのご協力をお願いいたします。

<募集期間> 2025年2月28日まで

詳細・募金はこちらから→



募金で生まれた分析施設
一社)農民連食品分析センター

ガスクロマトグラフ質量分析計

GCMSが
壊れちゃったよ
大ピンチ!!

GCMS 更新・強化のための 緊急募金のお願い