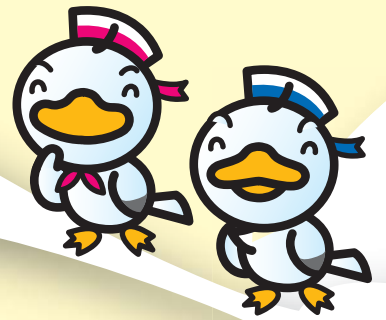


食品 Q&A



“**かながわ食の安全・安心相談ダイヤル**”や
県の**保健福祉事務所**に寄せられた相談などを
ご紹介します。



Q1

赤ちゃんがいる親戚に市販のミネラルウォーターを贈ろうと思いますが、粉ミルクを溶かして使用して問題ありませんか。製品には硬度57との記載があります。

A1

粉ミルクは、一般的な水道水を使用した場合に母乳に近い成分になるように調整されています。カルシウムやマグネシウムが多く含まれた（硬度の高い）ミネラルウォーターを使用した場合は、赤ちゃんにとっては、ミネラルの過剰摂取となる可能性がありますので、多くの製造メーカーでは、硬度60未満の水を使用するよう推奨しています。

硬度57であれば使用できます。

Q2

IH対応の鉄鍋で、里芋を煮たところ、里芋が鉛色に変色しましたが、食べても大丈夫でしょうか。

A2

里芋は、鉄鍋で煮ると、鍋の鉄イオンと里芋のポリフェノールが反応して、黒紫色になることがあります。この場合は、食べても問題はありません。

なお、IH対応調理器具には、加熱の効率がよい鉄が原料としてよく使用されていますが、IH対応と記載されていない鍋でも起こる可能性はあります。

Q3

妊婦はナチュラルチーズを食べ
てはいけないと聞きました。
なぜですか。

A3

食品を介して感染する食中毒菌の1つにリステリア菌があります。製造工程で加熱しないナチュラルチーズや生ハムなどがリステリア菌に汚染された場合、この菌は塩分や低温に強いいため、保存中に増殖する危険性があります。

妊娠中は、一般の人よりもリステリア菌に感染しやすくなり、赤ちゃんに影響がでることがありますので、妊婦の方は、これら食品の摂取は避けた方がよいといわれています。

Q4

家庭菜園で収穫したジャガイモ
が苦いのですが、食べても大丈夫
でしょうか。

A4

ジャガイモはソラニンという物質が含まれる場合があり、これを多量に摂取すると、嘔吐や下痢などの食中毒症状を呈することがあります。

ソラニンはエグミが強く、未熟なものや、芽の周り、光を浴びて緑化した部分に多く存在します。

苦味を強く感じるようでしたら、食べるのを控えた方がよいでしょう。