

放射能関係のお知らせ

2018年6月1回(C週)

お届け日:2018/6/4~6/8

発行日:2018/5/21



本誌は、カタログ掲載の青果について、2018/5/17(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	
果物	梅	検査予定	野菜くらぶ・小田原
	すいか	品目で検査済	八千代・常総産直・北つくば
	メロン	品目で検査済	八千代・旭村・ほこた
	桃	検査予定	常総産直・葉菜野果
	りんご	品目で検査済	御坂・やはた会
果菜類	枝豆	品目で検査済	八峰園・ゴールド農園
	枝豆	検査予定	七人侍
		検査予定	谷田部・常総産直研・利根川・野菜くらぶ・佐原・八街
	オクラ	果菜類で検査済	野菜くらぶ
	かぼちゃ	果菜類で検査済	八街・和郷・佐原
		検査予定	八千代
	きゅうり	品目で検査済	みちのく野菜・たまつくり・八千代・野菜くらぶ・邑楽館林・村悟空・サンド旭・佐原
		果菜類で検査済	谷田部・草の会・沃土・和郷
		検査予定	新しいわて・ふるさと・こまち・かづの・あいづ・夢みなみ・二本松・グットファーム
	スナップえんどう	品目で検査済	ふくしま未来・風土の会
		果菜類で検査済	二本松
		検査予定	あいづ・八街
	ズッキーニ	果菜類で検査済	沃土・八街・風土の会
		検査予定	草の会・水の里センター・グットファーム・飯山・佐久ゆうき
	そらまめ	検査予定	常総・やさと・八街・和郷
	トマト	品目で検査済	谷田部・葉菜野果・うつのみや・野菜くらぶ・いちかわ・八街
		果菜類で検査済	たまつくり・沃土・元気会・村悟空・佐原・サンド旭・和郷
		検査予定	夢みなみ・あいづ・みちのく野菜・有機農法ギルド・につたみどり
	なす	果菜類で検査済	谷田部・たまつくり・八千代・野菜くらぶ・沃土・佐原・八街
	ピーマン	果菜類で検査済	谷田部・八千代・沃土・村悟空・佐原・八街・和郷・風土の会
品目で検査済		あゆみの会・元気会・沃土・村悟空・和郷	
ミニトマト	果菜類で検査済	八千代・野菜くらぶ・サンド旭・佐原・風土の会	
	検査予定	庄内たがわ・あいづ・佐久ゆうき	
アスパラ	品目で検査済	あいづ・うつのみや・飯山	
	葉菜類で検査済	庄内たがわ	
大葉	葉菜類で検査済	村悟空・和郷	
	品目で検査済	八千代・常総産直・野菜くらぶ・村悟空・海上・佐原・和郷	
キャベツ	品目で検査済	谷田部・有機栽培ギルド・たまつくり・八街・風土の会・風土の会・トップリバー	
	葉菜類で検査済	有機農法ギルド・群馬モグラ・沃土・佐原	
小松菜	品目で検査済	谷田部・たまつくり・やさと・葉菜野果・野菜くらぶ・草の会・南埼玉・八街・風土の会	
	葉菜類で検査済	グットファーム・佐久ゆうき	
サニーレタス	品目で検査済	野菜くらぶ・トップリバー	
	検査予定	菅平・ハケ岳モグラ会	
チンゲン菜	品目で検査済	あゆみの会・遠州	
葉菜類	葉菜類で検査済	葉菜野果・沃土	

分類	品目名	放射能検査の状況	
葉菜類	にら	品目で検査済	元気会・和郷
		葉菜類で検査済	葉菜野果・野菜くらぶ
	ねぎ	品目で検査済	沃土・村悟空
		葉菜類で検査済	谷田部・たまつくり・八千代・南埼玉・佐原
		検査予定	常総
	葉ねぎ	品目で検査済	南伊豆
		葉菜類で検査済	常総産直・村悟空・海上・佐原・サンド旭
	ブロッコリー	品目で検査済	夢みなみ・谷田部・八千代・常総産直・野菜くらぶ・沃土・海上・佐原・和郷・八街
		検査予定	あいづ・菅平
	ベビーリーフ	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	新しいわて・たまつくり・佐原・草の会・風土の会
		葉菜類で検査済	あいづ・谷田部・常総産直・野菜くらぶ
		検査予定	栃木開拓・ハケ岳モグラ会・長野モグラ会
	みず菜	品目で検査済	葉菜野果
		葉菜類で検査済	谷田部・佐原・沃土
ルッコラ	葉菜類で検査済	葉菜野果・沃土・南埼玉・和郷	
	品目で検査済	野菜くらぶ	
レタス	葉菜類で検査済	草の会・グットファーム・トップリバー・佐久ゆうき	
	検査予定	菅平・ハケ岳モグラ会	
ロメインレタス	葉菜類で検査済	グットファーム	
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	
	根菜類で検査済	和郷	
	検査予定	清瀬	
じゃがいも	検査予定	常総・谷田部・たまつくり・葉菜野果・埼玉産直・佐原・八街・和郷	
玉ねぎ	品目で検査済	元気会・埼玉産直・小田原	
	根菜類で検査済	たまつくり・海上	
	検査予定	旬彩・有機農法ギルド・風土の会	
大根	品目で検査済	葉菜野果・野菜くらぶ・佐原・海上・和郷	
	根菜類で検査済	谷田部・たまつくり・沃土・村悟空・八街・風土の会	
	検査予定	あいづ	
長芋	品目で検査済	葉菜野果	
人参	品目で検査済	やさと・八千代・和郷・八街・風土の会	
	根菜類で検査済	谷田部・たまつくり・あゆみの会・沃土・村悟空・海上・佐原	
	検査予定	常総・有機農法ギルド・風土の会	
にんにく	根菜類で検査済	八千代	

●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
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 *生しいたけからは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	2018/5/16	8.5
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

品目名	産地名	報告日	セシウム Bq/kg
栃木こしひかり	日本の稲作を守る会	2017/10/18	3.1 4.8
パルシステムの独自ガイドライン			10
政府の基準値			100

* 白米で検査を行ったところ、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
コトコト 357	もやしと産直豚バラ	2018/4/3	4.3
きなり 301	肉のチャンプルー		
きなりセレクト 341045	ツットのしいたけ		
コトコト 354	ひき肉と春雨のオイスターソース炒め	2018/4/3	4.3
きなり 299	ツットのしいたけ		
コトコト 111287	ひき肉入り具だくさん	2018/5/16	8.5
きなり 305	卵の花セットのしいたけ		
きなりセレクト 341096	豚団子と春雨のサンラータン風セット		
コトコト 111317	豚団子と春雨のサンラータン風セット	2018/5/16	8.5
きなり	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

注文番号	商品名	報告日	セシウム Bq/kg
コトコト 341	冷凍さつまいもスティック	2017/11/20	1.3
yumyum 122505			
パルシステムの独自ガイドライン			10
政府の基準値			100

●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

●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・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 8 年めに どんな食事が大切か 8

2016 年度に取り上げた内容を一部改編してお届けします。

放射能は体内で放射線を出してDNAを切断するほか、活性酸素を作り出し体内の細胞やDNAを障害します。活性酸素を抑えるために、抗酸化力のある食事とはなんでしょうか。

放射能に対抗する食の力

● 身土不二としての和食

身土不二の考えは、日本には日本の風土にあった和食があり、健やかな体をささえる基本的な食のあり方について説いています。野菜には、もともと植物が生存するための「毒」をもっています。たとえば、ナス科の植物はアルカロイド系の毒、人参、きゅうりなどはビタミンCを破壊するアスコルビナーゼ、アブラナ科の植物にはゴイトロジェン(甲状腺腫誘起物質)、ほうれん草にはシュウ酸(結石の要因と言われている)、大豆に含まれるトリプトインヒター(タンパク質分解酵素を阻害する)などさまざまな有害物質が含まれています。しかし、このような植物毒をうまく調理して体に害のない利用をしてきた和食には、多くの野菜を上手に取り入れる秘訣があります。

● 和食の調理の工夫

ビタミンCを破壊する酵素であるアスコルビナーゼなどを含む野菜(きゅうりなど)を食べる際、日本では、酢の物にしったり塩をつけたり、梅肉や味噌をつけて、アスコルビナーゼの働きを止めて食べてきました。トマト・ナスなども体を冷やすからという言い伝えであり食べすぎないように言われてきました。また、大豆は、煮たり、味噌や醤油など発酵させたりすることで、おいしく、身体によりよいようにして摂ってきました。最近では、シュウ酸の少ないサラダほうれん草などがでてきましたが、ほうれん草に含まれるシュウ酸に対しては、湯がいてからカツオ節をかけて食べてきました。これは、カツオ節のカルシウムとシュウ酸が結合することでシュウ酸の影響を軽減し、ほうれん草のよい点を取るとい昔ながらの知恵です。

● 実は生食が多い和食

人は体内に 2 万種類の酵素があるとされています。その生成に多くのエネルギーを使っていますが、生食は体内の消化酵素を生成するエネルギーを節約することができることとされています。放射能で傷害された身体の修復にエネルギーを使う生食を取り入れることは有効な食べ方だとされています。日本では植物毒の影響をうまく避けながら、漬物や酢の物として多くの野菜を生食で利用してきました。多くの果物を季節ごとによく食べることで各種ビタミンを摂ってきました。果物には多くのポリフェノールが含まれ、生で食べることでポリフェノールの量を減らすことなく摂ることができました。また、生食は、野菜に含まれる有効な酵素も利用できます。昔から大根おろしをさんまなどに添えたりしてきましたが、大根おろしにはアミラーゼ(デンプン分解酵素)、プロテアーゼ(タンパク質分解酵素)、リパーゼ(脂肪分解酵素)が含まれています。大根おろしの酵素はすつてから 20 分程度で分解されるため、直前にすりおろすのが大切です。消化しやすい食べ方を取り入れることで、身体への負担を軽減し、より放射能を排出しやすく、また体の修復にエネルギーを使える体内環境をつくることができます。

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 1081)」(2017/8/29~2018/4/20 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 未満で検出された検体のうち、20Bq を超えたものです。

タケノコ:茨城県水戸市・稲敷市ほか	1.4~71Bq/kg
シイタケ:茨城県常陸太田市ほか	1.9~40Bq/kg
モミジガサ(きのこ):栃木県那須塩原市	23Bq/kg
スズキ:千葉県銚子市銚子・九十九里沖	1.22Bq/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 未満で検出された検体のうち、20Bq を超えたものです。

タラの芽:福島県喜多方市・福島市ほか	7.3~63Bq/kg
シイタケ(原木):福島県喜多方市ほか	6.3~24Bq/kg
イワナ(淡水魚):福島県福島市横川(阿武隈川水系)ほか	13~80Bq/kg

5 月の放射能検査状況

5 月の検査は、11 日までの検査結果です。しいたけより原木しいたけから 1 件(12Bq/kg)が自主基準内で検出されたほかは、すべて不検出でした。

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)

	5 月	検出内容	5 月
青果	19 (0)		0 (0)
しいたけ	3 (1)	しいたけ(原木栽培)より 12Bq/kg	魚介類 14 (0)
その他のきのこ類	1 (0)		飲料水・飲料 5 (0)
米・米飯類	0 (0)		乳幼児用食品 19 (0)
牛乳・乳製品	3 (0)		その他加工食品 56 (0)
肉類	1 (0)		合計 121 (1)

2017年度の放射能検査の状況(2017 年 4 月~2018 年 3 月)

青果	柑橘類の不知火より 1 件(3. 2Bq/kg)で自主基準内の検出がありました。
しいたけ、他のきのこ	生しいたけより(3. 1~21Bq/kg)で自主基準内の検出がありました。他のきのこ類は放射能不検出です。
米	日本の稲作を守る会の玄米(こしひかり)より 2 件(3. 1、4. 8 Bq/kg)放射能が自主基準内で検出されましたが、白米で検査したところ不検出でした。 2017 年産米は、27 産地 69 検体の検査が終了し、2 件検出、その他 67 件不検出でした。重点産地については各産地より複数の検体を検査を行います。それ以外の産直産地については、一産地一検体で検査を行います。複数の銘柄を出荷している場合でも、一検体となります。 *放射能はぬか部分に多く蓄積するため、玄米で検査をおこなっています。
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 で検査を行っております。冷凍さつまいもスティックより 1 件(1. 3Bq/kg)、産直野菜チップス(さつまいも・にんじん)より 1 件(1. 2Bq/kg)が自主基準内で検出されました。
その他加工食品	<p><お料理セット> 野菜と肉を含めて毎月各メーカーごとに 1 検体の検査を行っています。2017 年より yumyum での掲載が開始され、検出下限値は 1Bq/kg で行っています。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。</p> <p><大豆加工品> 豆腐、納豆、味噌、醤油など大豆加工品は、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。</p> <p><乾物> 2017 年 7 月に岩手県産乾燥しいたけ(5. 0Bq/kg)から自主基準内で検出がありました。</p> <p><その他> 2017 年 12 月にサプリメントのブルーベリー&ルテイン(8. 2Bq/kg)から自主基準内で検出がありました。</p>

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	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

● 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、飲料茶、牛乳、乳幼児用食品	10	10	水、飲料茶 10 乳幼児用食品、牛乳 50
飲料、乳製品、米	25	50	一般食品 100
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)			
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。