ニュースレター　9 月号　　No.140 発行　令和 4 年 9 月 1 日（木）

お産＆子育てサポート

発行・編集
お産＆子育てを支える会
代　表　斉藤智孝
編集者　東　直美
TEL/FAX　090-7103-2240

「国の借金」1人あたり1,000万円？

財務省は今月 10 日、国債と借入金、政府短期証券を合計したいわゆる「国の借金」が 6 月末時点で 1255 兆 1932 億円の過去最多になったと発表しました。それは、国民 1 人あたりで単純計算すると、初めて 1000 万円を超えるそうです。勿論「国民」には返済能力のない生まれたばかりの赤ちゃんや子どもも含まれています。

国の収入は税金です。国民や企業からの税金収入で国運営するのですが、2 年前より新型コロナウイルス対策や物価高対策などの歳出は増え続け、およそ 20 年前の 03 年度は 1 人あたり 550 万円の借金が、2 倍弱に急激に赤字が更に膨らんだのです。これが個々の一家計だったら既に自己破産となっているでしょう。実際、約 15 年前北海道夕張市が財政破綻しています。その結果夕張市民には「全国最高の負担、最低のサービス」が強いられたのです。今、日本もこのままでは夕張と同じような路線を歩いているのではと心配になってきます。ごく当たり前だと思っていた保育料の控除や義務教育の教科書無償、乳幼児の医療費無料、年金等々、数え上げれば多くのサービスを受けているのです。それが無くなる？と考えるとぞっとしませんか？

現在、国の借金総額は世界ランキング第 2 位、対 GDP（国内総生産）比もワーストランキング 1 位と、世界トップクラスの借金国日本ですが、なぜ日本は経済破綻しないのか？借金に目が向きがちですが、日本は海外や国内に多くの資産や、個人の家計金融資産があるからだと言われています。しかし、これらを全てを国の借金返済に使えるわけではありません。

これから先、出生数の減少、働く年代人口の減少等を考えると、税収は増えることはないでしょう。国の予算を決めるのは国会や政府与党、税金のを預かる財務省です。今までの税の使い方を見直し、将来に多額の借金を背負わせないようにしてほしいものです。

食の安全　「食」と健康・妊娠出産　part.2

part.1 では腸内細菌・酪酸菌のことを取り上げました。私たちは腸内細菌のお陰で健康を維持し、細菌やウイルスへの抵抗力も得ています。コロナ禍の時代とても重要です。妊娠中に健康な体をつくり、維持するために腸内細菌のための発酵食品を摂ることは大事です。
今回は健康な身体を作るために食の安全についてです。

パンの安全は？

日本人の主食は米でしたが、最近は洋食化が進みパンやパスタを食べることが増えています。パンやパスタの原料となるのが小麦です。米は実った一粒一粒を食しますが、小麦は粒を粉にしてその粉を原料にパンやパスタ、菓子等にして食べます。粉にする段階で、粒の外側に近い部分ほど安価で中心に近い部分になるほど高価になるそうです。最近 1,000 円近い高級食パンが出回り人気ですが、同じ食パンでもスーパー等で 200 円前後の安価なのもあります。大手パン会社が大量に材料を仕入れる事で、町のパン屋さんとは値段が安くできるのは分かりますが、それだけではあの値段にはならないようです。やはり使われている小麦の値段が

が反映しています。小麦はその品質で等級が決まり、安い小麦は外皮に近く、逆に小麦の中心部になるほど高値になるそうです。外皮に近い部分は粉にする時に外皮に残留する農薬や肥料の化学物質が小麦粉に含まれる可能性が高くなります。実際小麦を扱っているパン職人さんからの話ですが、安価な小麦を手で練り続けるとその手が荒れてくる方が結構いて、質の良い高価な小麦に変えると手の荒れも直ってくるそうです。

手が荒れるというのはやはり小麦粉に農薬等の化学物質が含まれているとも考えられますよね。そのような小麦粉で作られたパンやパスタを口にし続けるのは体にどうでしょう？ましてや、お腹で胎児を育てる妊婦さんにとってはどうなんでしょうね？

カビないパンは？

購入後いつまで経ってもかびないパンって知りませんか？いつまでもかびないって有り難いと思う方もいますが、普通、家で粉から焼いたパンは数日で青や黒の点状のカビが生えてきます。食べ物がかびたり腐っていくのは当たり前の現象です。かびない方がおかしいと思いませんか？何故かびないのか？それは防腐剤や抗酸化剤と呼ばれるような化学物質が使われているからです。

パンだけでなく加工食品にはほとんどその化学物質が含まれていると言っても過言ではないでしょう。工場で作られトラックで運ばれ店に並べられ等の流通の時間経過を考えると防腐剤等の化学物質を使わざる終えないのかもしれません。そして、その化学物質の安全性は食品衛生法で安全性が確認され使用が認められたものです。しかし、本当に大丈夫なんでしょうか？

安くて、いつまでもカビないパンの安全性はどうなんでしょう？以下のサイト https://www.jibundetouki.com/backnumber/20140625.html は各社のパンを並べ経時的にかびる状況を観察した結果を紹介しています。カビが 20 日で発生すパンから 50 日経ってやっと発生するパンまで色々でした。また、カビが発生してもいつまで経っても点状のままでカビが広がらないパンから、あっという間に全面に広がるものまでと差があり、その違いが何故なのか、非情に興味深かったです。ちなみに、一番早くかびが発生し、あっという間に広がったのは町のパン屋さんのパンでした。町のパン屋さんはその日売れるだけを焼くので保存料は不要ですよね。自然なカビの発生だったわけです。

毎日朝はパンと言う方も珍しくない時代です。毎日食べるものだからこそより安全な物を口にしてほしいものです。特に妊婦さんや子どもさんはネ！

共同助産所お産子 1周年記念イベント開催

昨年 4 月 1 日にオープンした共同助産所お産子の家が無事 1 周年を迎えました。第一号のお産は昨年 8 月にご自宅で、そして、当助産所内でのお産第一号は 10 月でした。その後この一年間で合計 11 人の赤ちゃんが助産所・自宅で無事産まれました。また、県内の市町 10 カ所と産後ケア利用施設として契約も結び、毎月数人の産後のお母さんが体を休めに来られています。ベビーマッサージやお産塾などの行事も毎月実施、平日午前中は助産師が常駐し、妊産婦さん達の突然の助産所来訪にも対応できるようにしております。

多くの妊産婦さんやそのご家族にご利用頂くまでになりました。

これからも多くの方にご利用いただけるよう、1 周年記念イベントを下記のように開催致します。

多くの方のご参加お待ちしております。

9月25日（日）10:30～15:00

場所　東近江市八町17－5
共同助産所　お産子の家

11：00　～　1周年記念講演
講　師：朝比奈順子　助産師

［命と魂］

前の湖東信用金庫駐車場にて マルシェ

ちょっと早い（通常11月03日）
「いいお産の日」第20回目も
同時に開催！
助産所内には多くの展示
を致します

いいお産の日 in 滋賀

9月の予定

4日（日）7:00～太郎坊の登る会
6日（火）10:30～12:00 マミーハウス
12日（月）10:30～ベビーマッサージ
13:30～ヨガ教室
14日（水）10:30～
産後セルフ整体トレーニング
13:00～産前セルフ整体トレーニング
16日（金）13:30～ハローベビー
17日（土）10:30～
オーガズミックバース上映会
13:30～お産塾
19日（月）10:30～
バランスボールレッスン
24日（土）13:30～ママパパ教室
25日（日）10:30～15:00
共同助産所お産子の家
1 周年記念会＆マルシェ

おっぱい塾情報

20日（火）10:15～近江八幡アクア
はちはぴ広場
22日（木）10:00～安土コミセン和室
26日（月）10:00～彦根市民交流センター
26日（月）10:00～八日市お産子の家
27日（火）10:00～水口まるーむ和室
＊開催エリア外からの参加もOKです