

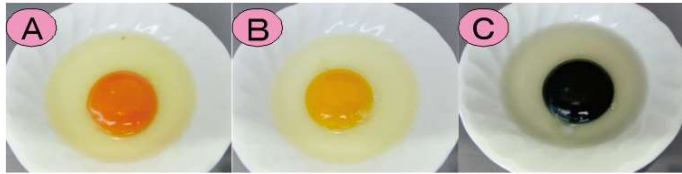
毎月第4土曜日開催
すみすみマルシェ
10月26日・11月23日
午前10時から午後4時まで
会場: 大阪府営住吉公園 花と水の広場
南海本線住吉大社駅から徒歩すぐ



大阪 体の健康において衣・食・住すべての共通点は、水か油で判別してみる

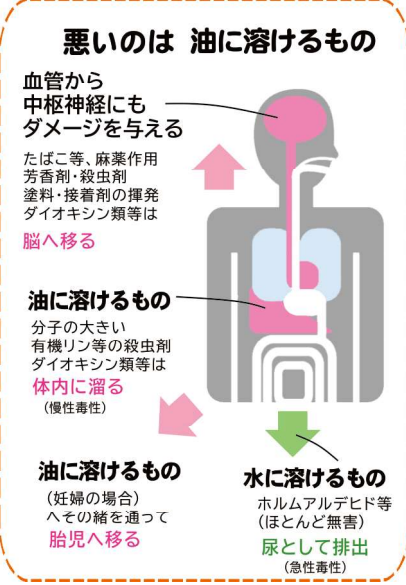
母体に溜まった油分は胎児へ行くことがわかった

さてクイズです。3つの卵がありますが、どれが一番良いと思いますか？



栄養価の高い卵がAのような赤褐色に近い色をしていましたが、実は3つともニワトリのエサに色粉を混ぜた実験をしました。Aはエサにパプリカの粉(油性)を混入し、Bはイカスミの粉(水性)、Cは油性インクの粉をそれぞれ混入しました。卵の色に変化が無かったのがBです。これはエサに油性のものを入れると卵に出て、水性のものを入れても卵には出ないことが分かったのです。

人間にも同じことが言えます。お母さんの体内に溜まった油に溶けるものは、コレステロールに溶け込んで、やがて胎児に行くということです。逆に水に溶ける物は、肝臓で分解されて、尿として排出されます。通常、お母さんの体内では胎盤というフィルターがあるため、水溶性の物やウイルス等はブロックされてはじかれるため、胎児へは行きませんが、油性の物はこの油でできたフィルターに溶け込んでしまい、通り超えてしまいます。胎盤の他に「脳」へも脳幹というフィルターを通り越します。これは衣食住すべてに関係するので、発ガン性のあるものは油に溶けるものが多いので、調べてみるとよくわかります。



一般家庭の台所でダイオキシン類が発生していることがわかった

油性の物で有害なものとしてはベトナム戦争時の枯葉剤などのダイオキシン類や農薬の一種である有機リンなどで、特に分子構造が長いので、分解されず体内の脂肪分に溜まりやすく、脳障害も起こしやすいのです。これらの物質が胎児へも行き、さらに胎児の小さな脳へも行く可能性が高いことがわかります。有機リンは野菜などに残留しているため、身近です。ではダイオキシン類はどのように体内に入るのでしょか。(株)無添加住宅では、ダイオキシン類であるPCB(ポリ塩化ビフェニル)が一般住宅の台所で発生していることが独自の実験結果でわかりました。水道水を鍋に入れて、ガスコンロに火をつける前とつけた後で測定したところ、コプラナーPCBであるダイオキシン類が発生していました。

ダイオキシンが発生する仕組みは、住宅の室内に貼られているビニールクロスや合板から発生する接着剤や塗料などの「ベンゼン環」が水道水や漂白剤などの「塩素」と引っ付きます。そこへガスコンロをつけることで325度で発生するのです。

熱によって塩素とベンゼンが結合して恐ろしいダイオキシンになる!

水道水から塩素Clが 出る

反応のピーク 325°C

空気中に揮発したベンゼン

塩素系洗剤

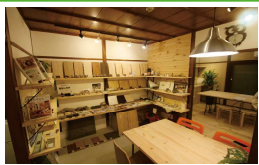
熱 熱 熱 熱

一般家庭の台所

では建築基準法で規制されているホルムアルデヒドは悪いと言われていますが、実は水溶性のため、人体へは溜まらず、肝臓でギ酸となり、やがて水と二酸化炭素に分解されて、尿で排出されます。これらのことを調べていると、2012年に「胎児に異常」で中絶、倍増。という新聞記事が掲載されました。日本産婦人科医会の調査で、この結果、ダウン症、水頭症などを理由に中絶したとみられるのは、1985~89年は約800件だったのが、2005~09年は約6000件と急増していたことがわかった。最近特に少子化であったり、脳障害が増加している点も、この台所でダイオキシン類が発生しているということが関係しているのではないかと考えられます。

このダイオキシン類の発生を抑えるには、室内の内装建材を漆喰(しっくい)などのベンゼン環がほとんど無いものにするか、台所で塩素系系ものを使用しないまたは、水道水に浄水器をつけ、塩素を取り除くといった方法が最善の方法かと思われます。

文・袋谷幸宏(むてんかスタイルふくろや)



無添加住宅。の新築・リフォーム
むてんかスタイル
ふくろや



耐久性が高いから安くつく!
ペットのアレルギーにも
無添加住宅® にリノベーション



大阪府泉佐野市大宮町12-6-103
ショールーム 10:00~18:00 / 定休 水・日

TEL 072-493-8351
090-8982-5569

HP <https://mutenkastyle.jp/>
メール yfukuroya@mutenkastyle.jp

祝 オーガニックストーリー 1周年

フリーペーパー「オーガニックストーリー」は2018年9月の配布開始から1周年を迎えることができました！この1周年を記念して各関係者の皆様から届いたお祝いコメントをご紹介します。

株式会社大王商会 ナチュラルライフステーション キャロット 代表 緒方 一様

創刊1周年、おめでとうございます！
いつも関西のオーガニックに携わるみなさんの記事を楽しみにしております。1年間毎月発行を継続されたことはほんとうに大変なことだったと思います。
弊社としましても、引き続きフリーペーパー「Organic Story」の配布を中心に協力が出来ればと思います。
ぜひ、関西オーガニックの結集・発展の為、情報発信を続けてください。

株式会社ゴーシュ研究所 代表取締役 山村 慎一郎様

発刊1周年おめでとうございます。
第5号では巻頭でお世話になり、ご縁に大変感謝しております。時代は平成から令和に変わりましたが変わらないのが食の大切さ。人の体は食べるもので決まる。貴紙が取り組むテーマ、私どもと重なることも多いと思います。今後のご発展を心よりお祈り申し上げますと共に役割を果たして参りましょう。

正食協会 様

OrganicStory1周年おめでとうございます。いつも楽しい記事をありがとうございます。今後もますますのご発展をお祈り申し上げます。

ムスビガーデン 様

Organic Story発刊一周年おめでとうございます。これからもオーガニックな記事と益々のご発展を期待しております。

創刊号で「千鳥足のようなスタート」として始まった「オーガニックストーリー」ですが、お陰様で1年が過ぎました。誠にありがとうございます。今、私たちの日本を取り巻く環境は劇的に変化しています。国際情勢は言うに及ばずですが、報道されない部分においても種の問題、遺伝子組み換えの問題、環境問題など様々あります。大量生産大量消費社会に人々が疑問をもちだしてきましたが、今後急速発達するAI(人工知能)が作り出す社会はどのようなものになるのか予想もできません。しかし、人の体が食べ物からできている事は変化のしようがありません。私たちはこういった事を根本において、先人たちが残した知恵を生かし、衣食住で化学薬品を使わないでやっていける社会に変革していく事を願っています。そのためにも今後ともどうぞよろしくお願い致します。

この一年、ボランティアで編集して下さった方、ボランティアで各地に取材くださった方、弊誌を各地で配って下さった方、「がんばれよ」と寄付下さった方、そして読んで下さった読者の皆さまありがとうございました。今後ともどうかよろしくお願い致します。

オーガニックストーリー編集部一同

三重

organic farmer's Himeshara(ヒメシヤラ)

心と体 地球にも優しい「食」をテーマに 畑からキッチンへとつながる小さなお店



三重県伊勢市で、農業・化学肥料を使わずに自家栽培野菜を育てているHimeshara(ヒメシヤラ)さん。Himesharaとは木の名前でお店のシンボルツリーとなっています。お店では毎月第3水曜日に自ら育てた野菜を使ったヴィーガン

のピザランチを、翌日の第3木曜日には自家製酵母石窯パンを販売されています。ここ2、3年くらいでパン作りがメインとなってこれました。お店にはピザを作る石窯があり、以前からピザランチを提供していましたが、温まっている石窯を利用して、ピザランチのあとにご主人が天然酵母のパンを焼くようになり、それがご好評を頂き、週末はパン販売のイベント出店などの機会が増えてきました。

パンの材料ももちろんオーガニックにこだわりがあり、有機スペルト小麦100%のものと有機小麦100%のものを作ってお

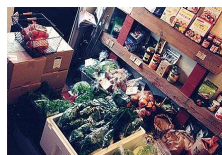
られます。スペルト小麦とは古代小麦のことで、9000年前から栽培していると言われる品種改良のされていない小麦の一種。殻が硬くて厚い分、外敵から守られるので、オーガニック栽培に最適です。一般の小麦に比べ、収穫に時間がかかる為、通常よりも種まきの時期を早めて、梅雨の前に収穫できるように試みたり、美味しい原料を作る為の努力を惜しみません。

Himesharaさんでは今年10月にフランス式の新しい石窯を完成予定。これは今までのものよりも熱効率もよく、お手入れもしやすくなったとのこと。新しい石窯でスペルト小麦のパンの割合を増やしていきたいと考えています。小麦粉が品種改良されたことにより、いろいろな反応が出ている人達と触れ、たくさんの方が食べられるパン作りを目指しているのです。

私もイベントでよくランチに頂いているおいしいパン達。店舗、イベントでの販売の他に、パン、オーガニック野菜、焼き菓子などのネット販売もしてますので、お気軽にお問い合わせ下さいね。

organic farmer's Himeshara(ヒメシヤラ)
三重県伊勢市小俣町明野336 / TEL:0596-37-3832
※FB/HP/instagramあります。「ヒメシヤラ」で検索して下さい。
※鈴なり市(第1日曜)をはじめ、イベント出店情報は、
FBなどをご覧ください。

文・村上令子(村上メリヤス)



オーガニック&ナチュラルフード
和歌山 **オーガニックマルシェ**

ホメオパシー Japan 正規販売店

和歌山県和歌山市堀止西 1-1-17 TEL:073-427-3100
OPEN 9:00~17:30 休:日・月曜日



Organic shop
自然食品 **Aina**

大阪府泉南市幡代2丁目35-29 TEL:072-485-0261
時間 9:30~19:00 定休日:毎日曜日、第4土曜日
<https://organicaina.jimdo.com/>

大阪

自然食品の店 グッドヒル

第8回オーガニック映画祭in大阪に参加して

前号でご紹介いたしました、9/7の第8回オーガニック映画祭に参加してまいりました。会場は大阪府立農芸高校で、農業を教える公立の100年を超える伝統校です。

この会場での映画祭は4年ぶりですが、4年前も参加させて頂き、その際に交流会で学生たちと話をし、卒業後に農業を目指すと言った学生のほとんどが許されるなら有機農業をしたいと言った夢を聞いて希望が湧いたものでした。

4年前にも学生たちが取り組んでいた「ネリカ米」(ご興味ある方は調べて下さい)の研究が先輩から後輩へと引き継がれており、さらに研究が進んでいるのがわかりました。

学生たちが高校付近の地域の小中学校に食育の出前授業に行き酪農や、牛について学んでもらう事で牛乳のフードロスをなくす研究などを府立大学の先生方と取り組み、実際にフードロスをかなり削減できた発表などはなかなかのものでした。酪農がどういった仕事なのかをDVDを作成して大阪府下の小学校に無料で配り学習材料として使ってもらおうなどの食育活動もされています。

さて、映画ですが、最後に上映された「たねと私の旅」という映画について。母と娘の交流で、このお母さんは常に娘さんに遺伝子組み換え食品について勉強するように娘さんに本を送ったりして、家の菜園では必ず来年の種を取って残します。

後半は、カナダでの遺伝子組み換え食品の表示についてなぜ表示をしないのか?なんども何度も政府に取材を申し込むのですが、たらいまわしで会ってももらえず門前払いです。

アメリカでは、州によっては表示義務のある法が出来たのですが、連邦議会においてそれを無効にする法ができ、消費者は遺伝子組み換え食品が入っている事を知ることができません。



自然食品の店
good hill
グットヒル

有機野菜・特別栽培野菜・有機米・特産米などの農産品から無添加食品、非遺伝子組み換えの健康食品、アレルギー対応食品まで。国産品優先で幅広く2000品目扱う自然食品のお店です。

大阪市住之江区御崎 3-3-16 TEL: 06-6115-1500
平日9時~19時30分、日曜・祝日10時~19時(土曜定休日)

しかし、市民レベルでは確実にそういった動きが出てきています。見て最後に思ったのが、我が国においては、そういった事はほぼ知られていません。スーパーに並んでいるサラダ油はアメリカ産の遺伝子組み換え大豆であることはほぼ間違いありません。油には表示義務が無い為に表示されませんが、同様の例はアルコールでもそうですし、甘味料として清涼飲料水などに使われる果糖ぶどう糖液糖も流通しているものは、遺伝子組み換え原料からできています。

国民に知らされていないだけで、我々はそういった物を今普通に売られていて、日々食べている現実をもっと知ってもらいたいです。



文・吉岡修(自然食品の店 グッドヒル)

兵庫

ささやまビーファーム

石鹸のお話(最終話)

石けん、特に液体石けんの多くは、その内容物に「合成界面活性剤」「防腐剤」「合成ポリマー」が入っています。

合成界面活性剤は石けん成分本体です。ゴシゴシと洗うと、身体の汚れを油といっしょに浮き上がらせて、水で洗い流すものです。また、液体になると菌が付着したり増殖したりする可能性があるため、防腐剤も含まれています。合成界面活性剤は化学的にとても安定していて変化しにくく、またいろんなものと混ざりやすく扱いやすいため、多くの化粧品メーカーで使われています。

ただ合成界面活性剤の最大の問題点は「洗いすぎてしまう」というところにあります。人の身体を守っている皮脂、つまり油脂部分を根こそぎとってしまうのです。皮脂が足りなくなると、空気に直接触れ、お肌がとても乾燥しやすく、酸化しやすくなるので、肌荒れが起こりやすくなります。

これを防ぐためにメーカーでは「合成ポリマー」を使っています。皮膚を乾燥や空気から守るために、この合成ポリマーで膜を覆うようにしているのです。これはいわば「皮膚に薄いナイロンを張っている」ようなものです。有名な多くの液体せっ

けんでもこの合成ポリマーが使われています。「水酸化カリウム」「水酸化K」という表示のある液体せっけんでしたら、合成ポリマーが使われていません。ただ、水酸化カリウムを使った液体石けん製法は、コストがかさみ、製造過程が多く、時間や熟練度が必要なので、使いやすい合成界面活性剤と合成ポリマーのセットでの製造が多いのです。

このように、石けん一つとってみても、私たちは最先端化学の恩恵と引き換えに、さまざまなものを犠牲にしていることがお分かりかと思えます。

今まで、石けんと化粧品についてお話してきましたが、ここでもう一度、「乾燥肌をなおす方法はありませんか?」という質問されたとき「簡単ですよ。顔を洗わないことです。できれば顔を触らないことです」と答えてもあながち冗談には聞こえなくなっているのではないのでしょうか。

文・松村まな(ささやまビーファーム)



ささやまビーファーム
ギャラリー & 工房

兵庫県加東市上鴨川1061/079-506-4163
OPEN: 毎週金曜と日曜(第四日曜除く)
10:30~15:30

★ほかには出品していない特別な商品も取り揃えております。

食べ物で人生が変わる *you are what you eat*



株式会社ゴーシュ研究所 大阪支店

大阪市北区東天満 1-2-14 ラ・リブ東天満 3F
TEL 06-6809-2654

http://www.goash.jp goash.osaka@gmail.com

YouTube ゴーシュ研究所 大阪

人体モニターでマクロビオティック望診法を徹底解説

山村慎一郎の極意!とことん望診法

①10月11日 顔/肌

②11月08日 目/舌

☆各日 10:00 ~ /11:30 ~

詳細は公式HPをご覧ください



大阪

こだわり農園 ねごらんど 生まれ育った町で有機農業に取り組む

大阪府阪南市で有機農業で頑張る農家取材した。根来慎一さんは大学卒業後環境アセスメント特に動物の生態系調査の会社に就職。在職中は農薬が動物に与える影響などの研究調査に従事。仕事のお休みの日は自宅の畑で好きな野菜作りにいそしんでいた。10年に転機が来た。生まれ育った町で「農業をやろう」と一大決心。サラリーマン時代に経験したことが農業に生かされた。人や動物、虫に与える影響を考えれば、農薬は使いたくない。化学肥料も使わない。しかし中々最初からうまくはいかなかった。失敗を重ねながら手を尽くした。色々苦労を積み重ねて今年で16年目になった。今では約50種類の野菜、米を栽培。そのほとんどを直売。宅配希望者には自ら届けている。遠くは北摂から和歌山までに及ぶ。消費者と直接つながる事のメリットを最大限生かした取り組みを続けている根来慎一さん。今後はビニールハウスなどの施設の充実をはかりより安定した農業をと計画 중이다。



文・岩崎隆(オーガニックショップ アイナ)

こだわり農園 ねごらんど / 大阪府阪南市鳥取中354
TEL: 072-473-0147 (畑に出ている場合もあります)
配達日: 月曜・水曜・金曜・土曜
WEB: <https://www.facebook.com/negolando>
mail: negoland0831@gmail.com

オーガニックダイアリー
作: 吉岡かな



オーガニックストーリー特選 おすすめイベント情報

アウトドアヨガ祭りin大阪中ノ島

2019年11月2日(土)・3日(日)

会場/中之島公園 芝生広場

大阪市北区中之島1丁目1

☆大阪メトロ堺筋線「京阪」北浜駅より徒歩5分

☆大阪メトロ谷町線「天満橋駅」より徒歩8分

☆JR東西線「大阪天満宮駅」より徒歩8分

アウトドアヨガ祭りの会場に、エコやロハスに取組むマーケットが出現します。私たちはこの会場を「アースビレッジ(地球村)」と名付けました。ヨガや買い物、食事、マッサージなどを楽しみながら、健康や地球環境を大切にできる。そして、人・物・自然の繋がりを感じて大切にしたい。それがアースビレッジです。



関西のオーガニック情報サイト
Organic Story



京都ビーガングルメ祭

2019年11月3日(日)

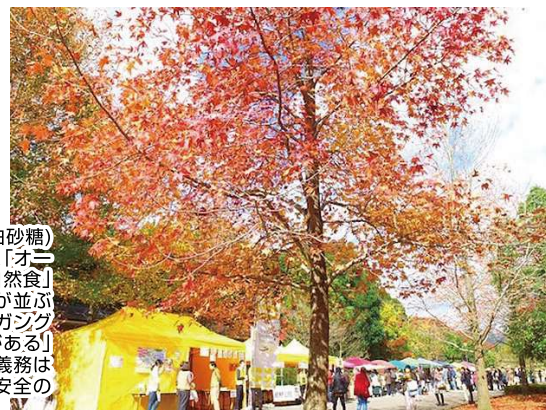
10:00~16:00

会場/梅小路公園 七条入り口広場

京都府京都市下区観音寺町56-3

☆JR嵯峨野線「梅小路京都西駅」よりすぐ

ビーガングルメ祭りは肉・魚・卵・乳製品・蜂蜜(+白砂糖)を使用しないビーガン(ベジタリアン)の観点から、「オーガニック」「ローフード」「マクロビオティック」「自然食」など体に優しく、安心・安全な食材を使った屋台が並びナチュラル系のグルメフェスティバルです。ビーガングルメ祭りの特徴は、「全ての飲食物に原材料表記がある」ことです。通常販売式の屋台には原材料表記の義務はありませんが、情報を視覚化することで、安心と安全のクオリティを高めています。



通販・ケータリング・農薬不使用野菜

帝塚山 ミル・メルシー

有機・農薬不使用栽培野菜をたっぷり使ったフレンチ

大阪市住吉区東粉浜 1-5-15 TEL: 06-6671-8001

ランチ11:30~13:30 / ディナー17:30~21:30

休: 水・木曜日・他不定休あり



TAKEFU・月のしずく・オルター販売店

大阪・泉佐野 ナチュラルマルシェ マルゼン

大阪府泉佐野市長滝 1528 TEL: 072-465-6789

OPEN11:00~17:00 定休日: 月火水 (祝営業)