

市販のハムの問題点

1 kgの豚肉から、何kgのハムができると思いますか？ 答えは「何kgのハムも自由自在に作れる」です。本物のまともな製造工程では、豚ブロック肉を漬け込み液につけて十分に熟成させ、薫煙してハムができます。この工程でおおよそ3割の水分が失われ、旨みも凝縮されます。1 kgの豚肉からは約700gのハムができるのです。

しかし、生協やスーパーに並ぶハムでは、原料肉から水分を逃がさない為、あらかじめ保水剤を加えた水に、亜硝酸ナトリウムや重合リン酸塩、ソルビン酸、グルタミン酸ナトリウム、赤色着色料、酸化防止剤などの化学合成添加物を溶かしこみ、その原料肉に複数の針が並ぶ専用の注射器で注入しています。あらかじめ保水剤が入っている為、よく原料肉に浸透し含有され、これらは一切原料肉から蒸散することはありません。つまり、原料肉1kgに対し、1kgの注入液を入れた場合、2kgのハムが出来上がるのです。

さらにハムとは、本来、豚肉から作られるものですが、安物の「プレスハム」(日本にしかないモドキ食品)では、牛や羊のクズ肉や馬肉を前記の結着剤や澱粉(遺伝子組換えのもの恐れ)を使って作っています。1 kgの肉原料から3 kgのハムを製造することも可能なのはこれらの「技術」によるものです。その上、鶏肉や魚肉を加えた「混合プレスハム」なるものまであり、想像を絶する宣伝広告費を使っているにもかかわらず、本物のハムよりも安く売れるのは、こうしたカラクリがあるからなのです。

発色剤として使われる亜硝酸ナトリウムは、原料肉に含まれるジメチルアミンと反応し、強力な発ガン性物質のジメチルニトロソアミンを生成します。さらに、保存料のソルビン酸と反応し突然変異物質を生成します。結着剤などとして使われるリン酸塩はカルシウムや鉄分などの体内に必要なミネラルを排出させてしまい、着色料や酸化防止剤にも発ガン性やアレルギー誘発などが疑われる物質があります。

グルタミン酸ナトリウムは子供の成長にとっては致命的物質

一般に「うまみ調味料」として使われるグルタミン酸ナトリウム(いわゆる味の素・MGC＝モノソディウムグルタメイトの略)は、成長期の子供に致命的な障害をおよぼすおそれがある化学物質で、子共たちに与える

べきものではありません。

グルタミン酸ナトリウムの毒性は、神経毒からくる、いわゆる「中華料理症候群※」くらいだと思いませんか？

この「中華料理症候群」は症状として、ほてり、顔面の圧迫感、倦怠感、頭痛などで、一過性のものと考えられがちでした。しかしグルタミン酸ナトリウムの摂取は、実はもっと重篤な病変をもたらすことがわかっています。

アメリカのアミノ酸研究者であるワシントン大学のジョン・W・オルニー博士から、グルタミン酸ナトリウムの摂取により脳障害や神経障害の発生が報告されています。オルニー博士のマウスを使った実験によると、幼少期にグルタミン酸ナトリウムを与えられたマウスは、身長が伸びずズングリムックリになっていました。そのマウスを解剖すると、脳下垂体という発育に重要な役目を担う器官が委縮しており、さらに肝臓に脂肪変性が起き、卵巣や子宮、ホルモン系の副腎にも異常が認められたのです。身長が伸びないはずですが。この結果は、ラット、うさぎ、鶏、赤毛猿などでも追加実験されて確認されました。

ハム以外にも、現在、日本ではこのグルタミン酸ナトリウムは「うまみ調味料」と言い換えられたり、表示も「調味料」や「アミノ酸」などとされ、表面上はその正体を隠された形になっていますが、生産量は年間10万トン前後と推定され、子どもの発育に重要な障害をもたらす化学合成添加物が、家庭用に、業務用にと広範囲で使われているのです。

少なくとも家庭ではうまみ調味料は使わない、一般市場の出来合い食材は買わない(キャリーオーバーで表示が無くとも、調味料醤油などには必ず入っています)ことが肝心です。自然素材の豊富なうまみを組み合わせ豊かな食卓を作り出すことが子どもの味覚を正常に、豊かに保ち、心身の成長に多大な寄与をする結果となるのです。

(黒川 正之)

※中華料理症候群：比較的大量にグルタミン酸ナトリウムを摂取した場合、腸から急激に吸収させることによって、血中濃度が高濃度になって起こる中毒症のこと。

