

# 乳酸菌

## ☆乳酸菌とは

糖類を発酵して、乳酸を産生する細菌の総称です。

農産物や食品のほか、ヒトや動物の腸管、口腔、膣などの体内など、ヒト及び自然界に広く生息しています。

## ☆乳酸菌の特徴

- ・ホモ型乳酸菌・・・乳酸のみを最終産物として作り出す
- ・ヘテロ型乳酸菌・・・乳酸以外にアルコールや酢酸などを生成

また、細菌の形は球状の球菌と桿状の桿菌があります。



かんきん  
桿菌



きゅうきん  
球菌

## ☆乳酸菌と食品

さまざまな発酵食品の製造に用いられている乳酸菌ですが、**時として有益細菌であり、時として有害細菌となる二面性を有しています。**

有益細菌として・・・

発酵食品(漬物やキムチ、馴れ寿司)

乳製品(ヨーグルトやチーズ)

医薬品・特定保健用食品  
・・・など

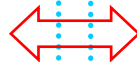
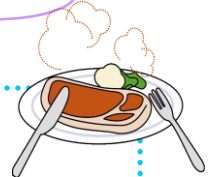


有害細菌として・・・

食品の腐敗

変色や退色

品質劣化の指標



## ☆食品衛生法の成分規格は？

食品衛生法の成分規格・基準には、以下のようなものがあります。

はっ酵乳 : 乳酸菌または酵母数1千万( $10^7$ )/ml以上

乳酸菌飲料: 無脂乳固形成分3%以上のもの・・・乳酸菌または酵母数1千万( $10^7$ )/ml以上

無脂乳固形成分3%未満のもの・・・乳酸菌または酵母数100万( $10^6$ )/ml以上