

島原市報道資料

令和4年1月20日

報道関係者 各位

『海苔の日』にちなんだ、学校給食への『海苔』の寄贈について
(海苔の日は毎年2月6日)

標記の件について、下記のとおり寄贈を受けますので、お知らせします。

記

- 1 寄 贈 品 島原のり（味付のり） 3, 8 3 2 袋
- 2 寄 贈 者 株式会社丸政水産 代表取締役 坂田政浩
島原市有明町湯江甲4 4 4 番地2
- 3 給食提供日 2月4日（金）第一小、第四小、三会小、大三東小、高野小、湯江小
三会中、有明中
2月7日（月）第二小、第一中
2月8日（火）第三小、第五小、第二中、第三中、

有明海にひらく湧水あふれる 火山と歴史の田園都市 島原



担当：島原市学校教育課 学事班 担当 塩田
電話：0957-68-5472（直通）
E-mail：gakkyo@city.shimabara.lg.jp



島原守護神 しまばらん

島原市教育委員会

教育長 森本 和孝 殿

令和3年12月10日

長崎県島原市有明町湯江甲444-2

株式会社 丸政水産

代表取締役 坂田 政浩

『海苔の日』にちなんだ、学校給食への『海苔』提供に付いて

前略 毎々大変お世話になります。

さて、この度 私共 海苔業界が制定しております『**海苔の日**』(毎年2月6日)にちなみ、島原市内小・中学校の児童・生徒様方へ、有明海の手苔の美味しさと 地域の産業(地場産品)に付いて知って頂きたいという観点から、『**海苔の日**』に併せ当社製品の『味付のり』を進呈させて頂こうと考えております。

付きましては、市内各給食センター様のメニューに加えて頂ければ幸いです。

何卒、宜しくお取り計らい下さいます様、お願い申し上げます。

早々

◎ 『海苔の日』の意味と設立の経緯

手苔は古くから日本人に好まれている伝統的な食品として食べられており、その価値は高く評価され、『**海からの贈り物である手苔に対する感謝の気持ち**』から『**海苔の日**』が制定されました。

制定の由来は、西暦702年2月6日に制定された『大宝律令』の中に『手苔も租税の一つ』(貴重な食品)として記載されていることから、昭和41年に発案し制定されました。

◎ 学校給食へ 当商品提供 の考え方

- ① 地元農水産物を学校給食への提供を通じて、住んでいる地域産業についてもっと知って頂きたい思いと、『故郷・島原に対する社会(地域)貢献の一環』とも考えております。
- ② 『地産地消』を念頭に、『手苔本来の味』を知って頂き、地場産品の普及に繋がればと思っております。
- ③ 『手苔の日』を機に、有明海で採れた良質な手苔本来の味と美味しさを知って頂きたい。
- ④ 手苔の原料には、現在摘み取られている有明海(主に島原沿岸)で採れた『**新海苔**』を使用するように計画しております。

島原のり(味付のり) 1袋

規格 8切8枚(板のり1枚分)



海苔の栄養と効果

1. 現代人が不足しがちな栄養素、食物繊維が豊富！

海苔の約3分の1は食物繊維でできています。海苔と主な海藻類の食物繊維含有量を比較した場合、ひじきや昆布に比べれば劣りますが、わかめやおおさよりも多い食物繊維含有量を誇ります。

食物繊維は現代人が不足しがちな栄養の一つで、腸内環境を整える効果や、コレステロール、血糖値の上昇を抑制する効果などがあります。

また、食物繊維は少量でも満腹感が得られる効果があるため、ダイエット中の方にもおすすめの栄養です。

2. ビタミン類も豊富に！－健康的で若々しいカラダを作る栄養素がいっぱい

海苔には約12種類のビタミンが含まれています。

特に注目すべきはビタミンAとビタミンC。こちらも不足しがちな栄養素です。

ビタミンAは抵抗力をつけ、感染症を予防する効果や皮膚や粘膜を健康に維持する働きがあります。

また、ビタミンCはカラダの酸化を防いだり、ストレスに強いカラダを作る効果もあります。

さらに、海苔にはビタミンB1、B2も含んでいるため、エネルギーチャージにも効果的です。

3. 実は鉄分も豊富な海苔－貧血予防にも

海苔にはミネラルの一種である鉄分も豊富に含まれます。

これはあまり知られていない海苔の栄養の一つですね。

鉄分は酸素の運搬に重要な働きをするため、貧血予防にも効果的です。

4. 実は重量の4割がタンパク質！－肥満防止にも

海苔にはタンパク質が多く含まれています。

海苔は100gあたり約40gものタンパク質を含みます。

さらにカロリーは低めなので、低カロリーで多くのタンパク質を摂取できます。

5. 海苔には不足しがちなカルシウムも－歯や骨を丈夫に

海苔には現代人が不足しがちな栄養素、ミネラルを豊富に含みますが、その中にカルシウムも含まれます。

海苔に含まれる量は魚ほどではないですが、不足しがちなカルシウムを手軽に摂れると思います。

カルシウムは骨や歯を丈夫にする効果があり、骨粗鬆症予防にも役立ちます。

6. 注目の栄養素タウリンも豊富 - 肝機能の改善、血圧を下げる効果

海苔には近年注目の栄養素、タウリンも含まれます。

タウリンとはアミノ酸の一種で、牡蠣(カキ)、イカ、たこ、あさりなどの貝類や魚介類に多く含まれます。

タウリンは肝臓の機能を高める、血圧を下げる、眼精疲労の回復などの効果があります。

7. 植物にはめずらしい栄養素EPAも！ - 生活習慣病の予防に効果あり

海苔には植物には珍しい栄養素、EPA(不飽和脂肪酸)が含まれています

EPAとはエイコサペンタエン酸と呼ばれる脂肪酸のことです。通常、EPAは魚に多く含まれているのですが、海苔にも含まれています。