

# トラスト情報誌

## 今回の繁盛店様 小麦工房 パナシェ 様



今回ご紹介させていただきますお客様は福岡県糟屋郡志免町の小麦工房パナシェ様です。  
オーナー様がオープン以来、地域のお客様に密着したお店作りを心掛けておられます。  
パンの種類もとても豊富でお子様向けのかわいらしいキャラクターパンから大人の方も楽しんで頂ける  
ハード系のパンまで色々なメニューがございます。特に志免町認定ブランドの「志免ロン」は大人気です。  
また、味市春香なごみの鮭明太を使用した「鮭明太ふらんす」は見た目も味も間違いない商品と  
なっております。テラス席や駐車場も完備しておりますので是非、お立寄り下さい。

今回の繁盛店様 小麦工房 パナシェ 様



★大人気!!中が真っ黒のチョコチップ入り★  
福岡県志免町認定ブランドの「志免(シメ)ロン」  
税抜¥180-



「ふんわり口生ドーナツ」  
税抜¥250-



「なかよしコロネ」  
税抜¥160-

博多名物  
なまの鮭明太と  
パナシェのフランスパンが  
FM福岡の「奇跡の出会い」  
CM中

鮭明太  
3月5日より冷凍ケースにて  
販売開始

博多の「味市春香なごみ」と  
「小麦工房パナシェ」との  
コラボレーション商品!  
味市春香の鮭明太を  
使用した「鮭明太ふらんす」

FM福岡でCM中



小麦工房 パナシェ  
〒811-2208 福岡県糟屋郡志免町吉原94-1  
TEL:092-692-6565  
営業時間/8:00~18:00  
定休日/月曜日(祝日の場合、翌平日店休日)

<https://www.k-panache.com/>  
panache\_fukuoka

# ご当地パン紹介



日本各地には、その土地でしか買う事の出来ないローカルなパンが存在します。地元ではお馴染みの商品も、実は他県では珍しい物だったり…なんてこともあるようです。今回は、北から南まで6県のご当地パンを集めてみました。地元の食材との意外な組み合わせにより、新しいご当地パンのアイデアに繋がるかもしれません。

## 北海道 「ちくわパン」



¥170前後

ちくわの穴にツナマヨサラダを詰め、パン生地で包んで焼いた冷めても美味しいパン。お客様のリクエストから生まれた惣菜パン。

## 山形県 「ベタチョコ」



¥160前後

開いたコッペパンに、バタークリームとチョコレートが溢れるほど塗られているカラフルなパン。ブルーハワイなどの季節限定の変わり種も人気。

## 富山県 「昆布パン」



¥160円前後

三角形の米粉パンに、刻んだ昆布がたっぷり練りこまれている栄養たっぷりのもちもちパン。姉妹品には昆布アンパンや梅パンも。

## 大阪府 「サンミー」



¥100前後

デニッシュパンの中に「クリーム」をサンドし、「ケーキ生地」をかぶせて焼き、表面に「チョコ」で線描きされた「三味」を楽しめるパン。イチゴや抹茶の限定「ヨンミー」もある。

## 福岡県 「マンハッタン」



¥100前後

食べ応えのある少し硬めのサクサクねじりーナツに、チョコレートイングがかかった食感の楽しい商品。当時の担当さんが米マンハッタンで見つけたドーナツを参考に考案。

## 沖縄県 「ゼブラパン」



¥200前後

黒糖ペーストを織り込んだ生地粒入りピーナツクリームをサンドしたボリュームたっぷりのパン。パンの断面がシマウマの模様に見える事からついた名前。

## よく聞く「カフェイン」が体に与える影響って？

お仕事、運転、勉強と集中したいと思ったときに、はたまた、朝食にパンと併せて~、と日常的に飲まれているコーヒー。コーヒーには、カフェインという成分も含まれています。他にもカフェインを含んだ飲料はいくつかあります。中でもコーヒーやエナジードリンクは比較的にカフェインの量が多かったりします。

カフェインには、摂取することで眠気が消えたり、より集中出来るということがあります。ですが、慢性的に摂取すると依存することもあり、注意は必要です。



個人差がありますが、効き始めは15分から1時間ほど、効果は4時間程度持続し、8時間ほどで体内から半減するといわれています。

摂取するときに気を付けたいことは、過剰摂取にはならないよう、自分に合った量で摂るということです。摂り過ぎると起こすことのある健康被害について、厚生労働省のホームページに記載されている、カフェインに関してのQ&Aの一部を掲載させていただきます。

「Q.1 清涼飲料水など食品に含まれるカフェインを過剰に摂取することは健康に問題があるのでしょうか。」

「A.1 カフェインを過剰に摂取した場合には、中枢神経系の刺激によるめまい、心拍数の増加、興奮、不安、震え、不眠症、下痢、吐き気等の健康被害をもたらすことがあります。」

「Q.2 カフェインはどのような食品にどのくらい含まれているのでしょうか。また、健康被害を予防するために注意すべきことはありますか。」

「A.2 カフェインは、コーヒー、紅茶、緑茶などの日常的に摂取する食品に含まれています。また、コーラなどの清涼飲料水にもカフェインが含まれています。特に、カフェインを多く添加した、いわゆるエナジードリンクなどでは、コーヒー、紅茶、緑茶などより多くのカフェインを含む製品もあります。」

(参考)  
食品中のカフェイン濃度

食品名	カフェイン濃度	備考
カフェインを多く添加した清涼飲料水	32~300 mg/100 mL	製品によって、カフェイン濃度、内容量が異なる。
インスタントコーヒー (顆粒製品)	1杯当たり80 mg	2 g使用した場合
コーヒー(湯出液)	60 mg/100 mL	湯出法: コーヒー粉末10 g 熱湯150 mL
紅茶(湯出液)	30 mg/100 mL	湯出法: 茶5 g 熱湯360 mL、1.5~4分
せん茶(湯出液)	20 mg/100 mL	湯出法: 茶10 g 90°C 430 mL、1分
ほうじ茶(湯出液)	20 mg/100 mL	湯出法: 茶15 g 90°C 650 mL、0.5分
ウーロン茶(湯出液)	20 mg/100 mL	湯出法: 茶15 g 90°C 650 mL、0.5分
玄米茶(湯出液)	10 mg/100 mL	湯出法: 茶15 g 90°C 650 mL、0.5分

厚生労働省のホームページより引用

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000170477.html>

カフェインには、利尿作用があるため体内の老廃物の排出を促進させる効果があるそうです。ですが、脱水も起きやすいので、口の渇きなどを感じたらカフェインの含まない別の水分を摂るのがいいかもしれませんね！それと、コーヒー自体にはさまざまな健康効果が期待されているそうです。例えば血液をサラサラにする成分だったりあるそうです。

日常で頼りになるカフェイン、うまく付き合っていきたいところです。