



# ほんものを たべよう

Alter Weekly Order Catalogue

2014.5月3週号

提出日				
5/	火	水	木	金
	6	7	8	9
配達日				
5/	火	水	木	金
	13	14	15	16
翌々週分配達日				
5/	火	水	木	金
	20	21	22	23

## オルターの提案

本当に安全な食べものを手渡すために

- 「だれが・どこで・どのようにつくったか」の情報を日本一公開します。
- 「国産」「無農薬」にこだわり、日本の伝統食を守ります。
- 原料段階・飼育段階からポストハーベスト農薬、遺伝子組み換え、放射能汚染、トランス脂肪酸、食品添加物などを徹底的に追放します。
- プラスチック容器・レトルト食品を追放します。

## 鮮魚 FRESH FISH

# きれいな山陰の海から届く鮮魚

刺身用、焼魚・煮魚用などに下ごしらえしています。

## 渡邊水産(島根県)

文責 西川 榮郎(NPO 安全な食べものネットワーク オルター 代表)

### 下処理している鮮魚

オルターの生産者で、「焼くとふくれるおいしい干物」でおなじみの良質な干物を製造している会社、渡邊水産 渡邊一社長(拙著「あなたのいのちを守る安全な食べもの百科」p.104参照)は、干物の原魚として使う刺身にできるほど鮮度がよい鮮魚を、オルターに対し、新たに出荷してくださることになりました。

魚は内臓を除去するなど下処理を済ませていますので、ご家庭で刺身や焼魚、煮魚としてご利用ください。魚種やサイズはおまかせで、お得セットになっています。会員の皆様の感想やご意見でさらにセット内容を磨き上げてください。

### 山陰のきれいな海の魚

鮮魚の水揚げ港は、主として地元出雲市近くの大社港、大田港、浜田港ですが、季節により、下関から境港になります。山陰地方の日本海のきれいな海からの魚です。

浜田から島根半島にかけて、沖合50kmに浮かぶ隠岐諸島とともに海中に瀬が多く、魚影が濃く、魚種も豊富です。浦々には漁港があり、日帰りの小型底引き網漁船がたくさん漁をしています。また定置網も多数あります。これらの



写真中段左から渡邊 美和子さん、代表の渡邊 一さん

魚は鮮度が抜群です。渡邊 一さんは、それら一艘一艘の漁船の氷などの使い方による魚の品質管理を把握しており、管理のよい船からのものを仕入れています。漁船段階でも薬品の使用はありません。

一般の漁船の生簀(いけす)は、その洗浄時に合成洗剤や消毒薬を使うことがありますが、ここの漁船では、獲れた魚は直接トコ箱に入れ、氷を打っています。薬品の使用などの心配はありません。

魚種は季節によりさまざまです。カレイ(ササ、ミズ、エテ)、ノドグロ(アカムツ)、ハタハタ、トビウオ、キス、レンコダイ、カマス、イワシ、アジ、サバ、アマダイ、サワラ、ユメカサゴ、タラ、スルメイカなど。最近は魚期、魚種が異常だったり、漁獲が減ったりしています。

### 放射能を1Bq/kgで監視

干物については漁獲してから出荷までに時間がありますので、納品までに放射能検査が可能ですので全品検査を進めています。しかし、鮮魚の場合は事前に測定できる時間がないため、干物の原魚などの測定値を参考にして監視します。

### オルターの鮮度保持技術を活用

加工場での魚の洗い水などにはオルターカタログ2014年2月1週号でご紹介した(株)形成磁場共鳴研究所の光子触媒による活性水を使います。また鮮魚の鮮度保持にはオルターカタログ2013年8月4週号でご紹介した中山 栄基オルター顧問が開発した生命活性物質、還元熔融、野生植物ミネラル「マグマン」を使います。

オルターとしてはもちろんのことですが、魚に対して一般のような殺菌剤、酸化防止剤、着色剤などの化学薬品は一切使っていません。

### 海の荒れた日は冷凍で届く場合があります

渡邊水産の鮮魚の取扱い上、ときに鮮魚でなく冷凍で届くことをご了承いただかなくてはなりません。

とくに冬の日本海は荒れる日が約1/3と多く、漁そのものができない日が続くことがあります。そのため、家庭でのメニューの穴を出さないよう、冷凍魚で代替させていただきます。必ず鮮魚でくるとは思っていない「鮮魚」セットです。

## 渡邊水産の鮮魚

### ●漁獲海域

大田～境港の山陰地方の沿岸漁業、主として大社港、大田港、境港

### ●下ごしらえ作業

- 1 包丁を使って昔ながらの手仕事で一匹一匹エラと内臓を除去する。
- 2 水洗いする(オゾン殺菌水)。
- 3 量目、袋入れ、金属探知。

## 市販の魚の問題点

### ◎瀬戸内海や東京湾、大阪湾など内水面の魚は、ダイオキシンなどの汚染が心配

人体へのダイオキシン汚染の6割は魚からと考えられています。日本国内ではベトナム戦争の枯葉剤作戦に使用された2,4-D(オレンジ剤)に含まれていたダイオキシン量の少なくとも3倍以上のダイオキシンが、水田の除草剤CNPなどの不純物としてすでに散布されています。その他、塩素でパルプを漂白している製紙工場の廃液やゴミ焼却場などからも排出されています。

そのため、大阪湾のような都市周辺の海域や瀬戸内海のような閉鎖的海域の魚、特に食物連鎖の後方に位置する肉食魚は汚染濃度が高くて要注意です。福島原発からの放射能のたれ流しも終息していませんので、汚染海域を泳ぐ魚は要注意です。

### ◎危ない養殖魚

また、養殖魚も要注意です。なぜなら、養殖魚は畜産同様、そのエサに含まれる抗生物質を始めとする飼料添加物や、魚網などに防汚剤として使用される有機スズ化合物TBTOや、病気の予防薬として使用されるホルマリンなどの汚染が問題となっていますし、奇形魚が発生していますが、こういう魚は中央市場を通らず、直接スーパーで切身となって売られているからです。

現在養殖されている魚種は、タイ、ハマチ、ヒラメ、フグ、マグロ、ウナギ、エビ、ヒラアジ、サケ、マス、アマゴなど多岐にわたっています。

### ◎冷凍魚にも薬品が

冷凍魚は冷凍されるだけで薬品は使われていないと思っている人が多いかもしれません。また遠洋ものは汚染が少ないと思っている人が多いかもしれません。しかし、こうした市販の冷凍魚は、これもまた問題が深刻なのです。

すなわち、まず獲れている海域がラ・アーグ(仏)、セラフィールド(英)の核再処理工場周辺の北海、ヨーロッパ

のような汚染海域から遠く運ばれてくることがあります。顔の見えない外国産はまず要注意です。また魚は冷凍でもすぐに酸化してしまうので、通常は必ずといってよいほど酸化防止剤を使用しています。エビやイカそうめんにはとくに大量に使われます。アジ、サバも油断ができません。その他ゆでたカニにも必ず保存性を高める薬、ゆでたタコも色を鮮やかに発色させる薬…。通常の冷凍魚は化学薬品なしで作られてはいけません。

ちなみに、鮮魚でさえ着色剤で化粧しているケース、冷凍魚なのに鮮魚に見せかけて売るケースもあります。

### ◎顔の見える安全な魚を

したがって魚は、海域はもとより、漁師や船がわかっているようなもので、かつ無添加でなければなりません。オルターとしてお勧めできる、安心して食べられる魚とは、きれいな外洋に面した沿岸の天然魚、そして食物連鎖のできるだけ下位に位置するアジ、サバ、イワシ、サンマのような魚、鮮魚のままか、もしくは生産者の顔の見える無添加の冷凍魚ということになります。