

# シャチの骨のつくりかた



シャチ成獣の掘り出し。  
背骨、肋骨が出てきました。

キツネ、シカ、アザラシ…。博物館に並んでいるいろいろな動物の白い骨。あれは、どうやって作るか知っていますか？ 時間がかかるし、においも強烈。やつかいな作業なのです。

3月初め、石狩浜に5年間も埋めていた2頭のシャチの死体を掘り出しました。平成17年2月に知床の羅臼町で流水に閉じ込められて死んだ群れの一部で、体長6mのメス成獣と体長2.7mのオス幼獣です。当時、現地で解剖調査を行った後、死体を譲り受けた北海道開拓記念館が、骨格標本にするために石狩まで運んできました。

動物の死体から軟組織（いわゆる“肉”）を取り除いて骨だけにするには、いくつかのやり方があります。正統な方法は、タンパク質分解酵素（家庭用洗剤にも含まれる

成分）に漬けて肉を分解する方法や、乾いた動植物を食べるカツオブシムシという昆虫に骨以外を食べさせてしまう方法などです。ただこれらは、液温管理や換気が必要だつたり、虫を密封しないといけなかつたり（博物館内で逃げられると乾燥標本や布などを食べられてしまう！）など、設備が整つていないと危険です。

手軽な方法は「煮る」。できるだけ肉をそぎ落としたら、後は鍋に入れてグツグツと湯で煮てしまいまます。何時間も煮込んで肉が軟らかくなつたところを、ピッセンセットなどで丁寧に取り除いていきます。しかし砂丘の風資料館の標本は、ほとんどこうやって作っています。

5年ぶりに再会した2頭のシャチ。すっかりきれいな骨になつていて、成獣は開拓記念館へ、幼獣は砂丘の風資料館へと引き取られました。

しかし骨格標本の完成はまだまだ先。洗浄や漂白処理、骨の並びの決定…。最終的には骨格の組み立ても残されています。そんな作業を手伝ってくれる「骨ボランティア」やつてみませんか？

（志賀健司）

シャチ（幼獣）の骨は、掘り出したままの姿で、発掘風景のパネルとともに4月29日（木・祝）より資料館で展示します！

詳しくは24ページの「いしかり砂丘の風資料館」の欄をご覧ください。

るのを待つのです。今回のシャチも、この方法です。

埋める場所が土だと骨に色がついてしまふため、そ



2005年冬、解剖後のシャチを砂の中に埋めました。

■文化財課・いしかり砂丘の風資料館  
☎62-3711 ☐bunkazaih@city.ishikari.hokkaido.jp



私たち管理栄養士は、健診時の栄養相談や「チャレンジダイエット講座」、「離乳食教室」、「男の料理教室」などを通じて、健康な生活を送っていただくための栄養知識の普及に努めています！



第5回

管理栄養士  
青ちゃん黒ちゃんの

健康食生活エッセー

# 野菜を食べれば体が喜ぶ



なぜ、私たちはここまでしつこく皆さんに野菜を食べることをお勧めするのか・・・。今回はそれについてぜひお話ししたいと思います！

まず、野菜には生活習慣病予防に欠かせないビタミン・ミネラル、食物繊維が多く含まれています。ビタミン・ミネラルにはいろいろな種類があって、主に糖質、脂質、たんぱく質の代謝をスムーズにしたり、血管や粘膜、皮膚、骨などの健康を保ち、新陳代謝を促す働きをしています。

食物繊維は便秘の予防・解消、食べ過ぎ防止、血糖値の上昇を緩やかにし、コレステロールや糖質の腸内からの吸収を妨げ、血清コレステロールや血糖値の上昇を抑える働きをしています。どちらも体にはなくてはならない栄養ですね。

また最近では、ポリフェノールなどのフイトケミカルも話題です。フイトケミカルの多くは、野菜や果物の色素や香り、辛味成分に含まれていて、強力な抗酸化作用があります。水に溶けやすく、体にも吸収されやすいですが、即効性があつても持続しないのが特徴です。抗酸化作用を期待するなら毎食、野菜を食べることをお勧めします！

食べ過ぎ防止、血糖値の上昇を緩やかにし、コレステロールや糖質の腸内からの吸収を妨げ、血清コレステロールや血糖値の上昇を抑える働きをしています。どちらも体にはなくてはならない栄養ですね。

5月になれば、「JAいしかりの「いしかり地物市場」」をはじめ、いろいろなところで地元のおいしい野菜が並びます。それらの新鮮な野菜をもりもり食べて、どうぞ充実した毎日を送ってください！次号では、野菜をどのくらい食べたらよいか具体的にお知らせします。

(青山真希)

※1 ポリフェノールには、アントシアニン、カテキン、イソフラボン、ルチン、カカオマスなどがある  
※2 フイトケミカル（機能性成分）には、ポリフェノールやカロテン類、β-グルカンなどがある  
※3 老化などの原因になる活性酸素を抑える働きのこと

なぜ、私たちはここまでしつこく皆さんに野菜を食べることをお勧めするのか・・・。今回はそれについてぜひお話ししたいと思います！

まず、野菜には生活習慣病予防に欠かせないビタミン・ミネラル、食物繊維が多く含まれています。ビタミン・ミネラルにはいろいろな種類があって、主に糖質、脂質、たんぱく質の代謝をスムーズにしたり、血管や粘膜、皮膚、骨などの健康を保ち、新陳代謝を促す働きをしています。

食物繊維は便秘の予防・解消、食べ過ぎ防止、血糖値の上昇を緩やかにし、コレステロールや糖質の腸内からの吸収を妨げ、血清コレステロールや血糖値の上昇を抑える働きをしています。どちらも体にはなくてはならない栄養ですね。

5月になれば、「JAいしかりの「いしかり地物市場」」をはじめ、いろいろなところで地元のおいしい野菜が並びます。それらの新鮮な野菜をもりもり食べて、どうぞ充実した毎日を送ってください！次号では、野菜をどのくらい食べたらよいか具体的にお知らせします。

## 成人健康相談

生活習慣病、メタボリック症候群の予防・改善、女性特有の更年期障害など健康に関する相談に保健師・栄養士が応じます。※個室希望者は申込時に応相談

日時 5月26日(水)13:30~15:00 場所 りんくる  
持ち物 お持ちの方は健康手帳、健診受診者は健診結果票も  
申込締切 5月25日(火)  
申込・問合せ 保健推進課 ☎72-3124

野菜を毎日食べる人の割合 72.2%

男性 64.0% 女性 77.3%

「健康いしかり21」(平成19年度中間評価)より