

放射能関係のお知らせ

2016年9月3回(B週)

お届け日:2016/9/19~9/23

発行日:2016/9/5



○カタログ掲載青果について放射能自主検査の結果をお伝えします。

○新規ご利用の組合員さんへ:初回利用から7週間までは全員に配付しておりますが、7週を過ぎますと自動的に停止します。継続配付をご希望の方は、注文番号「190888」を記入の上お申し込みいただければ2週目から配付されます。タペソダでは紙でのお届けをしております。インターネットでのご確認をお願いします。

○配付中止をご希望の場合は、「190900」を注文の際にご記入ください。ご記入後2週間で配付が停止いたします。

●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
果物	大粒・中粒ぶどう	ぶどう類で検査済 御坂・やはた会・東光寺・勝沼・フルーツ山梨・ふえふき・青木・ながの・中野
	プルーン・プラム	品目で検査済 グリーン長野・佐久浅間・中野
	梨	品目で検査済 庄内たがわ・夢みなみ・うもれ木の会・ふくしま梨ネット・うつのみや
	みかん	品目で検査済 小田原
	桃	品目で検査済 かつの・さくらんぼひがしね・ふくしま未来・サンファーム・グリーン長野・中野
	洋なし	検査予定 天童・さくらんぼひがしね・錦の会
	りんご	品目で検査済 八峰園・ゴールド農園・雄勝・天童・米沢郷・さみず・サンファーム・青木
	いんげん	品目で検査済 かつの・あいづ・二本松・元気会 果菜類で検査済 ふくしま未来・たまつくり・草の会・佐久ゆうき
	オクラ	品目で検査済 あいづ 果菜類で検査済 庄内たがわ・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	品目で検査済 花咲 果菜類で検査済 佐久ゆうき
果菜	きゅうり	品目で検査済 新しいわて・こまち・かつの・夢みなみ・あいづ・二本松・みちのく野菜・茨城・野菜くらぶ・邑楽館林・村悟空・佐原・サンド旭・和郷・いちかわ 果菜類で検査済 ふるさと・谷田部・たまつくり・沃土・水の里センター
	ししとう	果菜類で検査済 サンド旭・和郷
	トマト	品目で検査済 八峰園・あいづ・みちのく野菜・谷田部・野菜くらぶ・八街 果菜類で検査済 ふるさと・こまち・かつの・夢みなみ・茨城・たまつくり・元気会・村悟空・サンド旭・和郷・佐久ゆうき
	なす	果菜類で検査済 谷田部・茨城・有機農法ギルド・たまつくり・野菜くらぶ・沃土・佐原・八街・和郷
	ピーマン	品目で検査済 あいづ・沃土・水の里センター 果菜類で検査済 谷田部・茨城・草の会・村悟空・佐原・八街・和郷・風土の会・グットファーム
	ミニトマト	品目で検査済 庄内たがわ・茨城・あゆみの会・元気会 果菜類で検査済 あいづ・野菜くらぶ・草の会・沃土・村悟空・佐原・サンド旭・八街・和郷・水の里センター・佐久ゆうき・ながの
	生落花生	品目で検査済 あゆみの会・サンド旭 果菜類で検査済 佐原・八街
	アスパラ	品目で検査済 あいづ・うつのみや
	大葉	品目で検査済 和郷
	キャベツ	品目で検査済 土屋 果菜類で検査済 野菜くらぶ・菅平・トップリバー・八ヶ岳モグラ会

分類	品目名	放射能検査の状況
葉菜	小松菜	品目で検査済 谷田部・有機農法ギルド・野菜くらぶ・草の会・群馬モグラ会・沃土・南埼玉・佐原・八街・風土の会 葉菜類で検査済 茨城・たまつくり
	サニーレタス	品目で検査済 トップリバー 葉菜類で検査済 谷田部・茨城・常総産直・野菜くらぶ・八街・菅平・八ヶ岳モグラ会
	セロリ	品目で検査済 信州諏訪
	チンゲン菜	品目で検査済 あゆみの会
	にら	品目で検査済 元気会 葉菜類で検査済 茨城・野菜くらぶ・和郷
	ねぎ	葉菜類で検査済 谷田部・茨城・たまつくり・利根川・沃土・南埼玉・村悟空・佐原・八街
	葉ねぎ	品目で検査済 サンド旭・南伊豆 葉菜類で検査済 谷田部・常総産直・村悟空・海上・佐原
	白菜	葉菜類で検査済 野菜くらぶ・菅平・トップリバー・八ヶ岳モグラ会
	ブロッコリー	品目で検査済 常総産直・野菜くらぶ・菅平
	ペピーリーフ	品目で検査済 フェニクス・レインボー
根菜	ほうれん草	品目で検査済 新しいわて・あいづ・長野モグラ会 葉菜類で検査済 谷田部・茨城・たまつくり・常総産直・栃木開拓・野菜くらぶ・草の会・佐原・八ヶ岳モグラ会
	みず菜	葉菜類で検査済 谷田部・茨城・沃土・佐原
	みょうが	品目で検査済 庄内たがわ 葉菜類で検査済 草の会
	ルッコラ	葉菜類で検査済 茨城・沃土・南埼玉・八街・和郷
	レタス	品目で検査済 野菜くらぶ・菅平・八ヶ岳モグラ会 葉菜類で検査済 谷田部・茨城・常総産直・サンド旭・八街・トップリバー
	若芽ひじき	品目で検査済 寺島
	ごぼう	品目で検査済 利根川・清瀬 根菜類で検査済 谷田部・茨城・たまつくり・有機農法ギルド・佐原・和郷 検査予定 風土の会
	さつまいも	根菜類で検査済 常総・谷田部・茨城・たまつくり・有機農法ギルド・佐原・和郷・風土の会
	里芋	根菜類で検査済 常総・谷田部・茨城・たまつくり・有機農法ギルド・佐原・八街・風土の会
	しょうが	根菜類で検査済 村悟空・和郷
大根	品目で検査済 ゆうき青森・津軽みらい・野菜くらぶ	
長芋	根菜類で検査済 茨城	
にんにく	品目で検査済 八峰園・田子	
れんこん	品目で検査済 常総・たまつくり・新ひたち野・あゆみの会・佐原	

●青果以外の牛肉・卵・食肉類・米および、加工品の対象商品はすべて検査をしています。

* 酒類はみりん料理酒以外は検査対象外とさせていただきます。

●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
生きくらげ	品目で検査済 きのこ総研
徳用きのこセット	品目で検査済 谷田部・丸金グループ *しいたけ・しめじから放射能が検出されました
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
ささかみのまい	品目で検査済 ささかみ
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

●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	2016/8/31	5.5
徳用生しいたけ(原木栽培)			
お料理セットの生しいたけ			
徳用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

品目名	産地名	報告日	セシウム Bq/kg
しめじ(ひらたけ)	谷田部	2016/6/21	3.5
徳用きのこセットのしめじ			
パルシステムの独自ガイドライン			25
政府の基準値			100

*8/23にしめじ(ひらたけ)を検査では不検出でした。

注文番号	商品名	報告日	セシウム Bq/kg
コトコ 250 きなり 280 きなりセレクト 314088	豚のチンジャオロースセットのしいたけ	2016/8/1	3.6
コトコ 259 きなり -	鶏だんごと春雨の白湯スープセットのしいたけ		
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

●青果の検査について

- * スペースの都合上、産地の県名は省略しています。
- * 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となりますが、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

放射能拡散 5年めの対策 いかにも暮らすか

放射能に汚染されたものを食べると、体内に一定期間とどまり放射線を出してDNAを切断するほか、活性酸素を作り出し体内の細胞やDNAを損傷します。活性酸素を抑えるために、抗酸化作用のある物質をとることがよいとされています。

放射能対策には、できる限り放射能を取り込まない対応と体に必要な栄養をとり、健康に保つためのバランスを考えることがとても大事な時代になりました。放射能を極力体にいれない、放射能をすぐさま排泄する、身体の免疫力をあげるなどで、放射能の影響を最小限にいとめることが大事です。

そのための生活習慣について今回取り上げます。

放射能に対抗する身体力

- 生活習慣からホルモンの力を最大限に利用する

午後10時から午前2時のこの時間帯をゴールデンタイムといい、この時間に入眠していることがとても大切になります。

体内時計(サーカディアンリズム)は、約24時間の周期で身体の中にホルモンなどが分泌されます。その中でも、ゴールデンタイムは、成長ホルモンが分泌される時間帯で、この時に3時間以上入眠していることで、成長ホルモンの効果を受け取れます。

成長ホルモンは、「免疫力向上」「細胞の修復」「老化防止」を行います。

しかし、入眠直前まで携帯電話を使用することや寝ている最中の小さな灯は視神経が興奮状態になるので、よりよい睡眠のためには避けることがお勧めです。

- 朝は朝日をあびる

人の体内時計は、朝日によってリセットされます。乱れがちな体内リズムも朝日を浴びる、または見ることで正しい周期にもどされます。

また、現代は、紫外線を避けがちですが、1日5~15分程度の日光浴はビタミンDを体内につくるために必要です。あまり暑くない朝に散歩などで日光浴をすることで、体内でビタミンDが合成できます。

ビタミンDは、カルシウムの代謝調整に影響しているため「骨の生成」に関与していたり、「免疫」に関連していたり、「抗ガン作用」があるといわれています。

また、日光浴がなかなか難しい場合は、ビタミンDを食品から摂ることを心がけましょう。ビタミンDが豊富な食材は、しらす干し、いわし丸干し、いくら、鮭などの魚類やきくらげ、しいたけなどのきのこ類に多く含まれます。

次回、お薦め食材を掲載し、「放射能拡散5年めの対策」は終了します。

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995)」(2016/5/31~2016/8/19で採取・購入された検体検査)より国の定めた基準値セシウム合計100Bq/kg以上検出された品目は以下の通りです

クマ肉:岩手県一関市・奥州市 120・260Bq/kg

- 国の定めた基準値セシウム合計100Bq/kg未満で検出された検体の上位数点です。

アメリカナズ:茨城県霞ヶ浦(北浦) 57Bq/kg
 ワカサギ:群馬県高崎市(榛名湖)・前橋市(赤城大沼) 21~49 Bq/kg
 イワナ:宮城県仙台市(大倉川支流) 30 Bq/kg
 ウナギ:茨城県霞ヶ浦(北浦) 27Bq/kg
 ツキノワグマ肉・クマ肉:新潟県湯沢町・岩手県奥州市ほか 26~78Bq/kg
 イノシシ肉:栃木県那珂川町 7.1~53Bq/kg

2016年産米の放射能検査の予定

2016年産米は玄米で検査をいたします。供給前までに各産地の土壌検査と米のサンプリング検査を予定しています。28産地で検査を行います。検査を行う産地と時期は以下のようになっています。

8月 千葉県:JAきみつ

9月 岩手県:JAいわて花巻/宮城県:JAみどりの/秋田県:JAこまち、JA秋田ふるさと、大湯村産直会、花咲農園、JAかづの/山形県:JA庄内たがわ/福島県:JA会津よつば/茨城県:JAつくば市谷田部/千葉県:ちば緑耕舎/埼玉県:南埼玉産直/新潟県:JAささかみ、JAにいがた南蒲、JA北蒲みなみ、JAえちご上越、謙信の郷、JA魚沼みなみ

10月 青森県:JA津軽みらい/岩手県:JA新しいわて/山形県:庄内協同ファーム、JA山形おきたま、米沢郷牧場/栃木県:日本の稲作を守る会/茨城県:JAやさと/新潟県:JA佐渡/長野県:JA佐久浅間

*各産地一つ以上検査をする場合があります。複数銘柄を出荷している産地であっても、検査は一銘柄で検査を行います。

7月~8月の放射能検査状況

7月の集計では、しいたけは原木しいたけから2件(6.3、12Bq/kg)、お料理セットのしいたけから2件(5.3、6.4Bq/kg)の検出がありました。8月は、26日までで、しいたけは原木しいたけから2件(6.4、6.8Bq/kg)、お料理セットのしいたけから1件(3.6Bq/kg)の検出がありました。乳幼児用食品は、検出下限値を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。米の検査が始まりました。

検出された商品は、すべて自主基準以内の検出でした。

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	8月		7月	8月
青果	57(0)	43(0)	卵	0(0)	0(0)
しいたけ	7(4)	5(3)	魚介類	20(0)	16(0)
他のきのこ類	8(0)	8(0)	飲料水・飲料	1(0)	1(0)
米・米飯類	0(0)	1(0)	乳幼児用食品	3(0)	12(0)
牛乳・乳製品	6(0)	5(0)	その他加工食品	98(0)	104(0)
肉類	0(0)	0(0)	合計	200(4)	195(3)

2016年度の放射能検査の状況

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。2016年1月に小田原の伊予柑から5.3Bq/kg、2016年2月に小田原のはっさくから4.8Bq/kgが検出されました。
しいたけ、他のきのこ	生しいたけ(3.1~24Bq/kg)、しめじ(3.5Bq/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年産米の検査が始まりました。千葉県君津市のJA君津市の千葉ふさおとめを検査し、不検出でした。 *2016年産米については、千葉ふさおとめを皮切りに、東日本の産直産地のお米を供給前に玄米で検査を行います。
牛乳、肉、卵	産地ごとに定期的に検査しており、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。2015年度は魚からの検出がありませんでしたので、放射性ストロンチウムの検査は行っていません。
乳幼児用食品	検出下限値1Bq/kgで検査を行っておりますが、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(3.4~11Bq/kg)とまいたけ(3.4~17Bq/kg)から自主基準内ですが検出されています。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。

パルシステムの放射能検査について

●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ないます。

自主基準(独自ガイドライン)(セシウム134,137の合計)	2014年10月より現行基準		国の規格基準
	現	旧	
水、飲料、牛乳、乳製品、米、乳幼児用食品	10	10	水、飲料茶 10 乳幼児用食品、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取状態で検査します。(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。

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	3
水、飲料、牛乳、乳製品、米、青果類、肉類、卵、魚介類、その他食品	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

*採取禁止地域より採取されたコシアブラが道の駅で販売され、回収される事例がありました。計測されていない、または、計測結果を公開していない食品および、天然の川魚やジビエ、山菜、きのこ類などに注意をしてください。

新規加入の組合員のみならずへ

新しく加入された組合員のみならずには初回ご利用から7週間「放射能関係のお知らせ」をお届けしています。継続配達をご希望の方は注文番号190888でお申し込みください。タベソダではお届けしていません。(申込1回で、中止手続きされるまで配達されます)

*「放射能関係のお知らせ」が静電気の影響で数枚入ってしまうことがあります。ご了承ください。