

今回ご紹介する作品は「揺れる白」。寄り添う8本の木のような形をしています。木、といってもごく単純な形に省略されているので、絵本に出てくるような可愛らしさがあります。正面から見ると、右端が少し斜めに傾いて、まるで風に吹かれてゆっくりと揺れているように見えますか？

柔らかなそう、という印象とは裏腹に、この作品は白御影石（しろみかげいし）という大変硬い素材で出来ています。御影石とは、地底の奥深くにあったマグマが冷え、地殻変動によって地表に出てきた岩石のひとつで、古くから建物の内装にも



揺れる白

使用されてきました。丁寧に磨きかけると、滑らかで艶のある表面になるので、床や壁などにも重宝される石材です。この硬い素材を、あえてびかびかに磨き上げることにはせずに、表面をでこぼこのままにしています。そこでこぼこが、光と影の境目

「洞爺湖芸術館」

④

作品紹介

「冬の彫刻」 内田みどり
『揺れる白』

◆ 消費者連絡会だより ◆

野菜の硝酸テスト

「生」は多いか茹でれば減少

ほうれん草などの葉野菜類には、硝酸が含まれていることが知られています。一方で、茹でることで硝酸が減ることもわかっています。最近の野菜の硝酸量はどの程度か、また茹でるとどれくらい減少するのか、北海道消費者協会のテストを紹介します。

生とゆでたあとの比較

・野菜の種類とテスト方法

7種類20品目の野菜（ほうれん草4、小松菜3、水菜3、春菊3、大根菜1、大根3、セロリ3）についてテストしました。

・生のときとゆでたときの硝酸量

生のときの硝酸がゆでることとどれくらい減少するか、種類ごとの平均値で変化を調べてみました。

①生の状態では、大根菜、水菜、小松菜（茎）、セロリが100g当たり硝酸が300mg（以下mg%で表す）を超えていました。硝酸の残留基準値はありませんが、茹でたあとでは、大根菜の硝酸は約1/2に、水菜は約3/4になりました。

②葉と茎を分離してテストした小松菜、ほうれん草はいずれも茎が葉の部分より硝酸が多い結果でした。今回のテストでは、特に小松菜の茎に多くありましたが、茹でることで約1/2に減少しました。

③大根は上部より下部に多い結果でした。

硝酸の取りすぎに注意

・今回のテストで葉野菜は硝酸が多いことが確認されました。硝酸塩の1日許容摂取量（ADI）は体重50kgの人で185mgです。平成11年度の旧厚生省の調査によると成人の硝酸塩1日摂取量は289mgで、ADIを上回っています。そのほとんどは野菜などの生鮮食品由来とされています。

・硝酸は茹でて水にさらすと減少します。茹でたあと、水さらしを十分しましょう。硝酸は体内で発ガン物質になる恐れが指摘されていますが、野菜にはその働きを抑えるビタミンCも多量に含まれています。

種類		硝酸量 (mg%)		残存量
		生	ゆで	
ほうれん草	葉	124	80	66.8%
	茎	270	169	64.4%
こまつ菜	葉	169	52	33.0%
	茎	444	223	49.4%
水菜		500	381	75.8%
春菊		200	140	70.4%
大根菜		593	287	48.4%
大根	上部	52		
	下部	202		
セロリ		440		

大根とセロリは生の状態でテストしました。

酸化防止剤、合成保存料等を一切使用していない三陸名産品をおすすめしています。

煮干 300g 600円
花かつお 75g 300円
長ひじき 75g 400円
毎月21日を締切りとし、27日に受け渡します。

虹田 佐々木宅 7614589
温泉 岡村宅 7512704
役場産業課 7413005

をぼかすので、より一層柔らかな印象を生んでいるのです。硬い素材をいかに柔らかに見せるか、これも彫刻家の力量が問われるところでしょう。

冬の穏やかな光は、この作品の柔らかな形と陰影を引き立ててくれます。数あるビエンナー

レ作品の中でも、これほど「冬」の印象が強い作品はありません。降りしきる雪、雪原の向こうにぼんやりと見える木立。北国に住む人であれば、きつと何度目にしたことがある風景ではないでしょうか。この作品を見てみると、音もなく降り積む雪の

柔らかなさが思い浮かぶのです。雪かきを考えると、うんざりしてしまう冬ですが、ちょっとした間手を休めて、雪が舞う風景を楽しんでみるのもいいかもしれません。