



えごまの油が出来上がるまで



	イメージ	作業手順
START		ボウルとふるいにえごまを入れる。
↓		えごまをふるいにかけて大きなゴミを取り除く。 (浅間山がよく見えます)
↓		ふるいにかかった大きなゴミ(この作業をしないと選別機にこのゴミが挟まり故障の原因となります)ある程度の大きなゴミはえごまを持ち込んだお客様に取り除くようお願いしております。
↓		ふるいにて大きなゴミを取り除いたえごまを選別機に入れる。
↓		選別機にかけられたえごまは良品〇と
↓		異物A(細かいゴミ)×
↓		異物B(細かいゴミ)×にわけられる。
↗		選別機にかけたえごまの良品を搾油機にセットした濾布、濾紙の中に入れる。

	イメージ	作業手順
↓		濾布、濾紙をたたみ…
↓		蓋をして準備完了。
↓		搾油機にあるレバー加圧の位置まで回す。
↓		搾油機の操作盤。
↓		電源スイッチを入れ搾油開始。
↓		加圧されてえごまが油になって出てきます。
↓		搾って出てきた油(大体平均えごま1kgで300mlの油が抽出出来ます)
↗		簡易油脂検査キットを使い、えごまの油が酸化していないかを確認(油が酸化していたらその油は使えません)

	イメージ	作業手順
↓		えごま油を入れる瓶を沸騰した湯に入れ煮沸消毒します。
↓		煮沸消毒が終わったら瓶を乾燥させ水分を取り除きます。
↓		抽出された油を充填器に入れる。
↓		充填器の下に瓶をセットする。
↓		つまみを開け、瓶にえごま油を入れます。
↓		容器用打栓器にキャップと瓶をセット。
↓		打栓器で瓶に栓をする。
完成		えごま油の出来上がり。

・えごまの油にはα-リノレン酸が多く含まれているのですがこのα-リノレン酸は人間の体内でつくることが出来ないため、食物からとる必要があり、体の組織が正常に機能する上で欠かせないため必須脂肪酸と呼ばれています。
このα-リノレン酸の効用として血流の改善、動脈硬化の予防、ガンの発症を抑える、血圧の上昇を抑える、アレルギー体質の改善、血栓型老人性痴呆症の予防、記憶、学習能力の向上、精神状態の安定化、視力回復効果など数多くの効用があるといわれています。
一方酸化にとっても弱く酸化してしまうと動脈硬化や認知症の原因となるといわれている為酸化には十分に気を付けなければならない。

・えごま油は買うと高価な物ですが割と栽培しやすく選別、搾油する機械が孺恋村にはあるのでどんどん利用し孺恋村にえごまの文化が広まればと思っております。

作業者	西原 公	所属課	農林振興課	作業場所	農産物等直売所あさまのいぶき
-----	------	-----	-------	------	----------------