東京坂城会メールマガジン　　2026 年 7 月号

坂城町の情報



・坂城町のお祭り　「第 49 回坂城どんどん」が 8 月 1 日（土）に坂城駅前、横町・立町通りで開催されます。当日は、ビアガーデン・模擬店、車両開放・工作、太鼓演奏、神輿練り歩き、おどり渡し等,様々な催しが予定されています。

なお、坂城町葡萄酒祭りとバラ祭りは、例年 5 月ごろ盛大に開催されています。

・青少年のひろば　坂城町では、青少年の健全育成を図る「坂城町青少年を育む町民会議」が組織され、「教育部会」「育成部会」「環境部会」の 3 つの部会が設けられ、各部会が様々な活動を行っています。

東京坂城会からのお知らせ

・理事会の開催　去る 6 月 10 日（水）に御徒町の（株）デイリーフーズ会議室にて東京坂城会理事会を開催し、①東京坂城会通信について②第 31 回東京坂城会総会・懇親会について③つけば会のスケジュールについて④会員の増加策について検討しました。東京坂城会通信は 9 月 11 日に発送予定です。なお、総会・懇親会のご案内は坂城通信でお知らせしますが、10 月 10 日（土）JR 四ツ谷駅前の「主婦会館プラザエフ」で 11 時 30 分開催（受付開始 11 時）です。ぜひご出席ください。

連載　食べ物よもやま話（7）　　口溶けの謎と魅力

食べ物の好き嫌いは人さまざまで、その食材や食品や理由も実にさまざまです。しかし、子供の頃の体験や見た目や思い込みなどから、いわゆる食わず嫌いのものも結構含まれているように思います。その傾向は、女性に比べ男性の方が圧倒的に多い気がします。また、食べものに関するこだわりも男性の方が強いように思います。一般的に男性は、食べものに対し、女性に比べチャレンジ精神と順応性にかけるきらいがあるようです。事実、諸外国の料理や目新しい食材や食品に抵抗なく順応する人の多くは女性ですから、食の多様化や流行の担い手は女性にあるといっても過言ではないようです。ところで、人種を問わず、男女を問わず子供から大人まで、ほとんどの人が好むスイーツといえばアイスクリームではないでしょうか。そこで今回は、この季節日本でも消費量が急増するアイスクリームの口どけの良さと氷菓との冷たさの違いに関する話です。





アイスクリームは、乳等命令[1)]では、成分含量の違いによりアイスクリーム（乳固形分 15%以上、乳脂肪分 8%以上）、アイスミルク（乳固形分 10%以上、乳脂肪分 3%以上）、ラクトアイス（乳固形分 3%以上）と規定されています。乳固形分が 3%以下で、シャーベットやかき氷のような製品は、氷菓として分類されています。なお、乳固形分とは、乳脂肪分と無脂肪固形分を合わせた値です。無脂肪固形分は、牛乳から水分と脂肪分を除いたものの総称で、脱脂粉乳などがそれにあたります。アイスクリームの主原料は、牛乳、乳製品（クリーム、バター、練乳、粉乳など）、糖類、フレーバー（バニラ、チョコレート、ストロベリー、抹茶など各種）です。その他の原料や添加物として、植物油脂、安定剤、乳化剤、香料、着色料などが適

宜使われています。アイスクリームのおいしさの大きな魅力は、同じ温度の氷（氷菓）に比べ、口に入れたとき、強い冷たさを感じさせず、口溶けが良いことです。それは、原料と製造法に関係します。

そこで、その工程を簡単に説明します。まず、上述のアイスクリームの原料を加熱しながら溶かします。これをミックスといいます。このミックスを、ろ過、均質化、殺菌、冷却、エージング[2)]を行った後、最も重要なフリージングを行います。フリージングとは、低温（－3℃～－6℃）で、ミックスを撹拌しながら空気を入れつつ急激に凍結させることです。

空気を入れることによりミックスの容積が増加しますが、この増加割合をオーバーランといいパーセント（%）で表します。例えば、空気とミックスが同量（１：１）ならば、オーバーラン 100%といいます。オーバーランが高い値（空気量が多い）程、軽い感じの味わいになり、その値が低い程、重みのあるしっかりとした味わいとなります。したがって、オーバーランの値はアイスクリームの特徴を決める重要な指標で、フリージングでは、このオーバーランを適切に調節して行います。フリージングによるミックスの重要な変化は、①水分が凍結して氷の結晶ができる②混入した空気が気泡になる③脂肪球やタンパク質が細かく均一に分散する、の３つです。つまり、アイスクリームの組織は、氷の結晶と気泡と脂肪球やタンパク質が、バランスよく均一に分散しています。その結果、氷に比べ氷結した部分が少ないことと脂肪球や気泡が熱を伝えにくいため、氷のように冷たく感じないのです。また、口当たりの滑らかさの理由もそこにあります。フリージングの後、容器に詰めて、－20℃以下に急速凍結させます（硬化という）。この操作により、氷の結晶が大きくなったりしてアイスクリームの組織が悪化するのを防いでいます。製品は、通常－25℃～－30℃で保管され、店頭では－20℃前後で販売されています。



ところで、口溶けの良さと滑らかさが特徴といえば、ソフトクリームはアイスクリームを上回る存在と思います。目の前で作り手渡される楽しさや出来立てのフレッシュ感も、アイスクリームにはない魅力です。コーンカップに円錐状に渦を巻くように積みあげられた形も、なんともおいしさを誘います。戸外で、手軽に手に持ち、先端から舐め始める時の食感は格別のおいしさです。ソフトクリームとアイスクリームの違いは、原料やフリージング法が若干異なるのはもちろんですが、最も大きな違いは、温度の差です。アイスクリームは、上述のように－20℃前後で購入し口にします。一方、ソフトクリームは、専用のフリーザーで－5℃～－7℃ぐらいでフリージングをした後、すぐに口にします。この温度の違いが、ソフトクリームの柔らかな口溶けの良さの主たる要因です。本質的には、アイスクリームとソフトクリームは同じものですから、簡単にいえば、ソフトクリームは、フリージングの後、凍結処理をしないアイスクリームともいえます。（中西）



１）乳及び乳製品の成分規格等に関する厚生労働省令

２）低温で貯蔵しミックス中の脂肪を固形化し、粘度を上げ組織を滑らかにするとともに保形性の向上を図る操作。最近は安定剤や製造機械の進歩により省略されることも多い。

編集後記

地球温暖化の影響か、近年の異常気象の連続に辟易ですね。今年も猛暑、酷暑のようです。熱中症に気をつけ適切な水分補給を忘れずに頑張りましょう。