



# スター情報

発行：  
株式会社北原産業  
http://www.starpack.co.jp

本社 〒710-0298 岡山県倉敷市玉島爪崎324  
TEL (086) 526-3040 (代) FAX (086) 525-1322  
東京支店 〒104-0041 東京都中央区新富1-13-26 (新富Tビル)  
TEL (03) 5541-7366 (代) FAX (03) 5541-8306



鳥取



140-120 山吹  
(F-2 青海)  
4,000円



140-100 山吹  
(F-2 青海)  
3,000円

千葉

## 鮨 御料理 白浜屋支店

120-90 くらしき (C-1 黒)  
〈仏事用〉  
寿司1人用付  
4,200円

80-80 山苑  
(F-1 みやこ)  
〈お子様用〉  
2,500円



115-80 山吹  
(C-7 涼風)  
〈慶事用〉  
焼き鮓、寿司1人用付  
5,500円



(株)エヌ・フーズ

鹿児島



140-100 和膳  
(C-7 涼風)  
そうめん・薬とし汁・寿司付 3,500円



120-90 和膳  
(C-7 涼風)  
そうめん・薬とし汁・寿司付  
3,000円

140-120 和膳  
(C-7 涼風)  
6,000円



まるそう  
和膳料理 120-90

まるそう

大阪



120-90 和膳  
(F-1 ごし季)  
3,500円

茨城

中華いちばん



KS-82F 味ごぜん  
700円

KS-81F 味ごぜん  
1,000円



KL-106 らんか  
1,500円



有限会社 芸濃食品



KL-110 らんか  
3,000円

三重

福島

福豆屋



KS-86 あじさい(ひょうたん)  
2,500円



KL-108 涼風  
3,000円



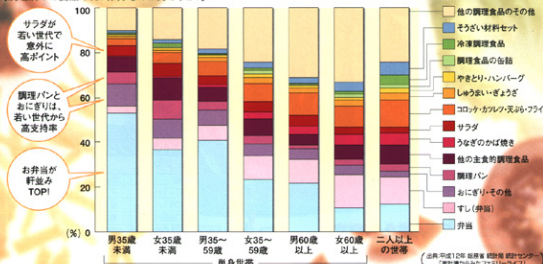
KS-66-A らんか  
5,000円

# 生活に見えた！ 世代を問わないヘルシー志向

今回は、食生活においてどんな工夫や気配りがされているかを調べてみました。生活習慣病や成人病の早期予防がうたわれる今日この頃、健康に対する意識が高まっているのは想像に難くありませんが、意外な世代にこだわりが…さてその結果やいかに？

## 1 世帯の種類や世代で異なる調理食品の購入

【調理済みの食品で、よく買うものは何ですか？】



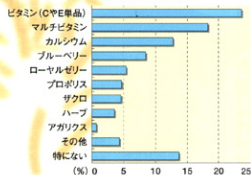
サラダが若い世代で意外に高ポイント

調理パンとおにぎりは、若い世代から高支持率

お弁当が軒並みTOP!

## 2 興味のある健康食品の種類

【どのような健康食品に興味がありますか？】

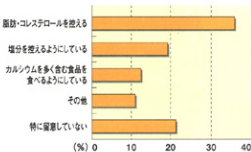


## 若い世代も健康に大きな関心。 食事にこだわりの姿勢が。

上のグラフでは、お弁当がどの世代にも高比率で購入されています。しかし、お弁当の次にランクインしている品目を見ると、35歳未満の若い世代では「おにぎり」や「調理パン」、高齢になるにつれて「すし」が多くなる傾向が。嗜好のちがいが、はっきりとデータに現れていますね。また、若い世代がサラダを最も多く購入していることに気づきます。これは、お弁当や調理パンを買う時、野菜類の不足を補っていると考えられます。単身の若い世代も、栄養バランスに気を配っているのですね。左のグラフでは、上位4品目が肌や視力の改善に良いといわれるもの。以下の項目は、体の全般的な不調に効果のある品目が注目されていることがわかります。

## 3 普段の食事内容で留意する点

【普段の食事内容で留意する点は何か？】



## これからの食生活の主流は、 ずばり、健康サポート!?

健康を意識した食事を見ると、やはり気になるのは脂肪とコレステロール。以下の項目も、生活習慣病や成人病を警戒する心境が現れているようです。限られた時間や環境の中で、十分な運動やストレスの発散ができない現代社会、食習慣の工夫がものをいうのです。こういった健康への問題意識を、お弁当の新メニューでばっちりサポートしてはいいかでしょう。普段通りのメニューの中で、調理法や素材選びを工夫することができれば、満足度の高いヘルシーメニューが実現します。「低脂肪&減塩 菓の内」や「カルシウムたっぷり洋風ランチ」など、ネーミングもヘルシー志向で、アプローチしてみるのもいいのでは……!?

# 五味(ごみ)と調味料

食物には五つの味、「甘・辛・酸・鹹」があります。鹹とは塩味のことです。この五つの味にはどのような性質があるのでしょうか。

## 辛

〔適量〕からだを温め、血のめぐりをよくします。免疫力を高める作用があります。肺や大腸、傷に効きます。  
〔過多〕胃腸を傷めてしまいます。汗が出過ぎたり、気力が失われます。

## 苦

〔適量〕からだの熱を冷まし、炎症をおさえます。効果があります。胃を静める効果があります。心臓に効きます。  
〔過多〕肝臓を傷めてしまいます。からだの冷え過ぎになります。

## 甘

〔適量〕筋力をほぐし、疲労を回復します。滋養補給作用があります。胃を暖め消化を助けます。脾にもよく働きます。  
〔過多〕腎臓を傷めてしまいます。むくみやすくみ、赤が痛みます。

## 酸

〔適量〕出過ぎるもの(汗など)を抑える作用があります。精力増進、老化防止の効果があります。腸を動かす力も働きます。  
〔過多〕脚氣を傷めてしまいます。食欲が減退し、腎臓の調子がわるくなります。

## 鹹

〔適量〕体内の滞りを和らげる作用があります。解毒、利尿に働きます。  
〔過多〕肝臓を傷めてしまいます。血に熱が出て血流がわるくなります。顔色もわるくなります。



この五つの性質を活かし、バランス良く食品を摂取することが大事です。

さて、食材自体も五つの味のいずれかに当てはまるので、味つけに普段から利用しているものとしては主に調味料があります。個々の調味料についてもどのような特長があるのでしょうか。

## 砂糖

①糖を主成分とする天然甘味料。さとうきび(甘藷)から得られる。甘じしと糖ともいわれる。2種類が砂糖の主な原料となる。②糖はただでなく砂糖には料理をする上いくつかの働きがあります。そのうち4つを紹介しましょう。③砂糖の主成分である糖は水とくっつきやすいのでお肉にまぶすと肉を柔らかくします。④ケーキ作りのときに卵白に砂糖を加えて油立てると泡を消えにくくします。砂糖漬けなどの保存用食品が腐りにくいのは砂糖が高濃度になると浸透圧が高くなり、微生物が繁殖できないからです。砂糖は小腸でぶどう糖と果糖に分解されます。人間が活動するために大切なものは糖質ですが、ぶどう糖は脳にとって唯のエネルギー源です。ぶどう糖は体の中にも一定量空くことになりません。もしも、体の中にぶどう糖が欠乏すると眠りが浅くなったり、イライラしやすくなります。



## 塩

味付けをするだけでなく、逆に塩抜きをするのに少し加えたりします。過剰摂取が問題になっていいますが、生命にとっては必須の物質です。塩そのものが、からだの中でエネルギーになるのではなく、からだの中にあるものをぐるぐる回し回して最終的には排泄させるといって、循環機能を助ける働きをします。魚などの身をしめ水分を出し、生臭さを取り除きます。魚や肉のうまみを引き出します。食品の腐敗防止効果があります。



## 香辛料

冷蔵庫がない時代には香辛料は保存料として使われていました。今では肉や魚の臭みを消したり、食欲をうけたりするのに使います。上手に使って食塩の使用量を少なくできます。こしょう、スパイスの王様と呼ばれるはと島くわ知られる。胃を強くします。エネルギー代謝が代わってとされています。カロチン、ビタミンCを多く含んでいますが、カロチンは老化予防物質として注目されています。こしょうもエネルギー代謝がよくなります。にんにく、疲労回復、抗酸化作用があります。アリンという成分があり、それ自体は無臭なのですがすりおろしたりするとアリシンという物質に変わります。これがあの臭いにおいなのです。



## 醤油

日本人の食卓には欠かせない万能調味料です。焼き魚などにかけて使うほか、味噌をこのえり洋食の味に使うことも。塩と違うのはうま味、甘味、酸味、鹹味、苦味が絶妙に調和しているところ。醤油には、大きく分けると濃口醤油と薄口醤油があります。濃口醤油は色と香りが強く、煮たり焼いたり料理全般に使います。薄口醤油は色と香りが薄く、揚げたり焼いたり色が高く、吸い物など料理に色をつけたくないときに使います。



## 酢

酢には醸造酢、果実酢、ポン酢などがあります。醸造酢は酸味の中にも甘味のあるもので香りのよいもの。果実酢はぶどう、りんごなどから作られます。ポン酢は柚子、すだち、レモンなどの柑橘類のしぼり汁そのものまたは、それを使った調味料のことです。酢には次のような働きがあります。①魚のたんぱく質を凝固させて身を柔らかくします。魚のおいしさを消してくれます。②酢が肉のコラーゲン組織を膨潤させ、肉を柔らかくします。③野菜を漬ける前に酢で処理すると、組織がしまり固くたえがよくなります。④防腐作用があります。酢は食品を漬けたり、食品に少し加えることで保存性がよくなります。⑤酢は、エネルギー代謝をよくなる多くの有機酸を含んでいます。有機酸は疲労物質である乳酸を除きます。疲労回復の効果があります。



## 味噌

味噌は麹と大豆、塩からつくられます。麹は米を蒸して冷やし、麹菌を混ぜ合わせ、白麹か赤米のことで、蒸してつぶした大豆と麹と塩を混ぜ、味噌桶で年間ほど発酵・熟成させてできあがります。味噌は調味料であり、栄養源であり、香辛料であり、保存食でもあります。次のような働きが近年、認められてきています。①ガン予防効果があります。②コレステロールを抑制する効果があります。③老化を防止する効果があります。



海産物も取り扱っております。

仕出し **双** こまみね

島根

 はしもと

青森

115-80 山苑  
(F-1 ごし季)



120-90 山苑  
(Aあじさい)

80-80 山苑  
(C-7 みやこ)



80-55  
翡翠の膳  
(段A・段B)



それゆけ  
ホクちゃん  
「夏の星座」の巻



# スイカ



夏、おなじみの食べ物といえばスイカです。

スイカ(西瓜)はメロンと同じウリ科の一年草で、アフリカ砂漠地帯が原産地といわれています。スイカの名前の始まりは中国ですが、西域からきた瓜ということで「西瓜」と呼ばれるようになりました。

赤い可食部の成分は、95%が水分でそのうち4~6%が糖分です。

●食べると次のような効能があるようです。

シトルリンというアミノ酸やカリウムの働きで、体内の水分を排泄する作用(利尿作用)があります。

水分を排泄する作用によりむくみに効果があります。

腎臓病、心臓病、高血圧などにも効能があり、特に昔からスイカは腎臓病の薬とされていました。

スイカの糖分に含まれる果糖やブドウ糖は、速くエネルギーに変わるので夏の暑いときには疲れを癒してくれます。

水分が多く、のどを潤してくれます。スイカに豊富に含まれるカリウムの働きで体に涼を呼び、清涼感を与えます。

●よいスイカの選び方

手のひらで軽くたたき、たたいたときの音が澄んでいたらよいスイカ、鈍い音がしたらスイカの中に「ス」ができていると思われる。

皮の表面につやがあり、シマのはっきりしたものを選びましょう。

カットしたスイカを扱うときは、種が黒いもので種の周りに空間があるものが美味しいでしょう。

●スイカをより美味しくいただくためには

果糖が多いため冷やすと甘味を増しますが、冷蔵庫で冷やすときには冷えずぎないように20℃くらいにするのがよいでしょう。

シマとシマのあいだを切るなど断面的にあまり種が出ないそうです。

一番糖度が高いのは中央部分ですが、ツルの側がより甘いです。





密閉性が高く、  
内容物がもれにくく  
安全です。  
※2000年10月1日より  
2000年10月1日より

運送中でも  
フタが閉まらなく  
安全です。

A-PET樹脂使用で  
透明性が高く  
内容物をひきたてます。



落としたり、  
ぶつけた場合  
でも割れにくく  
安全です。



タイトシリーズ

新案

嵌合容器

**TIGHT** **CUP**  
タイトカップ

中の液が  
漏れ  
にくい!

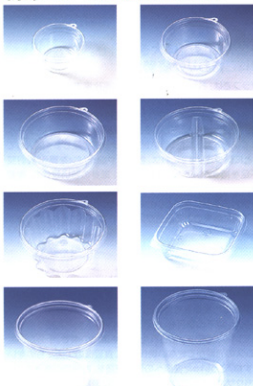
油類にも強く  
安全です。

一次容器として、  
そのまま食卓でも  
ご使用いただけます。



機能性を大幅アップ！いろいろな食品を、大切にパック。

用途いろいろ…  
幅広いニーズに対応します。



タイトカップシリーズ一覧

■フタ

品名	サイズ	品名	サイズ
TC71バイ	71φ	TC110バイ	110φ
TC81バイ	81φ	TC129バイ	129φ
TC86バイ	86φ	TC104角	104×104
TC105バイ	105φ		

■本体

品名 (オプションあり)	サイズ	容量	入数 袋/ケース
DT71-80TCセット (DT71-80)	外寸71φ×36H	60cc (79cc)	100 3000
DT81-90TCセット (DT81-90)	外寸81φ×38H	80cc (118cc)	100 2400
DT86-120TCセット (DT86-120)	外寸86φ×40H	120cc (134cc)	100 2000
DT105-200TCセット (DT105-200)	外寸105φ×44H	200cc (235cc)	100 1500
DT105-250M TCセット (DT105-200)	外寸105φ×55.5H	250cc (300cc)	100 1500
DT110-180KK TCセット (DT110-180KK (兼フタ))	外寸110φ×40H	180cc (233cc)	100 1500
DT110-250KK TCセット (DT110-250KK (兼フタ))	外寸110φ×53H	250cc (300cc)	100 1500
DT129-225KK TCセット (DT129-225KK (兼フタ))	外寸129φ×37H	225cc (310cc)	100 1000
DT129-320TCセット (DT129-320)	外寸129φ×44H	320cc (385cc)	100 1000
DT129-320KK TCセット (DT129-320KK (兼フタ))	外寸129φ×44H	250cc (333cc)	100 1000
DT129-320MM TCセット (DT129-320MM)	外寸129φ×44H	230cc (368cc)	100 1000
DT129-360M TCセット (DT129-360M)	外寸129φ×48H	360cc (435cc)	100 1000
DT129-430TCセット (DT129-430)	外寸129φ×58H	430cc (510cc)	100 1000
DT129-430KK TCセット (DT129-430KK (兼フタ))	外寸129φ×58H	360cc (470cc)	100 1000
T104-130TCセット (T104-130)	外寸104×104×28H	130cc (200cc)	50 1200
DT129-700M TCセット (DT129-700M)	外寸129φ×92H	700cc (770cc)	50 600
DT129-850M TCセット (DT129-850M)	外寸129φ×122H	850cc (950cc)	50 600

※フタ・本体セット販売となります。  
※この他のサイズについては順次開発検討中です。

特許出願中

A-PET容器の使用上の注意

- 脂肪、酸物など温かいものをご入れないでください。  
変形や穴あきの原因となります。少し冷ましてから入れてください。
- 火気の上や直射日光の当たる所での保管は避けてください。  
また、ほこりやバイ菌がつかないよう衛生管理にもご注意ください。
- 電子レンジ使用は不可です。

材質/アモルファス・ポリエチレンテレフタレート  
実用温度/＋60～0



資源の有効利用を推進し、リサイクル推進のための判別マークを  
製品に表示してあります。



タイトシリーズ・タイトカップは、惣菜をはじめ漬物、カット野菜・くだものなど、  
さまざまな食品をしっかり大切にパックし、幅広いニーズに対応します。

