

デジタルタイムズ

第11号

編集者

後藤直子

再び…緊急指令！

「幕張メッセを食べてくせ！」

文 後藤直子
絵 荒川美和子

3月13日 幕張メッセで開催された

FOODEX JAPAN (食品の展示会)

に仲良し3人組で「啗むき」

テーマに取材に

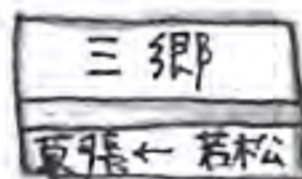
行ってきました。

前夜、「試食が、たくさん出来る

ゆるゆるのウエストで集合！」

と、美和子からメールが届き

ダボダボのズボンで



「いざ、幕張」へ！

とにかく広い会場内は、

日本だけでなく様々な

国の食べ物がありましたか

まずは、国内ゾーンへ…

チケットをいただいたFさんの

ブースへ行き「はい、チーズ！」。

もちろん、Fさんは、チーズ屋さんで

はやく、オーガニックの食品を扱っ

ていらっしゅっていて、小島先生が

いつも言っているマクロビオティック

と共通点があるようでした。

ともあれ…取材という名の

「食い倒れの世界一周旅行」が

つま楊枝を武器に

スタートしたのでした。

松坂、タラバ、烏骨鶏など

日頃縁の無いターゲットに出くわすと

すかさずウエストをゆるめるナゾの

3人組がさらに、最前線へ進むと

お酒の試飲コーナーというトラップが

ナツコ隊長のハートを直撃！

午後から仕事のため

ひたすらワガマン！

その時でした。

美和子の視界に突然「

ダイエット」の文字が…

すかさず、ドライヤーコンとやらを



①

つま楊枝でブスッ!



あ、記事になる!と

一口食べて...

早速、潜入取材をはじめました。

ヤーコンとは、ひまわりの

仲間です。ナスカ文化の頃から

主に果物として食べ

られていたものです。

食感には、干し芋を硬くした様子...



果糖・蔗糖を含み、そのため

虫歯になりにくく、食物繊維が

たくさん入って整腸作用も

ある優れたものです。

カロリーはイモ類の中で一番低い



のでダイエット効果が有るそうです。

次に外国ゾーンへ...

アメリカは、予想通り

ニク・にく・肉でした。

硬い食べ物を求めて

スリランカとエジプトの

ブースに行っただけ、ドライ

フルーツのみで、ちょっとがっかり。

あごがれの小顔?

昔に比べると、食べ物が豊富に

なり加工食品も多くはなっています。

取材して感じてしたのは、消費者が柔

らかい食べ物を好むため、硬い食品が

激減していることです。



☆x50(現在の州)
x13(独立時の州)



柔らかいと噛まずに飲み込めちゃう

ので、当然噛む回数も減り、

顎が発達しませんよね。

顎が発達しないので歯並びが悪い

人が増えてきています。

柔らかい食べ物でも、意識して噛んで

よりも回数多く噛む事が大切です。

ほにより、ちゃんと噛んで②

食べる事でダイエットにも

つながると言われています。

若松のお菓子販売の謎

ところでみなさん、若松歯科

の受付には置いてあるフッキーを

食べたことありますか?



普通のクッキーよりも硬いんです。

みれっとフォームという所で作られて

いるのですが、お砂糖やバターを使用

していません。甘味は、素材や果物

麦芽米飴、メープル

シロップなどです。

「唾液」を出さないこと

非常に食べにくいのですが

噛めば噛むほど味が出てきて

とっても、おいしいんです！

①とこころで...

唾液に虫歯予防の効果がある事を皆さんは

ご存知ですか？



砂糖ほどではありませんが

果糖や麦芽糖も、虫歯に

はるので若松のお菓子は、

虫歯にはならないわけではいいのです。

では、虫歯にはりにくいキシリトール

ではなく、昔ながらのお菓子を

置いている若松の「真の狙い」は

何でしょうか？

①お菓子販売でもうかるの？

ネットや健康食品屋さんでも

販売はしていますが、若松の

方が安いはずですよ。

正直、儲けはゼロです。

それどころか、販売の手間や



宅急便代で赤字になること...

②虫歯を作って儲ける？

いえいえ、そんなことをたくらんで

るとしたら、もっと虫歯になりやすい

ものを置くはずですよ。

例えば、キシリトール入り

と書いてはあるが、

実は、砂糖を入っているとか...

け、こころあるんですよ！

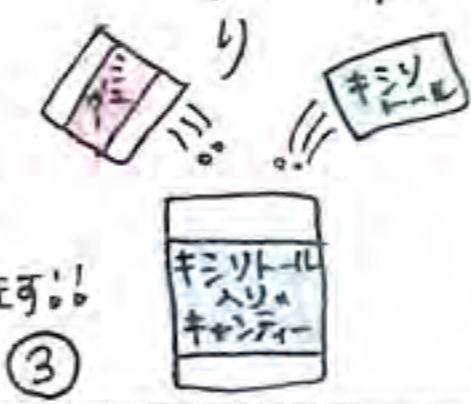
そんな、お菓子が世の中には...

お菓子販売の一番の狙いは、

噛むトレーニングなのです。

半分食べて、あごが疲れた人は

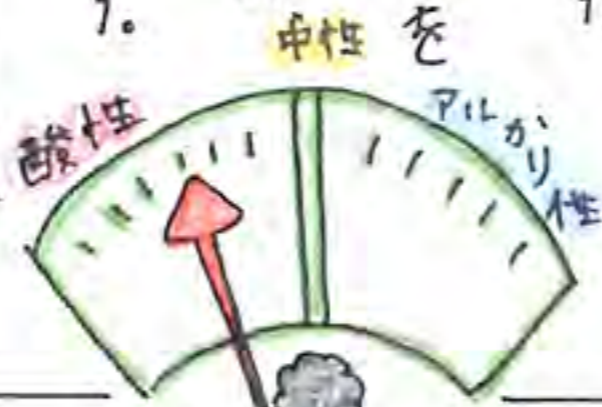
要注意かもしれませんよ！



虫歯が出来るメカニズムは、虫歯菌が糖を食べて、酸のウンチをするところから始まります。

その酸がこびりつくことで、歯の表面が溶けてしまうのですが、ヒトの体には、防御機構があります。

酸性に傾いた歯の表面を元の中性に戻す働きが「唾液」には、あるのです。質の良し悪しにもよりますが、



唾液の量が少ない人は、虫歯になりやすいとも言われています。

噛むことは、脳を刺激し、若返りのホルモンを唾液中に分泌させ、ダイエ



緊急指令が！

「トマでヤセると言われています。」

それにしても「噛む」を

テーマに取材に行き、た

は「なの」に...

「柔らかい物はかりで、

記事にならな〜い。」

と「落ち込んでいたら

先生が、ニコニコしながら

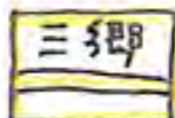
「簡単だよ！柔らかい物

ばかりで記事にならな〜か、たことを

記事にすればいいじゃん！」と言って

くれたおかげで、今回は、このよう

珍道中日記になりました。



そうそう！言い忘れていましたが、

噛むことで食品が歯の表面をこすり、

汚れを落とすことを「自浄作用」

というのですよ。

歯の構造から言うと、自浄作用のみで

は、どうしても虫歯や歯周病になっ

てしまいますが、良く噛む方のほうが、

虫歯も歯周病も圧倒的に少ないことは、

言うまでもありません。

ぜひ一度、若松のお菓子を

試してみてくださいね！

ちなみに、歯料ドックで

唾液の検査は出来ますが、

若返る事はありませんよ。(笑)

