

世田谷子どもを守る会・3周年イベント

「4年目のごはんのはなし」

堀 ともこ (世田谷子どもを守る会)






2011年の東電原発事故から3年が過ぎました。現在、私たちが口にしている食品はどのような状況になっているのでしょうか。今年6月、「世田谷子どもを守る会」の3周年イベントで行ったプレゼンテーションの内容をご紹介します。

日報ダイジェストってなに？

まずは、私の主な活動である「厚生労働省日報ダイジェスト」についてご説明します。厚生労働省では、全国の自治体を実施・報告した放射性物質の検査結果をPDF形式で集約したものを、これまでは週末と祝日を除く毎日、2014年5月からは1週間分をまとめて、インターネットに掲載しています。これらを元に検出情報を整理したものが「マダムトモコの日報ダイジェスト」です。ダイジェストでは日々の暮らしや給食食材などで身近な品目を中心にピックアップし、メールリストで無料配信しています。食についての考え方や事情は人それぞれなので、情報は「○検体中○件、○～○Bq/kg」など、相対的な検出状況を書き出したものにまとめのコメントを添える形式で発信し、情報を受け取る人が「個々に「自分のものさしを持ち、自分のベストを選ぶこと」ができるよう心がけています。配信は毎日読んでも苦にならないよう、時間が無ければまとめコメントの赤文字だけを拾い読みできるよう工夫しています。このスタイルに共感してくださる方が少しずつ増え、現在の配信登録者数は2000人を超えています。

さて、本題に入りましょう。2013年6月から2014年5月までの1年間の基準値超過品目トップ5は、見ての通りズラリと「山のもの、川のもの」です。野生キノコについては自治体により出荷制限がかけられているにも拘らず、地元の人が道の駅で販売していたケースもありました。地元直販の農産物は魅力的ですが、品目によっては注意が必要です。

基準値超過品目トップ5

-  **1位 野生鳥獣肉(イノシシ、鹿、クマ)**
-  **2位 野生キノコ(ショウゲンジ等)**
-  **3位 川魚(イワナ、ヤマメ等)**
-  **4位 山菜(コシアブラ、タラノメ)**
-  **5位 タケノコ**

2013年6月～2014年5月

コシアブラ

基準値超過品目 第4位の山菜「コシアブラ」は、東京ではあまり馴染みのない食材ですが、インターネットで調べてみたところ、どうやらタラノメのように木の新芽の部分を食べるものようです。基準値超過が報告された自治体は、長野・栃木・宮城・山形とあり、ここにはありませんが新潟でも1件報告がありました。長野県では軽井沢や長野市でも見つかっており、コシアブラに限っては私たちが想像するよりも更に広い範囲で基準値超過が見られます。その理由は、高濃度の重金属を蓄えるというこの植物の特殊性にあり、「ハイパーアキュムレーター (hyperaccumulator)」とも称されるそうです。山菜や野生キノコはとても美味しいものではありませんが、これらは「そういう性質のもの」として理解し、ほどほどに付き合っていくべきなのかもしれません。

野生のものは要注意！①

基準値超過のコシアブラ

長野県	8件
栃木県	2件
宮城県	1件
山形県	1件



▲「見た目はタラの芽と似ているね」

「広範囲で見つかっています」

野生のものは要注意！②



なんでこんなに高いの？

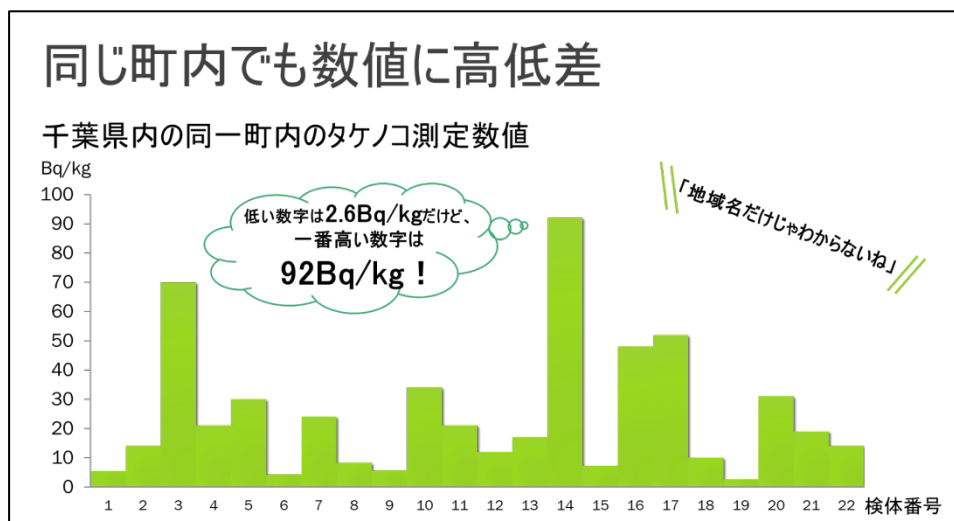
ハイパーアキュムレーター

→ コシアブラは山菜の中でも特に放射性物質を蓄えやすく、Hyperaccumulator(ハイパーアキュムレーター)と呼ばれます。

タケノコ

続いてはトップ5の5位にあったタケノコについてですが、こちらは最近の1年間で興味深い傾向が見えてきました。

資料は千葉県のある町内で採取された検体の数値を表したのですが、最も低いものは1kgあたり2.6ベクレルであるのに対し、高いものは1kgあたり92ベクレルと、非常に大きな差があります。原発事故から3年が経ち、放射性物質は雨や風によって次第に「溜まりやすい場所」へと移動していることが理由のようです。タケノコなど、農作物であっても山林のような環境で育つものに関しては、確実に「高台の辺りから採ってきた」など採取場所が分かる場合以外は、常にその地域の最大値を念頭に置く必要があるでしょう。いただきものをしたり、関東圏の品物を買ってきた場合には、その地域の測定値の幅を調べたり、または実際に測定してみることをお勧めします。



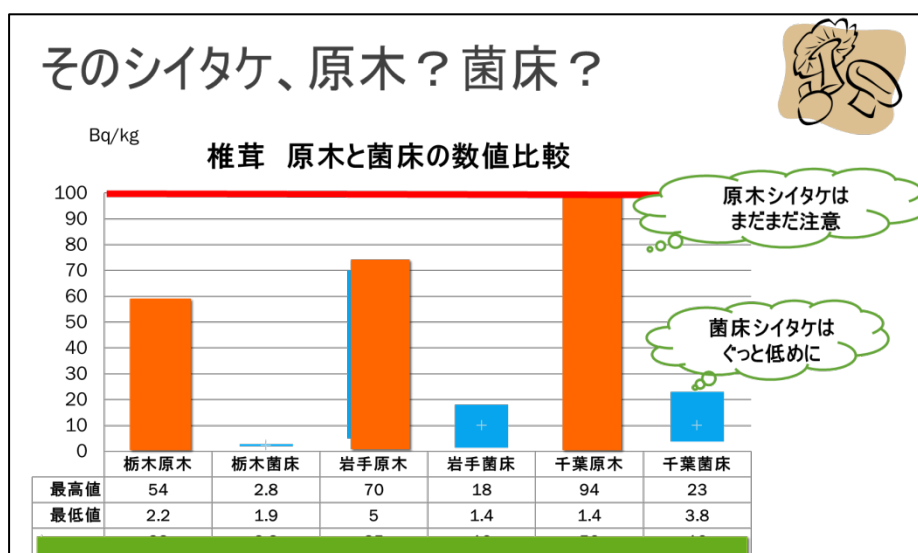
放射性物質は動く？



シイタケ

シイタケをはじめとする栽培キノコ類は主に、台木に直接種を植え付ける「原木栽培」と、おが粉や米ぬかを配合した床で育てる「菌床栽培」があります。昨年は原木・菌床・また産地の遠近に関係なく全般的に高い数値が見られましたが、この1年で菌床シイタケは20Bq/kgを超える例は殆ど見られず、落ち着いてきた印象です。しかしながら原木シイタケは今年4月にも流通品検査で基準値超過が見つかるなど、まだ注意が必要です。グラフは、特に多くの検体を報告している千葉・栃木・岩手3県のもので、十分なデータのお陰でこうした傾向を読み取ることができます。

その他のキノコ類では、菌床エノキ・シメジは数値が低く、マイタケ・エリンギ・ナメコは高めの数値が検出される傾向にあります。どうやらカリウムの含有量に関係しているようですが、「軸の細いものは数値低め、太いものは高め」と考えるとイメージしやすいかもしれません。



海の魚・川の魚

昨年はマダラ・スズキ・クロダイに基準値超過が続出しましたが、今年に入ってからのはどの魚も全体的に数値は低めです。しかし、時折ポンと高い数値が検出されることもあり、もはや個体ごとに測ってみなければわからない「ロシアブルーレット」のような状況です。また、淡水魚は基準値超過品目トップ3に入っており、引き続き注意が必要です。淡水魚は海水魚と違い、体内に取り込んだミネラルを排出する機構がないため、放射性物質を体に蓄積しやすいそうです。ワカサギなどの小魚は、茨城県沖で時々1Bq/kg前後の検出がみられるシラスと同様、骨や内臓ごと食べるものですので特に注意してください。

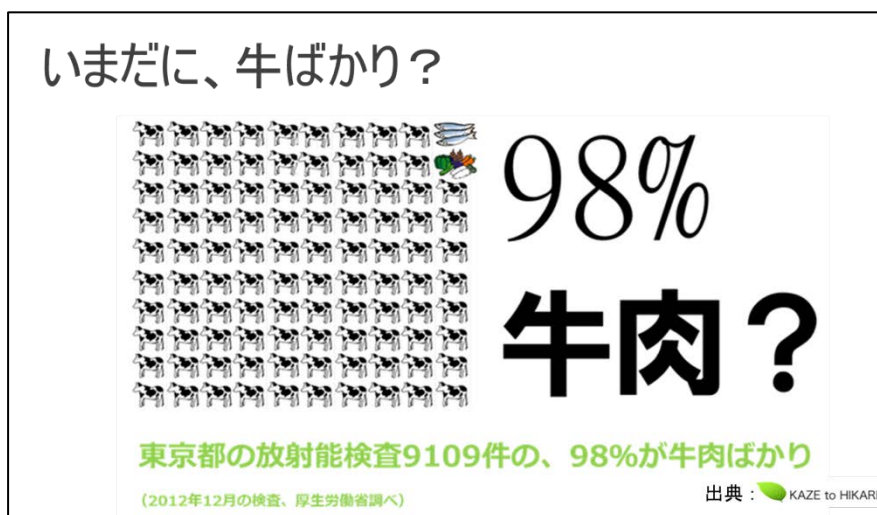
魚、どう選ぶ？

放射性物質はもちろんですが、実は魚には他にも気になる要素がたくさんあります。 養殖のノルウ

エーサーモンは10年ほど前に基準値を超えるダイオキシンの残留が見つかった事があり、現在でも「養殖サーモンは年に3切れ程度まで」という人が多くいます。また、一昨年には鹿児島県の養殖ブリから7.2Bq/kgの放射性物質が検出された例もありました。養殖は産地に関係なくエサや環境などにより、安全度が大きく左右されます。

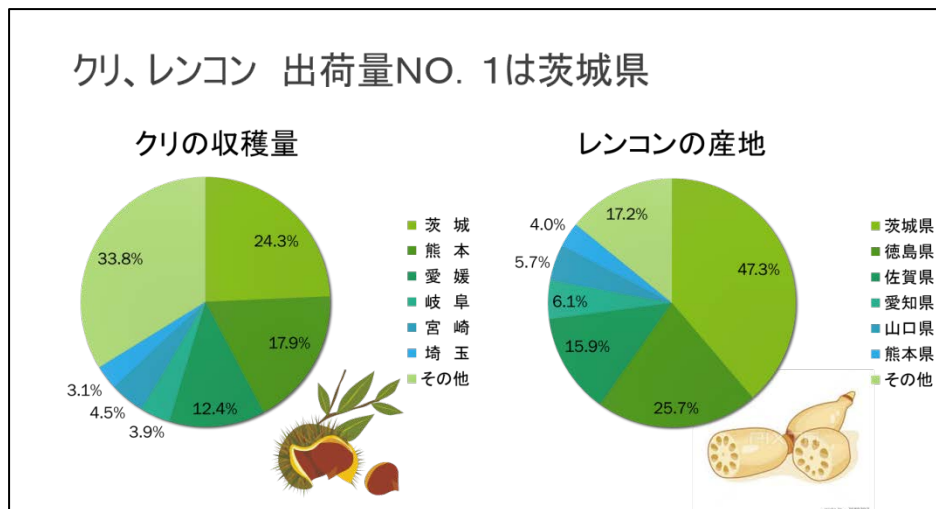
未だに、牛ばかり？

こちらは一昨年前の資料ですが、現在でも食品検査のおよそ8割は牛肉です。もちろん、牛肉の検査をたくさんしているということが悪いわけではありません。例えば「毎日700検体を測定して検出は1、2件(15Bq/kg前後)程度」という結果で安心感を覚える人もいるでしょう。しかし、問題なのは一昨年の、まだ食品汚染の全容が分からず混沌としていた時に東京都が行っていた流通品検査の98%が牛肉ばかりであったという事実です。当時、牛肉の代わりに検査の機会を得なかった食品がどれだけあったことかと思います。そしてこの割合は、全国的に見てもほぼ変わらないのです。こうしたことから「食品は流通前に厳しく検査されているから安全」という国の言い分には疑問を感じずにはられません。

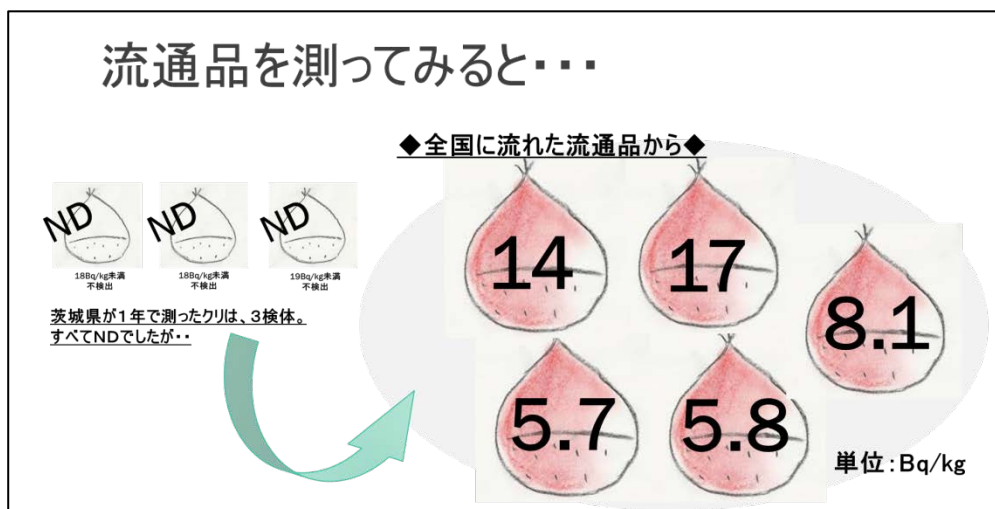


検査数の件でもう一点お話しすると、クリ・レンコンの出荷量全国1位は茨城県なのですが、関東圏では店頭には並ぶ品物の殆どが茨城県産で、季節の食材として給食にも登場します。ところが、クリを例に挙げますと、昨年茨城県が公式にサンプリングしたのはシーズン初めの3検体のみで、検出限界値18および19Bq/kgでの検査結果はいずれも「不検出」という発表でした。しかしその後全国に流通したものからは図のように検出が報告されています。確かに、国が基準値としている100Bq/kgを超えているわけではありませんが、こうした状況を見ていると、私には「寝た子は起こさず、敢えて測らず」と感じられるのです。これに似たアプローチをとる自治体は他にも幾つかあります。その一方で、岩手・千葉・栃木・静岡県などは誠実に「測り、そして知らせる」ということをしてくれています。一般に、隠されていると感じると安心感は遠のくものです。まじめに測り、知らせてくれるという安心感こそが消費者の信頼へとつながり、「選ぶ」ことへの第一歩となるのではないのでしょうか。

くり、レンコン 出荷量NO. 1は茨城県



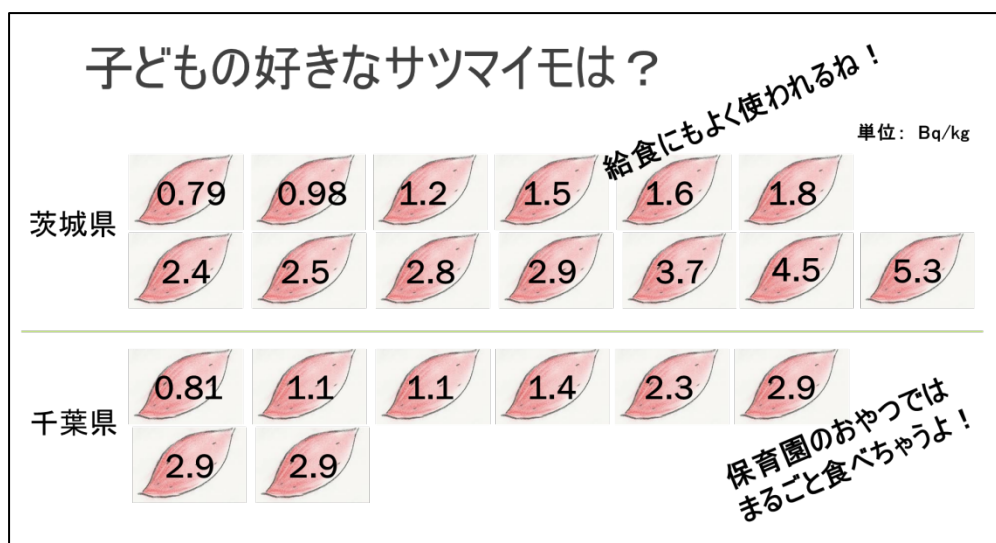
流通品を測ってみると・・・



サツマイモ

供給が安定したサツマイモは、素材としても扱いやすく給食にもよく登場します。そのためか、関東の主な産地である茨城県や千葉県の商品が数多く検査されています。

数値自体はさほど高いものではありませんが、やはりこれらの産地は測れば検出されることが多いです。



世田谷育ちってどうなの？

表は下北沢にある「CRMS せたがや」という市民測定所での今年の世田谷の農産物測定データです。葉物は小松菜3検体のうち1検体から0.3Bq/kg程度の微量の検出があった他は不検出でしたが、柑橘は1～2Bq/kgほどの検出が見られたものがありました。先のタケノコの例で説明したように、庭のものであるなら土地の高低をよく観察して、雨水などが溜まり易い場所に生えた木は気をつけたほうがいいかもしれません。

CRMSせたがや 世田谷の農産物測定結果一覧(2013年1月～2014年6月) 2014年6月11日現在

		採取日	測定日		採取地	Cs134	Cs137	測定時間	測定機器
17325	小松菜	2014/1/21	2014/1/24	東京都	世田谷区	ND (0.69)	ND (0.80)	10800	HpGe
17301	小松菜	2014/1/21	2014/1/21	東京都	世田谷区	ND (0.22)	0.33±0.08 (0.25)	57600	HpGe
17274	小松菜	2014/1/17	2014/1/21	東京都	世田谷区	ND (1.17)	ND (1.44)	6924	HpGe
17417	ゆず	2014/2/1	2014/2/7	東京都	世田谷区用賀	ND (1.43)	ND (1.60)	3600	HpGe
17416	みかん	2014/2/1	2014/2/7	東京都	世田谷区用賀	ND (1.45)	ND (1.42)	3600	HpGe
17415	デコボン	2014/2/1	2014/2/7	東京都	世田谷区用賀	ND (1.57)	ND (1.62)	3600	HpGe
17423	きんかん	2014/2/1	2014/2/7	東京都	世田谷区用賀	ND (1.45)	1.44±0.42 (1.19)	3600	HpGe
17418	夏みかん	2014/2/1	2014/2/7	東京都	世田谷区用賀	1.46±0.48 (1.45)	1.99±0.48 (1.29)	3600	HpGe
17724	夏みかん果肉 (皮・種なし)	2014/3/25	2014/4/4	東京都	世田谷区	ND (0.51)	ND (0.56)	10800	HpGe
17734	夏みかんジャム	2014/3/25	2014/4/4	東京都	世田谷区	ND (0.52)	ND (0.54)	10800	HpGe
17910	いちご	2014/5/1	2014/5/12	東京都	世田谷区	ND (0.49)	ND (0.63)	10800	HpGe

お米

先日、ある民間会社で「北海道ブレンド米」のDNA検査を行った結果、その3割ほどが北海道品種ではなかったそうです。一般に「国産米」という表示は警戒しても、「北海道米」とされたものについてはどうでしょうか。国の食品表示法では、複数の異なる産地がブレンドされていても全体の5割以上を含むものを名乗れますので、このケースも違法ではありません。店頭で買う場合にはパッケージの裏を見ればわかりますが、給食の場合はどうなっているのか気がかりです。また、昨年秋に収穫されたものでも、地域によっては玄米で10Bq/kgくらいの数値が見られますので、玄米で食べる場合には産地に気をつけましょう。

有機野菜

近頃はスーパーマーケットでも有機野菜を扱う店が増えてきました。しかし、有機野菜を選ぶ時にこそ気をつけたいこともあります。有機野菜とはご存じのとおり「農薬・化学肥料・土壌改良剤を使わず3年間、有機肥料を使って育てられたもの」をさしますが、先日、民間測定所の方から「南関東の畑で、年を追うごとにセシウムの値が上がっている例もある」という話を聞きました。これは、「土壌改良剤を使わない」という有機栽培の条件に関係するもので、カリウムを撒くことが許されない有機栽培の畑では、農作物は次第に減ってくる土壌中のカリウムの代わりにセシウムを吸収してしまうのだそうです。また、有機肥料として使われる堆肥などに放射性物質が含まれる可能性もあります。有機栽培こそ産地をよく確認し、安心できる肥料を使っている、信頼できる「マイ・ファーマー」を探すことをお勧めします。

最後に、このように食べ物を選ぶ行為について「風評被害」という言葉で非難する風潮は今も変わりませんが、100Bq/kgというのはあくまでも経済と流通のための基準です。私たちは、自分の家族、そして子どもたちの健康について責任を持つ大人です。身近な「食」の問題を通して、様々なことを自分の目で見て判断し、そして自分の子どもだけでなく、全ての子どもたちの未来のために考え行動することをやめないでいたいと、強く思います。