

# 一緒に考えよう 食の安全

連載：第13回  
科学ジャーナリスト 松永和紀さんによる連載  
「一緒に考えよう！食の安全」。  
食の安全やリスクアナリシスなど新しい見地で、  
皆さんと一緒に考えていきたいと思ひます。



まつなが わき  
**松永 和紀氏**  
京都大学大学院農学  
研究科修士課程修了。  
新聞記者を経てフ  
リーの科学ジャー  
ナリストに。食品の安全  
性や環境影響等を専  
門とし、執筆や講演活  
動などを続けている。科学的に適切な食情報を収集し提供する消費者団体「Food Communication Compass」(略称フコム)の代表も務めている。

## 水産物の放射能汚染は大きく減少。思い込みで避けるのはやめましょう

東日本大震災と津波、そして、福島原子力発電所の事故から5年がたちました。事故直後、放射性物質が海に流れ出して水産物を汚染し心配されました。現在も、さまざまな機関による海水や水産物の検査が続いていますが、結果からは新たな汚染は認められず、水産物の放射性物質濃度は大きく下がっています。

### これまでに約8万件を検査

福島の漁業では、事故直後に操業が止まりました。2011年4～6月には、検査のためにとった水産物の53%が、現在の放射性セシウムの基準である100Bq/kgを超えていました。しかし、時間がたつにつれて減って行きました。2015年10～11月は、1400件あまりの検査が行われましたが、100Bq/kgを超えたのはわずか1件でした。

これまでに、福島県の水産物だけで35000件、ほかの自治体も加えると8万件以上の水産物の検査が行われて汚染が調べられており、放射性セシウムの濃度が著しく下がっていることがわかっています。

原発から排出された放射性物質は、大きな海原で一気に拡散し濃度があつという間に下がりました。そのため、海にいる生き物の数値も下がったのです。

原発からは放射性セシウムだけでなく、放射性ストロンチウムも放出され、骨に蓄積しやすいとして懸念されました。しかし、ストロンチウムの放出量は少なく、海水や水産物からもほとんど検出されていないことがわかっています。

水産物の検査データは、厚労省や福島県などのウェブサイトでご公表されています。海水の検査結果も、原子力規制委員会のウェブサイトなどで見ることができます。

### 試験操業が行われている

今でも、福島県の沿岸漁業と底引き網漁業は操業が自粛されています。しかし、放射性物質の濃度が低減したのを受け、一部の魚種で試験操業がはじまりました。モニタリング検査で、何度も数値に問題がないことが確認された魚種だけを選び、試験的にとって一部は検査し一部は販売し、卸売市場などの反応を

聞く、ということを繰り返しているのです。対象魚種はマダラやカレイ類、タコ類など72種類です(2016年1月現在)。

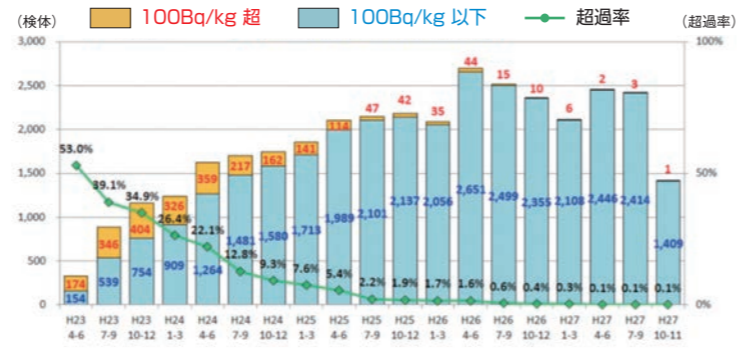
ただし、とられている量はまだ、ごくわずか。どれも、放射性セシウムの基準値100Bq/kgを大きく下回り、検出されないものも目立ちます。

私は店頭などで福島産の水産物を見つけると、積極的に買い求めています。おいしいし、応援したいのです。今でも、福島県だけでなく岩手県や宮城県などの水産物についても「一部の消費者からいやがられる」という話を聞きます。原発から100km以上離れた海域でとれ、放射性セシウムがまったく検出されない三陸わかめでさえ、まだ風評被害があるそうです。

検査結果は公表されています。放射性セシウムが高い可能性のある水産物は、売られていないのです。思い込みでなんとなく避けるのはやめましょう。

### 福島県における水産物の放射性セシウム調査結果

総検体数：35,007検体  
100Bq/kg 超の検体数：2,448検体  
100Bq/kg 以下の検体数：32,559検体



出典：水産庁  
<http://www.jfa.maff.go.jp/j/housyanou/kekka.html>

検査結果を、水産庁がグラフ化しました。100Bq/kgを超過する割合は時間がたつにつれて大きく減少しています。

初孫が小学1年生になります。これからいろんなことに出会うかもしれませんが、少しずつでいいので成長を楽しみに、応援したいです。 | 可児市 クマちゃんさん |

## DEKOモニターさんに聞いたお弁当づくり

### 彩りをよくするコツ

#### カップの色も彩りの一つ!

オレンジ・黄色・グリーン  
のシリコンカップで  
おかずにも足りない  
色を入れます。  
(羽島市 京ちゃんママさん)



#### ピックに刺せば目先が変わる!?

ピックにバラした枝  
豆や、うずらの卵な  
どをさすだけで目先  
が変わります。  
(瑞浪市 Linlinさん)



#### 緑のバラエティー

炒めたピーマ  
ンや茹でたイ  
ンゲン色どり  
にしています。  
(土岐市 ムーミン大好きさん)



## この商品をプラスでボリューム&おいしさUP!

### 冷凍フライドポテト+とろけるチーズ

冷凍フライドポテト  
に、とろけるチーズ  
をON!冷めてもお  
いしいですよ。  
(高山市 ねこまるさん)



### ひじきの煮物+卵

ひじきの煮物に卵  
をまぶしてレンジで  
チン。ひじき入りの  
卵焼き風に。  
(高山市 マメちゃんさん)



### 卵+豆腐

卵焼きに崩した豆腐  
を入れると食感も柔  
らかく、かさ増しでき  
るのでお勧めです。  
(中津川市 Mさん)



### ミートボール+ミックスベジタブル

カップに、ミートボ  
ール+ミックスベジタ  
ブル+マヨネーズを  
入れ焼いています。  
(安八町 どん焼ママさん)



### シューマイ+青のり

焼売に青じそor青のり  
と小麦粉+水をつけて  
揚げます。冷めてもお  
いしく、彩りもよくなり  
ます。  
(大垣市 抹茶バフェさん)



### うずらの卵+ミートボール

かわいいピック  
を刺せばお  
弁当が華や  
かになります。  
(可児市 まゆみママさん)



### キューブチーズ



### キャンディー チーズ



控え目な味で、加熱の必要も  
なく保存が効くので。  
(多治見市 トムさん)

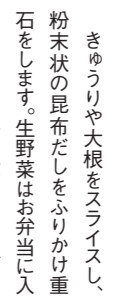
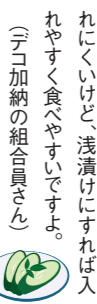


チーカマです。  
冷蔵庫にあるものをマヨネーズ  
で和えて詰めます。おすすめは  
(郡上市 でんぼこさん)

カニカマ、ツナ、  
きゅうりなど。  
冷蔵庫にあるものをマヨネーズ  
で和えて詰めます。おすすめは  
(郡上市 でんぼこさん)

冷凍えだまめ  
両端をハサミで切ります。ちよつ  
と手を加えた感があるのでしょ(笑)  
(アコ加納の組合員さん)

浅漬け  
きゅうりや大根をスライスし、  
粉末状の昆布だしをふりかけ重  
石をします。生野菜はお弁当に入  
れにくいけど、浅漬けにすれば入  
れやすく食べやすいですよ。  
(アコ加納の組合員さん)



隙間ができてしまった  
時は何を入れる?  
みんなのお弁当