

放射能関係のお知らせ

2017年8月3回(A週)
 お届け日:2017/8/14~8/18
 発行日:2017/7/31



本誌は、カタログ掲載の青果について、2017/7/27(木)午前中までの放射能自主検査の結果をお伝えしています。

●青果 放射能が検出されていない産地(セシウム 134,137 それぞれ 3Bq/kg 以下)

| 分類 | 品目名 | 放射能検査の状況 |
|-----------------------------|---|--|
| 果実 | 巨峰・ピオーネ | 品目で検査済 青木 |
| | | 検査予定 御坂・やはた会・東光寺・勝沼・ふえふき・フルーツ山梨・常総・ながの・中野 |
| | すもも・ブルー | 品目で検査済 御坂・やはた会・勝沼・こま野・フルーツ山梨・中野・グリーン長野 |
| | すいか | 品目で検査済 ふるさと・こまち・飯塚 |
| | デラウェア | 品目で検査済 おきたま・御坂・やはた会・勝沼・東光寺 |
| | 梨 | 検査予定 夢みなみ・うもれ木の会・ふくしま梨ネット・うつのみや |
| | ハニールージュブルーベリー | ぶどう類で検査済 やはた会・勝沼 |
| | 桃 | 品目で検査済 狭山・小田原 |
| | | 検査予定 うもれ木の会・ふくしま未来・御坂・やはた会・サンファーム |
| | 果菜 | いんげん |
| 果菜類で検査済 二本松・谷田部・たまつくり・佐久ゆうき | | |
| 検査予定 かづの | | |
| 枝豆 | | 品目で検査済 庄内たがわ・常総産直・野菜くらぶ |
| | | 果菜類で検査済 佐原 |
| | | 検査予定 こまち・庄内ファーム・鶴岡 |
| オクラ | | 果菜類で検査済 庄内たがわ・あいづ・谷田部・やさと・野菜くらぶ・村悟空・サンド旭・和郷・風土の会 |
| かぼちゃ | | 果菜類で検査済 あいづ・たまつくり・八千代・佐原・八街・和郷・佐久ゆうき |
| | | 検査予定 花咲・ファーマン |
| きゅうり | | 品目で検査済 こまち・かづの・夢みなみ・あいづ・二本松・みちのく野菜・八千代・野菜くらぶ・草の会・邑楽館林・村悟空・佐原・サンド旭・和郷 |
| | 果菜類で検査済 ふるさと・谷田部・沃土・水の里センター・グットファーム | |
| | 検査予定 新しいわて | |
| ズッキーニ | 品目で検査済 飯山・グットファーム・佐久ゆうき・水の里センター | |
| | 果菜類で検査済 草の会 | |
| トマト | 品目で検査済 八峰園・ふるさと・あいづ・みちのく野菜・谷田部・葉菜野果・野菜くらぶ・元気会・沃土・佐原 | |
| | 果菜類で検査済 こまち・かづの・夢みなみ・有機農法ギルド・たまつくり・村悟空・サンド旭・和郷・佐久ゆうき・草の会 | |
| とうもろこし | 品目で検査済 軽米町・海上 | |
| なす | 品目で検査済 中野 | |
| | 果菜類で検査済 谷田部・有機農法ギルド・たまつくり・八千代・野菜くらぶ・沃土・佐原・八街・和郷 | |
| にがうり | 果菜類で検査済 夢みなみ・谷田部・たまつくり・常総産直・八千代・沃土 | |
| ピーマン | 品目で検査済 和郷 | |
| | 果菜類で検査済 あいづ・谷田部・有機農法ギルド・八千代・沃土・草の会・村悟空・佐原・八街・風土の会・グットファーム・水の里センター | |
| ミニトマト | 品目で検査済 庄内たがわ・あゆみの会・元気会・サンド旭・和郷・ながの | |
| | 果菜類で検査済 あいづ・八千代・野菜くらぶ・草の会・沃土・村悟空・佐原・佐久ゆうき・水の里センター | |

| 分類 | 品目名 | 放射能検査の状況 |
|--------|--|---|
| 葉菜 | アスパラ | 品目で検査済 あいづ・うつのみや・飯山 |
| | 大葉 | 葉菜類で検査済 和郷 |
| | キャベツ | 葉菜類で検査済 野菜くらぶ・菅平・トップリバー・ハケ岳モグラ会 |
| | | 検査予定 土屋 |
| | 空心菜 | 品目で検査済 ふきのとう |
| | クレソン | 品目で検査済 沃土・村悟空・八街・遠州・飯山 |
| | 小松菜 | 品目で検査済 フォレストファーム |
| | | 葉菜類で検査済 葉菜野果・野菜くらぶ・群馬モグラ・沃土・南埼玉・佐原・風土の会 |
| | サニーレタス | 品目で検査済 谷田部・有機農法ギルド・たまつくり・八街 |
| | | 葉菜類で検査済 八ヶ岳モグラ会 |
| チンゲン菜 | 品目で検査済 八ヶ岳モグラ会 | |
| にら | 品目で検査済 あゆみの会 | |
| | 葉菜類で検査済 遠州 | |
| ねぎ | 品目で検査済 元気会 | |
| | 葉菜類で検査済 葉菜野果・野菜くらぶ・和郷 | |
| 葉ねぎ | 品目で検査済 谷田部・たまつくり・南埼玉 | |
| | 葉菜類で検査済 八千代・沃土・村悟空・八街・佐原 | |
| ブロッコリー | 品目で検査済 村悟空・サンド旭・南伊豆 | |
| ほうれん草 | 品目で検査済 谷田部・常総産直・海上・佐原 | |
| | 葉菜類で検査済 野菜くらぶ・菅平 | |
| みず菜 | 品目で検査済 野菜くらぶ・菅平 | |
| | 葉菜類で検査済 新しいわて・あいづ・栃木開拓・草の会・長野モグラ会 | |
| みょうが | 品目で検査済 谷田部・野菜くらぶ・佐原・ハケ岳モグラ会 | |
| モロヘイヤ | 葉菜類で検査済 谷田部・葉菜野果・佐原 | |
| ルッコラ | 品目で検査済 庄内たがわ・草の会 | |
| レタス | 葉菜類で検査済 谷田部・たまつくり・沃土・佐原 | |
| | 品目で検査済 葉菜野果・沃土・南埼玉・和郷 | |
| ごぼう | 品目で検査済 葉菜野果・沃土・南埼玉・和郷 | |
| | 根菜類で検査済 野菜くらぶ・トップリバー・菅平 | |
| さつまいも | 品目で検査済 八ヶ岳モグラ会 | |
| | 根菜類で検査済 利根川 | |
| じゃがいも | 品目で検査済 谷田部・たまつくり・葉菜野果・佐原・和郷・清瀬 | |
| | 根菜類で検査済 常総・谷田部・たまつくり・葉菜野果・佐原・和郷 | |
| 玉ねぎ | 品目で検査済 軽米町・あいづ・常総・谷田部・たまつくり・有機農法ギルド・ふきのとう・八街・佐原・風土の会・海上・和郷・佐久ゆうき | |
| | 根菜類で検査済 葉菜野果 | |
| 大根 | 品目で検査済 米沢郷・水の里センター | |
| | 根菜類で検査済 みどりの・ささかみ・旬彩・有機農法ギルド・佐久ゆうき | |
| 長芋 | 品目で検査済 風土の会・ファーマン | |
| 人参 | 品目で検査済 津軽みらい・ゆき青森・野菜くらぶ | |
| にんにく | 品目で検査済 津軽みらい・ゆき青森・野菜くらぶ | |
| | 根菜類で検査済 八峰園・田子・花咲・ファーマン | |
| れんこん | 品目で検査済 八千代 | |
| | 検査予定 常総・たまつくり・新ひたち野・あゆみの会・佐原 | |

●青果以外の牛乳・牛肉・卵・食肉類および加工品の対象商品はすべて検査をしています。*酒類はみりんと料理酒を検査対象としています。

●きのこ類 放射能が検出されていない産地(3Bq/kg 以下)

| 品目名 | 放射能検査の状況 |
|-----------|--|
| えのき茸 | 品目で検査済 飯山 |
| エリンギ | 品目で検査済 小川きのこ・南伊豆・渡辺きのこ |
| きのこセット | 品目で検査済 小川きのこ・丸金グループ・三幸・渡辺きのこ |
| しめじ(ひらたけ) | 品目で検査済 谷田部 |
| なめこ | 品目で検査済 谷田部 |
| ぶなしめじ | 品目で検査済 谷田部 |
| まいたけ | 品目で検査済 雪国 |
| マッシュルーム | 品目で検査済 村悟空・三蔵 |
| 山えのき | 品目で検査済 有倉 |
| 4種のきのこセット | 品目で検査済 谷田部・雪国・丸金グループ *生しいたけから放射能が検出されました。 |

●検出された商品

| 品目名 | 産地名 | 報告日 | セシウム Bq/kg |
|----------------------------------|-----|-----------|------------|
| 生しいたけ(原木栽培) | 谷田部 | 2017/7/27 | 11 |
| 徳用生しいたけ(原木栽培) | | | |
| お料理セットの生しいたけ | | | |
| 4種のきのこセットのしいたけ(谷田部の原木しいたけ(はねだし)) | | | |
| パルシステムの独自ガイドライン | | | 100 |
| 政府の基準値 | | | 100 |

| 注文番号 | 商品名 | 報告日 | セシウム Bq/kg |
|-----------------|-------------------------------|-----------|------------|
| コトコ きなり | 345 ひき肉と春雨のオイスターソース炒めセットのしいたけ | 2017/5/8 | 4.9 |
| | 312 | | |
| コトコ きなり | 349 もやしと豚肉のチャンプルーセットのしいたけ | 2017/7/27 | 11 |
| | 311 | | |
| コトコ きなり | 346 ポリウムたっぷりマナー春雨セットのしいたけ | 2017/7/27 | 11 |
| | — | | |
| コトコ きなり | 352 鶏肉と野菜の治部煮 | 2017/4/24 | 3.3 |
| | 321 風セットのしいたけ | | |
| コトコ きなり | 354 具だくさんの牛肉きんぴらセットのまいたけ水煮 | 2017/4/24 | 3.3 |
| | 320 | | |
| パルシステムの独自ガイドライン | | | 100 |
| 政府の基準値 | | | 100 |

●青果の検査について

*北海道を除く東日本(新潟県・長野県・静岡県)の本州17都府県)のカタログ掲載産地において、分類ごとに一品目以上検査をしています。報告の時点で検査が間に合わない品目については、供給前までには放射能検査を実施します。
 *旬のある果物などの検査は、シーズンでの収穫の時期のみになります。それ以外はおおよそ半年に1回以上の頻度で検査を行なっています。検査の日付は省略しています。
 *検査対象外地域でも放射能検査を実施している場合がありますが、掲載は省略しています。
 *yumyum 果物セットにセットされている果物は、検出下限値 1Bq/kg で検査を行っています。

●青果の検査分類表

| 大分類 | 中分類 | 代表的な品目名 |
|----------|------------|-----------------------------|
| 果実(くだもの) | — | みかん、りんご、いちごなど |
| 果菜 | 果菜 | きゅうり、トマト、なす、オクラなど |
| | 未成熟豆類 | 枝豆、いんげん、スナップエンドウなど |
| 葉菜 | 結球性・非結球性葉菜 | アスパラ、キャベツ、白菜、ほうれん草、小松菜、ねぎなど |
| | 花蕾・莖菜 | ブロッコリーなど |
| 根菜・いも類 | 根菜 | 玉ねぎ、人参、しょうがなど |
| | いも類 | さつまいも、里芋など |

放射能拡散 6年めの対策 いかにか食べるか 4

お詫び:2017年8月2回で「放射能拡散6年めの対策 いかにか食べるか 3」とすべきところ、「4」としてしまいました。お詫びいたします。

原発事故から6年が過ぎ、いかにか食べていくのか、何をを選んでいくのかは常に頭にある状態かもしれません。どのくらいまでの放射能なら安心で、どこからが危険かというラインは正確にはわかりません。

「食」が人の身体を作っています。食を選び、丁寧に調理し、おいしく食べてもらうことが一番大事です。少し気を付けることで放射能対策にもなります。

放射能に対抗する身体力

● 消化吸収を考える

食べる際に、水を飲むことを子どもはよくしています。ぱさついている食べにくかったり、味が濃すぎたりすると水を飲みたくなるものです。

消化酵素をだすための器官は思った以上に小さく、せっかくの消化酵素も水で薄められてしまえば、十分に消化ができません。腸で吸収するためには、口・胃でのしっかり消化しておくことが必要です。

口の唾液に含まれる消化酵素であるアミラーゼは、よく噛むことで分泌されます。一口30回くらい噛むことが理想です。映画「いただきます」の中で保育園の子どもたちは給食の最初のひとくちを100回噛みます。多くの原爆症を見てきた肥田舜太郎医師は、口の中の食材がトロトロになるまで噛むことが大事と言っています。

胃は、通常pHが1~3という強酸性に保たれていますが、高い酸性状態の胃でペプシノーゲンが消化酵素のペプシンに変化します。水を多く飲むと胃の中の酸度が低下し、ペプシンが減ってしまい、タンパク質の消化不良になります。水は控えめにすることが大切です。

口や胃、十二指腸で十分に消化された形で腸に届かないと、吸収しにくくなります。吸収しにくいと腸内環境も悪くなりがちです。腸内環境を整えることは放射能に対する抵抗力をつけるためには必要なことです。

● 腸内に免疫力の7~8割がある

パイル板や盲腸など免疫に直接かかわる器官が存在する腸。この二つの免疫に関係する器官は、腸内細菌に大きく影響されるといわれています。腸内環境が良好に保たれていないと免疫力の低下を引き起こします。放射線の排出や放射線が傷つけた組織および遺伝子の修復のために免疫力を高めておくことが必要です。

腸内環境が良好に保たれることで、放射線を体外に排出することを促進し、放射能を含めてさまざまな理由で傷ついた組織や遺伝子の修復が進みます。健康に生活することにつながります。このように免疫力を高めることは大切です。

● 腸内環境をよくするために

腸には、食物繊維の多い野菜や果物をとることがとても大事です。腸内環境をよくするのは、野菜、果物の他に発酵食品もあります。一方、腸内環境を悪化させるのは、砂糖を多く含んだお菓子、乳製品、肉食になります。バランスのよい食事をして、何かに偏ることなく、よく噛んで食べることをお勧めします。

行政検査の検出情報

- 厚生労働省発表「食品中の放射性物質の検査結果について(第1041)」(2017/4/11~2017/7/6で採取・購入された検体検査)より、国の定めた基準セシウム合計100Bq/kg以上検出された検体です。

ブラウトラウト: 栃木県日光市(中禅寺湖) 110Bq/kg

- 国の定めた基準セシウム合計100Bq/kg未満で検出された上位数点です。

| | |
|-------------------------|--------------|
| タケノコ: 宮城県白石市・群馬県渋川市ほか | 4.5~41Bq/kg |
| 原木シイタケ: 群馬県前橋市・栃木県那須塩原市 | 3.5~33 Bq/kg |
| ヒメマス: 栃木県日光市(中禅寺湖) | 38 Bq/kg |
| イワナ: 宮城県仙台市(横川)ほか | 12~22 Bq/kg |
| ワカサギ: 茨城県霞ヶ浦(西浦) | 21 Bq/kg |
| ニジマス: 栃木県日光市(中禅寺湖) | 20 Bq/kg |

- 福島県の緊急調査で国の定めた基準セシウム合計100Bq/kg未満で検出された上位数点です。

| | |
|---------------------|------------|
| アユ: 福島県福島市(阿武隈川) | 11~27Bq/kg |
| イワナ: 福島県福島市(阿武隈川水系) | 24Bq/kg |

山のほとんどが除染を行っていないため、放射能の減衰が自然の状態に任されています。集積しているところと少なくなっているところとがありますが、状況はきちんと把握できていません。

今年も原発から遠い長野などでも国の基準値を超えた放射能の検出がありました。

栽培管理を行っていない山で採取した山菜や検査を行っていない山菜は放射能が心配されます。山菜は十分に注意をしましょう。また、ジビエや天然淡水魚も注意が必要です。

7月の放射能検査状況

7月の検査は、21日まででしいたけから生しいたけ(原木栽培)から2件(7.4、15Bq/kg)の検出がありました。

乳幼児用食品は、検出下限値を2016年4月から1Bq/kgに下げましたが、現在まですべて不検出です。

放射能検査の状況(検査件数、かつこ内は検出数、網がけは検出された分類)

| | 7月 | 7月の検出内容 | 7月 |
|----------|-------|-------------------------|----------------|
| 青果 | 32(0) | | 卵 0(0) |
| しいたけ | 6(2) | 生しいたけ(原木栽培) 7.4、15Bq/kg | 魚介類 17(0) |
| その他のきのこ類 | 4(0) | | 飲料水・飲料 8(0) |
| 米・米飯類 | 0(0) | | 乳幼児用食品 12(0) |
| 牛乳・乳製品 | 6(0) | | その他加工食品 120(0) |
| 肉類 | 8(0) | | 合計 213(2) |

2016年度の放射能検査の状況(2016年4月~2017年3月)

| | |
|------------|--|
| 青果 | 2016年5月に小田原のバレンシアオレンジの3件中1件から3.2Bq/kgが検出されました。2017年2月に常総センターのれんこんで3件中1件(6.1Bq/kg)から放射能が検出されましたが、自主基準内でした。 |
| しいたけ、他のきのこ | 生しいたけが(3.1~13Bq/kg)、しめじ(ひらたけ)が(3.0~3.5Bq/kg)、ぶなしめじが(3.1Bq/kg)、なめこが(4.4Bq/kg)で、放射能が自主基準内で検出されました。他のきのこ類は放射能不検出です。 |
| 米 | 2016年産米の検査は26産地67検体の検査を行いました。日本の稲作を守る会の栃木こしひかり(玄米)を検査したところ、2件(3.9、4.1Bq/kg)の検出がありました。検出された産地の米は、白米で検査を行い不検出でした。米の検査は全産地終了しました。 *放射能はぬか部分に多く蓄積します。検出されました栃木こしひかりは、不検出が確認されました白米でのお届けとなります。 |
| 牛乳、肉、卵 | 産地ごとに定期的に検査し今年度放射能は検出されていません。 |
| 魚介類 | 魚介類で放射能は検出されていません。 |
| 乳幼児用食品 | 検出下限値1Bq/kgで検査を行い、すべて不検出です。 |
| その他加工食品 | <お料理セット> 肉・豆腐などは定期的に検査を行っています。野菜のみを毎月検査を別途行っています。菌茸類については毎週検査を行っており、しいたけおよびしいたけ水煮(3.1~11Bq/kg)、まいたけ水煮(3.2Bq/kg)から自主基準内ですが検出しています。その他の菌茸類からの検出はありません。 <大豆加工品> 豆腐、納豆、味噌、醤油など大豆加工品は、2014年産および2015年産原料で検査を行っているものと、製品で検査をおこなっているものがありますが、放射能は検出されていません。 <その他> 2016年11月にサプリメントのブルーベリー&ルテイン(6.5Bq/kg)から自主基準内で検出がありました。 |

パルシステムの放射能検査について

● 検出限界について

高性能に放射能を計測できるゲルマニウム半導体検出器を2台導入して計測しています。yumyumおよび赤ちゃん&KidsのOK食品としている乳幼児用食品については、検出下限値を1Bq/kgまで検査しております。

| 検出限界(セシウム 134, 137 それぞれ) | | |
|----------------------------------|---|---|
| 2016年4月1日から新基準に変更 | | |
| | 新 | 旧 |
| 乳幼児用食品 | 1 | |
| 水、飲料、牛乳、乳製品、米、青果類、肉類、卵、魚介類、その他食品 | 3 | 3 |

● 放射能検査の対象範囲について

| | |
|------------|----------------------------|
| 農畜産物とその加工品 | 北海道を除く東日本産(新潟・長野・静岡以東の本州産) |
| 水産物とその加工品 | 日本沿岸・近海・一部の北太平洋・淡水産水産物 |

● 独自ガイドライン(自主基準)と検出限界について

パルシステムでは食品の残留放射能について独自ガイドライン(自主基準)を設定しています。放射線にはこれ以下なら安全という「しきい値」がないので、基準以下であっても、放射能低減を追求します。検査の結果、自主基準を超えるものについては供給いたしません。また、独自ガイドラインは継続的に見直しを行いません

| 自主基準(独自ガイドライン)(セシウム 134, 137 の合計) | | | 国の規格基準 |
|---|-----|-----|-------------------------|
| 2014年10月より現行基準 | 現 | 旧 | |
| 水、飲料、牛乳、乳製品、米、乳幼児用食品 | 10 | 10 | 水、飲料茶 10 乳児用食品、牛乳 50 |
| 青果類(きのこ類除く)、肉類、卵、魚介類、その他食品、きのこ類(しいたけ除く) | 25 | 50 | 一般食品 100 |
| しいたけ | 100 | 100 | |

*乾燥食品は生原料や摂食状態で検査します。(単位 Bq/kg)

*乳幼児用食品は「yumyum」掲載商品とインターネットの赤ちゃん推奨商品。