

アレルギーと糖質の二重苦…小麦の代役は？

みなさん、こんにちは！

穀物繊維をテーマに雑穀・大麦・シリアルを提案しています

ライスアイランドメールマガジン♪

3月に入り、暖かい日もちらほら。

花粉症との闘いが始まる…鬱々されている方も多いのではないのでしょうか。

ご存知の通り、花粉症とは花粉を原因とするアレルギー症状。

ということで今回は「アレルギー」についてお話しします。

■ 食物、動物、環境…アレルギーの種類は様々

生活環境や食生活の変化など様々な要因によってアレルギーは激増。

日本人の2人に1人は、何らかのアレルギー性疾患に

悩まされているというデータもあります。

・そばアレルギー

蕎麦に含まれるたんぱく質が原因で免疫機能が過剰反応を起こす状態。

少量でもアナフィラキシーショックを誘発する危険があります。

・鳥関連過敏性肺炎

鳥の羽や糞はもちろん、羽毛布団やダウンジャケットの近くにいるだけで発症。

40℃を超える高熱やぜんそくなどの症状もあるそうです。

・寒冷アレルギー

冷たいものや冷えた空気によって皮膚が冷やされることで発症。

冬だけでなく、夏の冷房が冷えている場所でも発症してしまうこともあるそうです。

ちなみに、最も多いアレルギー症状の一つである花粉症ですが

①スギ花粉エキスを舌の裏側に入れて体を慣れさせる。

3年ほどの治療で70%改善

②同じくエキスを注射で体内に入れて体を慣れさせる。

2~3年の治療で80%の改善

など、アレルギー専門の医師がいる病院ではこのような治療法もあるようです♪

■ 小麦粉の代役は食品業界全体の課題

消費者庁の研究調査事業に基づく報告書によると成人で最も多いアレルゲン食品は小麦。

しかし、小麦の問題点はアレルギーのみならず「糖質の多さ」にもあります。

アレルギーと糖質の二重苦を強いられる小麦を如何に他の食品で

代用していくか…ということも今後の食品業界が抱える課題の一つです。

精白した小麦粉は成分の約70%が糖質。

食物繊維も2~3%と少なく、そもそもの糖質の多さと糖質の

吸収しやすさというダブルで問題点を抱えています。

オートミール（オーツ麦）やライ麦全粒粉は成分中の糖質60%以下。

また、食物繊維も10%前後と多く、糖質の吸収を緩やかにする働きが

強いことも利点と言えます。

また、食感やコシが評価され小麦が多用されている麺業界。

アレルギーや糖質を避けつつ、コシを表現するための原料としては

タピオカ（でんぷん）や高きび（ソルガム）、ひえが有効です。

また、製麺機が小型化してきたことで自家製麺が出来るようになり

小麦粉一辺倒から麺の多様化・独自化にも注目です。

★新商品紹介『雑穀と玄米』

今春発売の新商品を毎週一品ずつご紹介していきます♪

第1回は「雑穀と玄米」

かねてより販売しております南雲吉則博士監修「雑穀玄米」がパワーアップ！

玄米や黒米を特殊加工することで浸漬時間ゼロかつ家庭用炊飯器で

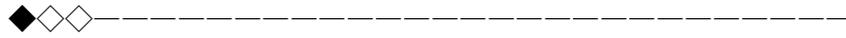
炊飯できるようになりました。

本品は、玄米に大麦や黒米など雑穀とブレンドすることで
「食べやすい玄米食」をご提案。
伸長する玄米市場の多様性を加速させる一品です♪

4900390709155：雑穀と玄米（150g×5）

4900390709148：雑穀と玄米（300g）

※業務用サイズや甘酒用原料もございます



【次回展示会のご案内】

ファベックス 2019

2019年4月17日（水）18日（木）19日（金）@東京ビッグサイト

<http://www.fabex.jp/>



配信元 株式会社ライスアイランド <http://www.riceisland.co.jp/>