

## 硬水・軟水について

水中にミネラルが適量含まれると味がよいといわれます。

ミネラルとは、通常カルシウムやマグネシウムを指し、この量を表すのが硬度です。

硬度が高すぎる水を飲むと口に残るような味や渋い味がし、下痢を起こすこともあります。また、石けんの泡立ちが悪くなり、ボイラーや湯沸かし器にスケールが生じることもあります。

硬度が低すぎる水は、淡泊でコクのない味がします。

軟水は、和風料理に適しているといわれ、昆布のうまみ成分を引き出す効果があります。硬水は、洋風料理に適しているといわれ、肉の臭みを和らげ煮くずれを防ぐ効果があります。

おいしい水には硬度成分が必要であり、水質管理目標設定項目でも10～100mg/Lを目標値と定めています。

硬水と軟水のWHO飲料水ガイドラインによる区分

区 分	総 硬 度 の 値
軟 水	0 ～ 60 mg / L
中程度の軟水	60 ～ 120 mg / L
硬 水	120 ～ 180 mg / L
非常な硬水	180 mg / L以上

$$\text{総硬度 (mg/L)} = \underbrace{\text{カルシウム量 (mg/L)} \times 2.497}_{\text{カルシウム硬度}} + \underbrace{\text{マグネシウム量 (mg/L)} \times 4.118}_{\text{マグネシウム硬度}}$$