

さ・し・す・せ・そ

調味料のおはなし

古代ローマでは兵士への給料が「塩」で支払われていました。
日本の「サラリーマン」はラテン語の「サラリウム」(塩)が語源になっているそうです。
今も昔も人間の生命維持のために、塩は重要であることがわかりますね。
最近の減塩ブームで塩が悪者になっていますが、何を減らし、何を摂取したらいいのか？
チョコッと考えてみませんか？



塩を語るために、「塩の科学と歴史・文化」を調べるところにまで行き着き、塩の誕生については、約46億年前といわれている「地球の誕生」までさかのぼりました。海がどうやってできたのか一度調べてみると面白いですよ！

さて、海外で採取される陸地の塩は、数億年から数百万年前に、地球内部のエネルギーによって引きおこされた地殻変動などで、陸に閉じこめられた太古の海水です。この海水は長い時間をかけて、大気や水が循環する中で結晶と溶解をくりかえし、その結果、「岩塩」や「塩の湖」がうまれました。

また、日本には陸地の塩はなく、塩は海水からつくられています。珠洲などでの揚げ浜式塩田は、汲み上げた海水を砂にまき→乾燥させ→砂を集めてかん水(濃い塩水)を作り→大釜で煮詰めて完成させる、手間と時間をかけた地道な作業で作られています。



一方、天気に左右されずに効率良く大量生産でき、工場でかん水をつくる、イオン交換膜製塩法という日本が生み出した独自の技術があります。海水に電気を通し、かん水を作るもので、ミネラルなどの栄養素を含まない塩化ナトリウム99%の精製塩ができます。

地球が誕生し、海の中から生物が誕生し、そして私たち人類も自然の循環の一部なんですよ。海水には地球にあるほとんどの元素を含んでいるそうで、地球のめぐみとも感じられるミネラルを多く含む塩は、私たちにとって必要不可欠なものなのだと思わせてくれました。

塩は「地球からの贈り物」。塩を悪者にせず、自分のからだに上手に摂り入れていきたいですね！

あよこ 産地と精製法を確認してみましょう。
あなたにとっての「適塩」とは？

第2回

「塩」

について



消費生活センターからのお知らせ

ぬりえで遊んでね！

子どもの誤飲に注意

誤飲をしたら、すぐに医療機関へ

ティッシュ・新聞紙・レジ袋・お茶・ボタン電池・タバコは子どもの手の届かない所に置く

レジ袋で遊ばせない

___月___日 なまえ___()さい

子どもの誤飲事故で多いのは1.紙類、2.シールです。また、医薬品やボタン電池・タバコを誤飲すると、重大な事故につながる場合があります。薬の誤飲は子どもの状態、薬の名称や量を確認の上、医療機関に連絡・受診しましょう。

参考/(独)国民生活センター「子どもサポート情報 第47,81,84号」

野々市市消費生活センター Tel.076-227-6054

消費生活センターは、消費生活における相談や消費者教育・啓発を行っています。お気軽にご利用下さい。