

池田 剛士

宛先: もりくみこ（くみんちゅ）

件名: お願い（みと・あかつかカンファレンス）*メディア対策室；安倍晋三 首相案件（刑事・民事責任追求）【メディア詐欺；共謀罪通報対象】

料理研究家 もりくみこ（くみんちゅ） 様

学術秘書

池田です。

記事の修正又は削除をお願いいたします。

夏バテ前にスタミナつけとこ。王道とろろ飯。



醤油 海苔 ネギ だし汁 野菜 ナガイモ ヤマイモ 王道とろろ飯 生卵 炙り胡麻



このレシピについて

夏バテする前に、スタミナ食材摂っておきましょう。

山芋や長芋の粘り成分**ムチン**は、胃腸の粘膜を修復し、お腹の調子を整えます。ジアスターゼという消化酵素がタンパク質や炭水化物の消化・分解を促して、栄養強壮に役立ちます。

お出汁たっぷりの山芋に、生卵をひとつ落とし、ネギや刻み海苔と一緒に、あたたかいご飯にかけて。

最高に最高に美味しい、王道のとろろご飯の食べ方です！

なめらかで濃厚だけど、つるんとして、さらりと食べられる。

コツ・ポイント

■山芋や長芋の粘り成分**ムチン**は、胃腸の粘膜を修復し、お腹の調子を整えます。ジアスターゼという消化酵素がタンパク質や炭水化物の消化・分解を促して、栄養強壮に役立ちます。それ以外の酵素もたっぷり！まさに日本の代表的なローフードですね。

<https://mori-kumiko.com/recipe/shusai/tororogohan/>

修正又は削除が必要な記事の一覧、Google キャッシュ検索の結果 (site:mori-kumiko.com ムチン) も併せてご確認ください。

夏バテ前にスタミナつけとこ。王道とろろ飯。 | もりくみこ (くみん...

<https://mori-kumiko.com/recipe/shusai/tororogohan/> ▼

このレシピについて. 夏バテする前に、スタミナ食材摂っておきましょう。山芋や長芋の粘り成分 **ムチン** は、胃腸の粘膜を修復し、お腹の調子を整えます。ジアスターゼという ...

もちもち、ほちゃほちゃ。おいしい里芋もち。 | もりくみこ (くみん...

https://mori-kumiko.com/recipe/recipe_child/satoimomochi/ ▼

里芋は消化が非常に良く、独特のねばり成分 **ムチン** が胃腸の粘膜を丈夫にし、おなかの調子を整えてくれます。チョコやスナック菓子より、子供にはこんなおやつがちょうど ...

新しい美味しさ、レタスのサツとお浸し。 | もりくみこ (くみんちゅ...

https://mori-kumiko.com/recipe/hukusai/retasu_ohitashi/ ▼

夏バテする前に、スタミナ食材摂っておきましょう。山芋や長芋の粘り成分 **ムチン** は、胃腸の粘... 豆乳あずきムース・体に優しい。ノンシュガー豆乳あずきムース。砂糖は使わずに、甘酒と発酵あんこで作る和風ムースです。材料をミキサーにかけたら、鍋で混ぜ。

甘み凝縮。オーブンで作る自家製ドライトマト。 | もりくみこ (くみ...

<https://mori-kumiko.com/recipe/hukusai/homemade-dry-tomato/> ▼

山芋や長芋の粘り成分 **ムチン** は、胃腸の粘... 手作り昆布ポン酢・簡単。無添加フレッシュ。手作り昆布ポン酢。ぼん酢って、とってもシンプルな材料で簡単に作れるんです。

ruhruセラミカコバルトブルーセラミック鍋 24cm (ふた付き) | もり...

https://mori-kumiko.com/item_simple/kitchen/ruhru5/ ▼

わが家の無限ピーマンは、ちょっぴりエスニックです。ご飯にたっぷりのせてガバオライス風に目... 王道とろろ飯・夏バテ前にスタミナつけとこ。王道とろろ飯。夏バテする前に、スタミナ食材摂っておきましょう。山芋や長芋の粘り成分 **ムチン** は、胃腸の粘。

site:mori-kumiko.com **ムチン** の画像検索結果



→ [site:mori-kumiko.com **ムチン**](https://www.google.co.jp/search?q=site%3Amori-kumiko.com+%E3%83%A0%E3%83%81%E3%83%B3&aq=chrome.2.69i57j69i58j69i59.4238j0j4&sourceid=chrome&ie=UTF-8) で見つかった他の画像

[画像を報告](#)

<https://www.google.co.jp/search?q=site%3Amori-kumiko.com+%E3%83%A0%E3%83%81%E3%83%B3&aq=chrome.2.69i57j69i58j69i59.4238j0j4&sourceid=chrome&ie=UTF-8>

site:cookpad.com くみんちゅ ムチン:

安くて大量。：くみんちゅキッチンのごはん日記 - クックパッド



<https://cookpad.com/diary/2151395>

2012/09/18 - もちもち、ほちゃほちゃ。おいしい里芋もち by くみんちゅキッチン。おばあちゃんの大好きおやつ。里芋の抗酸化作用 **ムチン** は免疫力を高め、胃腸の粘膜を強く...
材料：さといも（じゃがいも、さつまいもでも美味しい!）、小麦粉、片栗粉、塩、焼く...

満月の色、簡単おだんご作り。：くみんちゅキッチンのごはん日記 - ク...



<https://cookpad.com/diary/2364819>

2013/09/19 - くみんちゅキッチンのキッチン・フォローする。41歳。2児の母。WEBをメインに活動する... カボチャはビタミンE・βカロチンの宝庫、さといもは胃腸の粘膜を強くして免疫力を高める **ムチン** が豊富。「おもさえあれば」、いろいろ楽しい♪ 子供には...

もちもち、ほちゃほちゃ。おいしい里芋もち by くみんちゅキッチン ...



<https://cookpad.com/recipe/1620032> ▼

30分

2011/11/08 - もちもち、ほちゃほちゃ。おいしい里芋もち」おばあちゃんの大好きおやつ。里芋の抗酸化作用 **ムチン** は免疫力を高め、胃腸の粘膜を強くします。実は植物性たんぱく質も豊富。材料:さといも（じゃがいも、さつまいもでも美味しい!）、小麦粉、...

シンプルが一番！とろける里芋の揚げだし。 by くみんちゅキッチン ...



<https://cookpad.com/recipe/925275> ▼

30分

2009/10/05 - 里芋はお腹の調子を整え、胃腸の粘膜を強くし、免疫力を高める **ムチン** が豊富。漢方では肝臓・腎臓の薬としても重宝されています。消化も良く、植物性たんぱく質も多いんですよ。このレシピの生い立ち。さといもが美味しい季節にかならず...

夏バテ前にスタミナつけとこ！王道とろろ飯 by くみんちゅキッチン ...



<https://cookpad.com/recipe/5082518>

2018/05/19 - ... 美味しい濃厚なとろろご飯です。お疲れ気味の体にもなめらかにするっとう入っていきます。くみんちゅキッチン... 山芋や長芋の粘り成分 **ムチン** は、胃腸の粘膜を修復し、お腹の調子を整えます。ジアスターゼという消化酵素がタンパク質や...

命を守る仕事。：くみんちゅキッチンのごはん日記 - クックパッド



<https://cookpad.com/diary/2225840>

2013/01/01 - その他のレシピはpogue（私くみんちゅ）のキッチントップの、レシピリストからどうぞ。）Indicator 普通の日記... オリーブオイルベースのグリーンポターージュ by くみんちゅキッチン... 里芋の抗酸化作用 **ムチン** は免疫力を高め、胃腸の粘膜を強く...

材料3つ。子供のおやつに。イモイモだんご by くみんちゅキッチン ...

<https://www.google.co.jp/search?q=site%3Acookpad.com+%E3%81%8F%E3%81%BF%E3%82%93%E3%81%A1%E3%82%85+%E3%83%A0%E3%83%81%E3%83%B3&oq=site%3Acookpad.com+%E3%81%8F%E3%81%BF%E3%82%93%E3%81%A1%E3%82%85+%E3%83%A0%E3%83%81%E3%83%B3&aqs=chrome..69i57j69i58.17119j0j9&sourceid=chrome&ie=UTF-8>

site:ameblo.jp くみんちゅ ムチン：

結局、「体の声」って何なのか？ | くみんちゅキッチン

<https://ameblo.jp/kuminchukitchen/entry-12354301529.html> ▼

2018/02/19 - 縄文時代から食べられていた里芋や山芋のねばり成分**ムチン**は、お疲れ気味の胃腸の粘膜を修復して、お腹の調子を整えてくれるよ。私はさつまいも&じゃがいもが苦手です(涙)。特にさつまいもは食べるとドスンと胃が重くなり、動け...

スタミナつけとこ。汗かいとこ。 | くみんちゅキッチン

<https://ameblo.jp/kuminchukitchen/entry-12377072759.html> ▼

2018/05/21 - 山芋や長芋の粘り成分**ムチン**は、胃腸の粘膜を修復し、お腹の調子を整えます。ジアスターゼという消化酵素がタンパク質や炭水化物の消化・分解を促して、滋養強壮に役立ちます。それ以外の酵素もたっぷり！日本の代表的なローフード...

お疲れ気味の胃腸をいたわるスープ。 | くみんちゅキッチン

<https://ameblo.jp/kuminchukitchen/entry-12343636193.html> ▼

2018/01/13 - 病人やお年寄りでもすんなり飲めるのが「だし汁」。人は、だしから始めて、だしで終わる。素晴らしい〜。あと、この時期はとにかく里芋。山芋。長芋。里芋や山芋に含まれるねばり成分の**ムチン**は、胃腸の粘膜を修復して、お腹の調子を整えて...

濃厚、里芋。 | くみんちゅキッチン

<https://ameblo.jp/kuminchukitchen/entry-12209530016.html> ▼

2016/10/13 - 里芋のぬめり成分**ムチン**は動物性たんぱく質や糖質の解毒・分解を促し、お腹の調子を整え、胃腸の粘膜を強くし、ウィルスや細菌から身を守る免疫機能を高めてくれます。もうひとつのぬめり成分ガラクトタンは、脳細胞を活性化させる働き...

糖質制限ではなく、糖質選択。 | くみんちゅキッチン

<https://ameblo.jp/kuminchukitchen/entry-12255363022.html> ▼

2017/03/10 - 里芋には免疫力を高める**ムチン**が。山芋にはタンパク質の吸収を高めるジアスターゼが。さつまいもやジャガイモには加熱しても損失しないビタミンCが豊富。穀物よりも消化が良いし、糖質よりも栄養素や食物繊維のメリット優先で食べてます...

とろける里芋の揚げだし。 | くみんちゅキッチン

<https://ameblo.jp/kuminchukitchen/entry-12096456745.html> ▼

2015/11/16 - 揚げだしといっても、油はほんの少ししか使いません。少量の油で揚げ焼きにしていける方法なので、油っこくならない。胃がおもたくなりません。里芋のぬめり成分**ムチン**が胃腸の粘膜を強くし、ウィルスや細菌から身を守る力を高めてくれます。

とろける里芋レシピ。 | くみんちゅキッチン

<https://ameblo.jp/kuminchukitchen/entry-12218828596.html> ▼

2016/11/12 - 揚げ出しといっても油は少ししか使いません。シンプルだけど里芋の最高に美味しい食べ方です！里芋には胃腸の粘膜を強くし、免疫力・消化力を高める**ムチン**が豊富に含まれています。栄養価が高まっている今が旬の里芋でぜひ作ってみて...

<https://www.google.co.jp/search?q=site%3Aameblo.jp+%E3%81%8F%E3%81%BF%E3%82%93%E3%81%A1%E3%82%85+%E3%83%A0%E3%83%81%E3%83%B3&oq=site%3Aameblo.jp+%E3%81%8F%E3%81%BF%E3%82%93%E3%81%A1%E3%82%85+%E3%83%A0%E3%83%81%E3%83%B3&aqs=chrome..69j57j69i58.9743j0j4&sourceid=chrome&ie=UTF-8>

修正の際のポイントは、3つあります。

(1) 「ムチン」という言葉を使うこと自体が誤り。

(「植物」の話をしていて、「ムチン」について語ることはナンセンスです。)

(2)「ムチン」と関連付けて語られてきた、夏バテ解消、スタミナ食材、疲労回復といった健康効果も全く根拠なし。

(「健康効果」は、ヒトや動物から分泌される「ムチン」本来の働きから想像された話であって、食べてどうこうの話ではありません。)

(3)「ネバネバの正体は『ムチン』」も誤り。

(「ムチン」は「糖たんぱく質」といわれますが、「植物の『糖たんぱく質』」はネバネバしていません。)

「(日本国内だけで)植物の粘性物質をムチンと呼ぶことの根拠や起源」が判明いたしました。

(『mucin』と『mucus』の混同)ないし『mucus』の誤訳、

『mucin』と『mucilage』の混同)ないし『mucilage』の誤訳)が誤報の原因でした。

つまり、動植物の粘性物質をムチンと呼ぶ「学説」は存在しません。

<http://acsec.jp/mucin.html>

)

“フィッシャーの呪い撲滅キャンペーン”へのご理解、ご協力をお願いいたします。

<http://acsec.jp/maffgo.html>

全国の都道府県庁、自治体の対応状況については、こちらでご確認いただけます。

<http://acsec.jp/soumugo.html>

※参考：

[1]平成の大獄(へいせいのたいごく)|改元の礼：

大戸屋ホールディングスらによる公益通報者 看護師 中西京子さん襲撃事件

<http://heisei.nokyoko.jp/>

[2]虎の門外の変|家来たちは、子どもを殺した。：

岡本薫明 財務事務次官らによる公益通報者 看護師 中西京子さんに対するパワーハラスメント

<http://toranomom.nokyoko.jp/>

[3]和とは愛 オフィシャルサイト|希望：

ムチンは(糖の)老廃物

<http://nokyoko.jp/#hope>

では。

この件に関するお問い合わせ先：

みと・あかつかカンファレンス事務局長

ラクトース研究班「いもいち 2025」班長代理

有限会社学術秘書

本店営業部

池田剛士

〒311-4141

茨城県水戸市赤塚 1-386-1-107

電話：029-254-7189

携帯：090-4134-7927