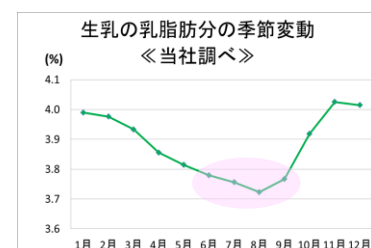


ヨーグルト

よくあるご質問	回答
<p>ヨーグルトの容器を開けるときに、中味が飛び散ってしまうことがあります。開封するコツはありますか？</p>	<p>容器の側面を強くおさえずにふたを開けると中味が飛び散りにくくなります。「小岩井 生乳（なまにゅう）100%ヨーグルト」を例に、次の手順で開封することをおすすめいたします。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. アルミ蓋のつまみがある角を正面に置きます。 人差し指を上面に掛け親指を正面の角に添え、中指から小指まではもう一つの角に添えます。 ※ポイント ヨーグルトが動かないように、指は軽く添える程度で、容器を強く握らないようにしてください。 2. アルミ蓋のつまみはなるべく容器に近い部分をつまみ、ゆっくりめくり上げます。 3. 少しずつゆっくり開けていきます。 <p>なお、容器の淵に付いているヨーグルトは、ドリップ（水切り）したヨーグルトと同じで、水分が抜けた状態になっています。そのまま濃厚なヨーグルトとして、または中味のヨーグルトと混ぜてお召し上がりください。</p>
<p>ヨーグルトがシャバシャバとした液体状になっていたり、ダマができて水分と分離してしまっています。なぜでしょう？</p>	<p>冷蔵庫内で凍結した後に解凍されて、ヨーグルトの組織が崩れてしまったことが考えられます。</p> <p>ヨーグルトは水分が多い食品なので、冷蔵庫内でも冷気にあたると凍結してしまうことがあります。凍結したヨーグルトが解凍されると、ヨーグルトの組織が崩れて元の状態には戻らず、サラサラの液状になったり、水分と固形分が分離した状態になります。特に梅雨から夏の高温多湿な時期は、冷蔵庫を開けて庫内の温度が上昇すると冷気が強く吹き出ることがあるため、凍結の影響を受けやすいと言えます。</p> <p>冷蔵庫の冷気吹出し口付近やチルド室などの氷温状態になる位置では凍結することがありますので、これらの場所を避けて保存してください。</p> <p>また、冷蔵庫内の食品の量、食品の配置、ドアの開け閉めの頻度、外気温との差などで凍結してしまうことがあるようです。このような場合、見た目や食感が変わってしまいますが、身体へ悪影響を及ぼすようなことはありません。</p> <p>なお、凍結による影響を受けた場合でも、ドリップヨーグルト（水切り）にすると、濃厚な味わいで召し上がれます。ドリップした時に下に溜まった水分（ホエイ）には、水溶性のたんぱく質などの栄養成分が含まれており、そのままドリンクとして飲んだり、お料理にもお使いいただけます。</p>
<p>「小岩井 生乳（なまにゅう）100%ヨーグルト」の組織が、“とろり”としている時と、とてもゆるく感じられる時があります。なぜでしょう？</p>	<p>原材料の生乳の季節変動による影響が考えられます。</p> <p>「小岩井 生乳（なまにゅう）100%ヨーグルト」は商品名のとおり“生乳”のみが原材料です。生乳の成分は乳牛の個体差や飼養環境はもとより、年間でも季節によって変動します。一般的に冬は乳固形分（乳脂肪分と無脂乳固形分）の数値が高く、初夏から初秋にかけては低くなる傾向があります。</p> <p>このような乳固形分の季節変動がヨーグルトにも影響し、冬は“とろり”としてクリーミーに、夏はとろみの少ない状態になることが多くなります。</p> <p>また、ヨーグルトは乳酸菌を加えてつくる発酵食品なので、乳酸菌の活性度合や発酵させる温度・時間などにより組織や風味が微妙に変わるという大変デリケートな一面をもっています。</p>
<p>自家製ヨーグルトをつくりたいと思います。「小岩井 生乳（なまにゅう）100%ヨーグルト」や、「小岩井 生乳だけで作った脂肪0（ゼロ）ヨーグルト」を種菌として用いることはできますか？</p>	<p>「小岩井 生乳（なまにゅう）100%ヨーグルト」、「小岩井 生乳だけで作った脂肪0（ゼロ）ヨーグルト」は独自の“長時間前発酵製法”により大きなタンクの中で半日以上かけてじっくり発酵させてつくられています。当商品を種菌に用いてもご家庭では同じ製造環境にならないため、ヨーグルトメーカーやポットなどを利用してつくることは、かなり難しいと言えます。</p> <p>また、使用する容器などの殺菌が不十分ですと雑菌が繁殖してしまうため、衛生管理の観点からも当社としてはおすすめできません。</p> <p>※「小岩井 プレミアムクリームヨーグルトグルメファン」、「小岩井 iMUSE（イミューズ）生乳（なまにゅう）ヨーグルト」、「小岩井 iMUSE（イミューズ）ドリンクヨーグルト」も同様に、種菌として用いることは難しいと言えます。</p>



ヨーグルト

よくあるご質問	回答
「小岩井 生乳（なまにゅう）100%ヨーグルト」に使われている「生乳（せいにゅう）」は殺菌されていますか？妊婦が食べても大丈夫ですか？	安心して召し上がりください。 製造工程において加熱殺菌しております。 商品名の“なまにゅう”は、原材料が生乳“せいにゅう”のみであることから、自然、しぼりたての風味をイメージして名付けました。
「小岩井 生乳（なまにゅう）100%ヨーグルト」、「小岩井 生乳だけで作った脂肪0（ゼロ）ヨーグルト」は、離乳食として使えますか？	乳アレルギーのお子さまでなければ、離乳食開始時期からご利用いただけます。 ただし、初めて与えるときには、ひとさじから始め、以降はお子さまの様子を見ながら量を加減してください。
「小岩井 iMUSE（イミューズ）生乳ヨーグルト」、「小岩井 iMUSE（イミューズ）ドリンクヨーグルト」は、子供に食べさせて（飲ませて）もよいですか？	乳アレルギーのお子さまでなければ、召し上がれます。 なお、当商品にはお砂糖が入っておりますので、お子さまの成長や離乳の進行度合いをみてご判断いただくことをおすすめいたします。
「小岩井 生乳（なまにゅう）100%ヨーグルト」の容器に、“1日100gを目安にお召し上がりください。”と記載されています。1日に100g以上食べてはいけませんか？	体調や1日のお食事の栄養バランスをお考えの上であれば、お好みにより100g以上召し上がっても問題ございません。 “1日100gを目安に～”と記載しているのは、特定保健用食品として消費者庁へ許可申請をした際に提示したデータである“乳酸菌の整腸作用を検証した適当量”によるものです。
ヨーグルトをドリップ（水切り）した時に下に溜まった水分にも栄養が含まれているのでしょうか？用途はありませんか？	ドリップ（水切り）した際に溜まる水分（ホエイ）には、水溶性たんぱく質、ミネラル、ビタミンなどの栄養が含まれています。 お好み焼きやパンケーキの生地に少量加えるとふっくら焼き上がります。また、カレーやビーフシチューなどをつくる際、水の代わりに用いるとお肉がやわらかく仕上がりと、栄養豊富にもなります。
ヨーグルトは1日にどのくらい食べたらいですか？また、いつ食べたらい効果的ですか？	ヨーグルトは食品ですので、食べる時間帯や量の指定はありません。 1日のお食事の栄養バランスをお考えの上で、お好きな時にお好きな量を召し上がってください。 なお、乳酸菌は胃酸に弱いので、空腹時より食後に摂取した方が生きて腸へ届く確率が高まるといわれています。 ※特定保健用食品の「小岩井 生乳（なまにゅう）100%ヨーグルト」は1日100gを摂取することで整腸作用が確認されています。
ヨーグルトを温めて食べても、乳酸菌に影響はありませんか？	人肌程度（40℃）までなら、温めても乳酸菌が死滅せずに召し上がれます。 なお、乳酸菌は、温めすぎでしまったり加熱調理により死滅した場合でも、腸内環境を整える働きがあるといわれております。 電子レンジ等で温める場合は、耐熱容器に移してください。
大容量のヨーグルトが三角形の容器に入っているのは何か理由があるのですか？	容器が三角形なのは、ヨーグルトの組織がやわらかいため、デザート皿などにとり分ける際、角の部分を利用して注ぎやすくするためです。 なめらかさを生かし、そのまま注げる形状を追求した結果、現在の三角形の容器が誕生しました。 角の部分は、残ったヨーグルトをかき出しやすいよう、スプーンの先の形に合わせて角度を調整しています。 また、女性など手の小さな方でも持ちやすいことを考慮して設計されています。
「小岩井 生乳（なまにゅう）100%ヨーグルト」は、特定保健用食品ですが、「小岩井 生乳だけで作った脂肪0（ゼロ）ヨーグルト」は、特定保健用食品ではないのですか？	1984年（昭和59年）に発売した「小岩井 生乳（なまにゅう）100%ヨーグルト」は、2004年（平成16年）に特定保健用食品の申請をして許可を受けました。 一方、「小岩井 生乳だけで作った脂肪0（ゼロ）ヨーグルト」は、2015年（平成27年）に発売し、リニューアルを重ねて現在に至っています。 さらに良い商品にするための研究開発を優先していますので、現在のところ特定保健用食品の許可申請をする予定はございません。 なお、「小岩井 生乳だけで作った脂肪0（ゼロ）ヨーグルト」に使用している乳酸菌の種類は、「小岩井 生乳（なまにゅう）100%ヨーグルト」と同じです。
「小岩井 生乳だけで作った脂肪0（ゼロ）ヨーグルト」は、「小岩井 生乳（なまにゅう）100%ヨーグルト」と比較すると、たんぱく質や炭水化物、カルシウムの数値が高いのはなぜですか？	「小岩井 生乳だけで作った脂肪0（ゼロ）ヨーグルト」は、脂肪を取り除いた生乳を濃縮して作っているため、「小岩井 生乳（なまにゅう）100%ヨーグルト」よりもたんぱく質や炭水化物、カルシウムの数値が若干高めになっております。
「小岩井 生乳（なまにゅう）100%ヨーグルト」と、「小岩井 生乳だけで作った脂肪0（ゼロ）ヨーグルト」の違いは何ですか？	脂肪分の違いです。原材料に生乳を使用している点や乳酸菌の種類などは同じです。 乳本来の味わいを楽しみたい方には「小岩井 生乳（なまにゅう）100%ヨーグルト」を、脂肪が気になる方には「小岩井 生乳だけで作った脂肪0（ゼロ）ヨーグルト」をおすすめいたします。
「小岩井 生乳（なまにゅう）100%ヨーグルト」には、なぜ生乳に「なまにゅう」とふりがなをふっているのですか？「せいにゅう」と読むのではないのですか？	「小岩井 生乳（なまにゅう）100%ヨーグルト」という商品名は、原材料に生乳を使用していることから、自然、しぼりたての風味をイメージして名付けられました。 そのため、商品名に「なまにゅう」とふりがなをふっています。 なお、原材料の生乳は「せいにゅう」と読みます。
ヨーグルトの栄養について教えてください。	ヨーグルトは牛乳などを乳酸菌で発酵させたもので、牛乳の栄養に加えて乳酸菌の働きにより次のような効果があります。 【たんぱく質】 乳酸発酵によりたんぱく質の一部が分解されているため、体内で吸収されやすくなっています。 【糖質】 糖質の乳糖は、乳酸菌の作用で2～3割は分解されており、残りの乳糖も乳酸菌が出す酵素により体内で分解されるので、牛乳を飲むとおなかゴロゴロする人にも安心です。 【カルシウム】 牛乳と同じく豊富に含まれ、しかも乳酸と結びついて乳酸カルシウムとなり、体内で吸収されやすくなっています。

ヨーグルト

よくあるご質問	回答
ヨーグルトは毎日続けて食べた方が良いですか？	毎日食べ続けることをおすすめします。 ヨーグルトのビフィズス菌や乳酸菌の働きにより腸内の善玉菌は増え、悪玉菌が増えにくい腸内環境がつくられます。 その働きを維持するためにも、少量ずつでも毎日の食事にとり入れた方が良いと言えます。