

2023年3月10日

お客様各位

株式会社オリッジ  
代表取締役 地島昇平

## 「イブシギンのしぜんだし」を離乳食初期（5ヶ月）から 使用可能とする根拠につきまして

日頃から弊社の商品をご愛用いただきまして、誠にありがとうございます。  
現在複数のお客様より、「イブシギンのしぜんだしには鯉節が含まれていますが、離乳食初期から使用して本当に大丈夫なのですか」という旨のお問い合わせをいただいております。これまで個別にご対応致しておりましたが、同種のご懸念を示されるお客様が非常に大勢おられることがわかりましたので、弊社の見解として本文書を発行致します。

離乳食に魚を使用する順序として、一般に「まず白身魚を与え、赤身魚、青魚へシフトしていく」と言われていますが、その理由としては「**噛みやすさ・飲み込みやすさ**」、「**ナトリウム（塩分）含有量**」、「**アレルギー反応**」、「**ヒスタミンによる食中毒**」などが主に挙げられておりますので、その4点に絞り解説致します。各項目の要点は「**まとめ：**」以降に記述しているため、結論だけご覧になりたい方はそちらをご参照ください。

### 噛みやすさ・飲み込みやすさ

赤身魚・青魚は加熱した際に硬くなりやすいため、赤ちゃんの未発達なあごではうまく噛めないことから、白身魚に比べて少し遅れて与えるのが良いとされています。弊社としてもその選択は妥当なものと考えています。

ただしそれは、切り身やほぐし身のような魚肉の形を保った食品を使用する場合に限ります。弊社「イブシギンのしぜんだし」は、鯉節と昆布を非常に細かい微粉末状に粉碎加工しているため、**過剰に「噛みやすさ・飲み込みやすさ」を心配する必要はありません**。ただし、粉末を喉に詰まらせないように「だし」だけを取って利用するか、おかゆやスープ等によく混ぜ込んでからお子様にお与えください。

**まとめ：**「イブシギンのしぜんだし」は細かい粉末状に加工してあるので、**過剰に「噛みやすさ・飲み込みやすさ」を気にする必要はありません**。

### ナトリウム（塩分）含有量

一般に高血圧や生活習慣病の原因の一つとして、何かと悪者にされがちなナトリウムですが、一方でこれは私たちの体になくてはならない栄養素でもあるため、適量を摂取するのが重要です。

離乳食を始める前の赤ちゃんは、母乳から必要なナトリウムを摂取しています。一方で、離乳食開始以降の赤ちゃんは母乳と離乳食の併用となるため、食事からもナトリウムを摂取する必要があります。離乳食期の赤ちゃんの1日における食事からの摂取目安量に比べ、弊社「イブシギンのしぜんだし」の**一食分（約1.2g）当たりのナトリウム含有量は平均して1.2%程**であるため、1日3食としても**最高で摂取目安量の3~4%程**と、他の食品とバランスよく組み合わせやすい分量となっています。

細かい計算式にご興味がおありの方は下記をご参照ください。計算の基となる1日当たりの摂取目安量や母乳に含まれるナトリウム量等は、「日本人の食事摂取基準」策定検討会が作成した日本人の食事摂取基準（2020年版）<sup>1</sup>に準拠しています。

0~5ヶ月児（母乳のみ）のナトリウム摂取目安量（1日）：100mg

6~11ヶ月児（母乳と離乳食の併用）のナトリウム摂取目安量（1日）：600mg

2023年3月10日

株式会社オリッジ  
代表取締役 地島昇平

そのうち、母乳からの摂取目安量（1日）：72mg  
上記を除いた食事からの摂取目安量（1日）：**528mg**  
(母乳中のナトリウム濃度の平均値：135mg/L)  
(0～5ヶ月の基準哺乳量：0.78L/日、6～11ヶ月の基準哺乳量：0.53L/日)<sup>1)</sup>

イブシギンのしぜんだし一食分（約1.2g）当たりのナトリウム含有量（平均）：  
約**6.42mg**

食事からの摂取目安量（1日）に占めるイブシギンのしぜんだし一食分に含まれるナトリウムの割合： $6.42(\text{mg}) \div 528(\text{mg}) \times 100 = \text{約}1.22\%$

**まとめ：イブシギンのしぜんだしのナトリウム含有量は微量のため、ご心配には及びません。他の具材と組み合わせ、バランスの良い献立をお心がけてください。**

### **アレルギー反応**

アレルギー反応は、私たちの身体の中で病原性を持つ細菌やウイルスが増殖しないように守ってくれている免疫システムが、特定の物質に対して過剰反応することによって起こります。

本来すべての食品は、アレルギーの原因となり得ます。日本ではその中でも特に報告件数が多く、かつアレルギーの原因食品として特定できている28品目を「特定原材料及びそれに準ずるもの」（以下「特定原材料等」。）と定義し、使用している場合は商品パッケージに表示するよう義務付けられています（ただし準ずるものについては表示の推奨で、義務ではありません）。

**弊社「イブシギンのしぜんだし」には特定原材料等28品目を一切使用致しておりません。**また、製造ライン内には特定原材料等28品目を持ち込まないという社内基準を設けているため、それらが混入する可能性も著しく低く抑えられております。

**原料であるカツオ及び昆布のアレルギーは報告例がまれであることから、通常心配なさる必要はございません。**ただし、乳幼児期は消化・吸収機能が未発達であることから、大人に比べ様々なアレルギー反応が出やすいという特性があります。万全を期すため、初めてイブシギンのしぜんだしをお子様へお与えになる際には、粉末から取っただし汁のみを少量ずつお与えになり、健康状態を観察されることをおすすめ致します。

**まとめ：「イブシギンのしぜんだし」は、特段アレルギーのリスクが高い食品ではありません。他の食品と同程度の注意を払い、初めは少量ずつのご使用をお心がけてください。**

### **ヒスタミンによる食中毒<sup>2 3</sup>**

**生のまま不適切な温度管理下**に置かれていた青魚は、ヒスタミンというアミノ酸を身の中に多く含んでおり、食中毒の原因となります。症状の特徴として、じんましんや頭痛・発熱、呼吸困難といった、アレルギー症状とよく似たものが挙げられます。これはヒスタミンの働きによるものです。

アレルギー疾患を持つ人がアレルゲンを含む食品を摂取すると、体内に存在する「ヒスタジン」というアミノ酸が、免疫機能の暴走により大量のヒスタミンに変換されます。ヒスタミンは体内に適量存在する分にはむしろ有益な物質なのですが、大量に存在するとアレルギー症状の原因となってしまうのです。

つまり、ヒスタミンを多く含む食品を摂取するということは、アレルギー疾患の

2023年3月10日

株式会社オリッジ  
代表取締役 地島昇平

ない人でも、アレルギー症状と同様の症状を引き起こされてしまうということです。このことから、ヒスタミンによる食中毒はアレルギーとは似て非なるものとして「**アレルギー様食中毒**」と呼ばれています。

**ヒスタミンは加熱しても分解されない**ため、一度生の状態でヒスタミンを蓄えてしまった食品は、どのように調理しても食用にすることはできません。

青魚は、私達同様体内にヒスチジンを蓄えています。彼らは自然界に生息していることから、海水中に当たり前に存在する「ヒスタミン産生菌」が体表に付着しています。このヒスタミン産生菌は宿主である魚が活着しているうちは特に何もしないのですが、宿主が死ぬと活動を始め、体内のヒスチジンを片っ端からヒスタミンに変換していきます。ただし、魚体の温度が10℃を下回っているとその働きが鈍り、特に4.4℃を下回っているとほとんど活動しなくなるとされています。また、加熱することでヒスタミン産生菌自体は死滅します。こうしたことから、ヒスタミンの産生を避けるためには、**漁獲から加熱処理する直前までの間、徹底した温度管理**が必要となります。

**弊社「イブシギンのしぜんだし」の原料となる鰹節は、徹底した温度管理の下製造されています。**鰹は漁獲直後に「ブライン凍結」という手法で-20℃で生きたまま急速冷凍されます。その後は-45℃という極低温化で船内に保管され、水揚げ後も凍結したまま倉庫へ送られます。

鰹節製造工場に送られてくる際も当然凍結していますが、必要な部位を切り出すためには加熱する工程の前に解凍する必要があります。弊社では、この解凍工程から温度管理を行っています。

全てのロットにおいて魚体の中心温度を測定し、概ね4.4℃未満で、高くとも10℃前後のまま加熱工程に移れるようモニタリングしています。また、ヒスタミン量が危険な値に達するまでには時間的猶予が24時間程あることも踏まえ、工場では万全を期するために解凍終了から加熱開始までの時間を最大5時間以内に設定しています。

完成後の選別時にも、熟練の職人が目視で怪しい節を除去しています。

**更に、定期的にヒスタミン検査を行っており、今までに50ppmを超えるヒスタミンが検出されたことは一度もございません。**

**まとめ：弊社「イブシギンのしぜんだし」は徹底した温度管理の下製造されており、チェック体制も機能していますので、ヒスタミンによる食中毒を心配する必要はございません。**

## おわりに

上記で述べさせていただきました4つの観点から、弊社「イブシギンのしぜんだし」は離乳食初期（5ヶ月）からの使用が可能であるとさせていただきます。

## 参考資料

1.「日本人の食事摂取基準」策定検討会.“日本人の食事摂取基準（2020年版）”. 厚生労働省.2019-12-24.[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_08517.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_08517.html), (参照2023-03-10)

2.東京都福祉保健局.“ヒスタミンによる食中毒”.東京都福祉保健局 食品衛生の窓.[http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/shokuhin/anzen\\_info/others/his/index.html](http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/shokuhin/anzen_info/others/his/index.html), (参照2023-3-10)

2023年3月10日

株式会社オリッジ  
代表取締役 地島昇平

3.一般社団法人日本鯉節協会／全国鯉節類生産者団体連合会.”HACCP の考え方を取り入れた衛生管理の手引書 (小規模な節類製造事業者向け)”.厚生労働省.  
2021-2-26.<https://www.mhlw.go.jp/content/11130500/000746832.pdf>,(参照2023-3-10)