

放射能関係のお知らせ

2017年8月1回(C週)

お届け日: 2017/7/24~7/28

発行日: 2017/7/17

pal*system
生協 パルシステム

本誌は、カタログ掲載の青果について、2017/7/13(木)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	検査予定 御坂・やはた会・東光寺・勝沼
	すもも	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
	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・やはた会・勝沼・東光寺
		検査予定 御坂
	ブルーベリー	品目で検査済 狹山・小田原
果実	メロン	品目で検査済 鶴岡・庄内たがわ
		検査予定 秋田みなみ
	桃	品目で検査済 ふくしま未来・御坂・やはた会・サンファーム
		検査予定 さくらんぼひがしね・グリーン長野・中野・うもれ木の会
	いんげん	品目で検査済 ふくしま未来・葉菜野果・元気会・草の会
		果菜類で検査済 あいづ・二本松・谷田部・たまつくり・佐久ゆうき
枝豆	検査予定	軽米町・かづの
	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
	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・谷田部・たまつくり・八千代・佐原・八街・和郷・佐久ゆうき・風土の会
果菜	きゅうり	検査予定 花咲・ファーマン
	品目で検査済	こまち・あいづ・二本松・みちのく野菜・夢みなみ・八千代・野菜くらぶ・邑楽館林・村悟空・佐原・サンド旭・和郷・草の会
	果菜類で検査済	ふるさと・谷田部・沃土・グッファーム・水の里センター
	検査予定	新しいわて・かづの
	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・沃土・佐原
	果菜類で検査済	こまち・夢みなみ・たまつくり・有機農法ギルド・元気会・村悟空・サンド旭・和郷・佐久ゆうき・草の会
	検査予定	かづの
	とうもろこし	品目で検査済 海上
	果菜類で検査済	野菜くらぶ・村悟空・八街
	検査予定	軽米町
なす	品目で検査済	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
	果菜類で検査済	検査予定 中野
	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
	品目で検査済	和郷
	ピーマン	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
	果菜類で検査済	あいづ・八千代・野菜くらぶ・沃土・村悟空・佐原・風土の会・草の会・佐久ゆうき・水の里センター
	検査予定	ながの

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・トップリバ一・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
		葉菜類で検査済 沢土・村悟空・八街・遠州・飯山
根菜	クレソン	品目で検査済 フォレストファーム
	小松菜	品目で検査済 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
		葉菜類で検査済 谷田部・有機農法ギルド・たまつくり・八街
	サニーレタス	品目で検査済 ハケ岳モグラ会
		葉菜類で検査済 野菜くらぶ・トップリバー・菅平
	チンゲン菜	品目で検査済 あゆみの会
根菜	つるむらさき	葉菜類で検査済 夢みなみ
	にら	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
	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
	葉ねぎ	品目で検査済 村悟空・サンド旭・南伊豆
根菜	ブロッコリー	品目で検査済 葉菜くらぶ・菅平
	ペッパー	品目で検査済 フェニクス・レインボー
	ほうれん草	品目で検査済 新いわて・あいづ・栃木開拓・草の会・長野モグラ会
		葉菜類で検査済 谷田部・野菜くらぶ・佐原・ハケ岳モグラ会
	みず菜	葉菜類で検査済 谷田部・葉菜野果・佐原
	モロヘイヤ	葉菜類で検査済 谷田部・たまつくり・沃土・佐原
根菜	ルッコラ	葉菜類で検査済 葉菜野果・沃土・南埼玉・和郷
	レタス	品目で検査済 野菜くらぶ・トップリバー・菅平
		葉菜類で検査済 ハケ岳モグラ会
	ごぼう	品目で検査済 利根川
		根菜類で検査済 谷田部・たまつくり・葉菜野果・佐原・和郷・清瀬
	さつまいも	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
根菜	じゃがいも	品目で検査済 常総・谷田部・たまつくり・有機農法ギルド・八街・佐原・風土の会・海上・和郷
		根菜類で検査済 葉菜野果
		検査予定 軽米町・米沢郷・あいづ・ふきのとう・水の里センター・佐久ゆうき
	玉ねぎ	品目で検査済 みどりの・旬彩・有機農法ギルド・佐久ゆうき
		根菜類で検査済 風土の会・ファーマン
	大根	検査予定 ささかみ
根菜	長芋	品目で検査済 ゆうき青森・野菜くらぶ
	人参	検査予定 新いわて
		品目で検査済 花咲・ファーマン
	にんにく	根菜類で検査済 ハケ岳

●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
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
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)			
徳用生しいたけ(原木栽培)	谷田部	2017/7/5	7.4
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	

* 7/12 の放射能検査で、生しいたけ(原木栽培)よりの放射能の検出はありませんでした。

注文番号	商品名	報告日	セシウム Bq/kg
2017/5/8	コトコト 346 もやしと豚肉のチャンプ		
	きなり 302 ルーセットのしいたけ		
	コトコト 111309 しょうが香るやわらか		
	きなり 112160 鶏手羽元の白湯スープ		
	きなりセレクト 341096 セットのしいたけ		
	コトコト 350 ひき肉と春雨のオイ		
2017/7/5	きなり 305 スターソース炒めセットのしいたけ		
	コトコト 362 野菜たっぷりのつけごはんセットのしいたけ		
	コトコト 348 具だくさんと牛肉きんぴらセットのまいたけ		
	きなり 301 水煮	2017/4/24	3.3
	コトコト 354 厚あげと野菜の甘酢	2017/4/3	3.1
	きなり 308 あんからめセットのしいたけ水煮		
2017/4/24	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・静岡県以東の本州17都県)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。報告の時点での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が、それ以外はおよそ半年に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	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、スナップえんどうなど
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・茎菜	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 いかに食べるか 2

原発事故から 6 年が過ぎ、いかに食べていくのか、何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。

微量検出の食材を選ぶか、選ばないかは、個々の判断になります。放射線被害は蓄積ですので、元々どのくらい放射線を浴びているか、個々の年齢、健康状態などで異なります。

食にまつわるリスクが多くなった現代

現在、さまざまな食に対するリスクがあります。農薬・化学肥料・遺伝子組み換え・食品添加物・環境ホルモン・重金属汚染、そして放射能です。

昭和 30 年代に世界(アメリカ、ソ連、中国、インド、フランスなど)で大気核実験が繰り返し行われるようになり、ビキニ環礁では放射能に汚染されたマグロが話題となりました。

その当時は多くの食材を計測して一般に公表するというような形はとられていませんでしたが、実際は大気中の放射能の降下量の測定や作物への放射能の吸収・移行の研究や食品や人体への蓄積という計測がおこなわれていました。

放射能は、さまざまな食に対する知識の中では、もっとも話しにくいリスクとなってしまっていますが、自分にあった食を選ぶには正しく知っておく必要があります。

昭和 30 年代から、バックグラウンドとして放射能は食事を通じて微量ながら体に取り込まれてきました。放射能を排出し、対抗して、健康を保つにはどんなことが大切なのでしょうか?

放射能に対抗する体の力

● 身体のもつ「抗酸化」とは何か

活性酸素は、もともと体外から侵入してきた細菌やウイルスを破壊する役割があります。しかし、放射能の他に、タバコ、大気汚染、紫外線などが活性酸素を発生させることができます。

活性酸素が多すぎると、DNA の損傷や細胞の老化やさまざまな病気を引き起こすとされています。

人の身体には増えすぎた活性酸素をけすことのできる抗酸化作用をもった酵素があります。

放射能は、体内において活性酸素を引き起こすことがしられています。

● 抗酸化作用をもつ食を取り入れる

一般的な抗酸化物質として知られているのは、「ビタミン A、ビタミン C、ビタミン E、などのビタミン類やポリフェノール、カテキン、リコピン、カロチン」など耳にしたことのあるものばかりです。これらの多くは、植物の色としてあらわされていて、野菜や果物をとることで簡単に体に取り入れることができます。

リコピンはトマト、β カロチンはかぼちゃや人参、β クリプトキサンチンはみかん、アントシアニンはブルーベリー、クロロフィルはほうれん草(緑色の野菜)、クロロゲン酸はごぼう、ルテインはゴールデンキウイなどで知られています。

色が鮮やかに調理した方がよいので、長いこと煮たり、焼いたりして色がなくなるないように注意して、なるべく色よく調理をし、より多くの色素を体に取り入れるようにしましょう。

もっとも効果的なのは、生で食べられるものは生で取り入れることがお勧めです。生野菜には、酵素が多く含まれており、加熱することで失われます。日本では昔から、生野菜をそのまま食べるより、塩や梅肉をつけることや、酢の物という形で食材を色よく効率的に食べる知恵があります。

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 1039)」(2017/4/7~2017/6/16 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 未満で検出された上位数点です。

原木シイタケ: 岩手県大槌町・茨城県常陸太田市ほか	3.4~58Bq/kg
タケノコ: 茨城県土浦市・水戸市・取手市ほか	2~55Bq/kg
イワナ: 群馬県中之条町(四万川)ほか	12~72 Bq/kg
ヤマメ: 群馬県中之条町(上沢渡川)ほか	6.2~21 Bq/kg
アユ: 群馬県中之条町(名久田川)ほか	16.8 Bq/kg
イノシシ肉: 千葉県君津市	22~26 Bq/kg
乾シイタケ: 静岡県伊豆市・群馬県藤岡市ほか	23~64 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。

ワラビ: 福島県福島市	45Bq/kg
コシアブラ: 福島県桧枝岐村	41Bq/kg
タケノコ: 福島県玉川村	40Bq/kg
ネマガリダケ: 福島県北塩原村	28Bq/kg
イワナ: 福島県福島市(阿武隈川水系)	7.8~35Bq/kg
ヤマメ: 福島県福島市(阿武隈川)	7.6~31Bq/kg
干しじんまい: 福島県西会津市	34~64Bq/kg
乾しいたけ: 福島県昭和村	22Bq/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せています。

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、7日まで しいたけ から生しいたけ(原木栽培)から 1 件(7.4Bq/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、かっこ内は検出数、網掛けは検出された分類)

	7月	7月の検出内容		6月
青果	13 (0)		卵	0 (0)
しいたけ	1 (1)	生しいたけ(原木栽培) 7.4Bq/kg	魚介類	5 (0)
その他のきのこ類	1 (0)		飲料水・飲料	4 (0)
米・米飯類	0 (0)		乳幼児用食品	3 (0)
牛乳・乳製品	4 (0)		その他加工食品	37 (0)
肉類	0 (0)		合計	68 (1)

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。日本の稻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。検査された産地の米は、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。菌草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。その他の菌草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とがありますが、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。yummyum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)	国の規格基準	
2014年10月より現行基準	現	旧
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
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「yummyum」掲載商品とインターネットの赤ちゃん推奨商品。