

「正當にこわがることは なかなかむづかしい」 しかし、今それが必要です

関澤 純(せきざわ じゅん)

NPO法人 食品保健科学情報交流協議会理事長。1971年東京大学農学系大学院博士課程修了・農学博士。専門は、食品・化学物質・環境分野のリスク評価とリスクコミュニケーション。厚生労働省から研究費支援を受け、「食の安全ナビ検定クイズ」
<http://www.ccfhs.or.jp/>も提供中。

今、私たちに 求められていること

この度の東日本大震災で被災された地域の皆さまに、心よりお見舞いを申し上げます。

今回の震災では、地震と津波による壊滅的な被害に加え、原子力発電所の重大事故により環境と食品の汚染に対する不安が広がっています。野菜の出荷制限と摂取制限の指示が出されていますが、私たちにとって今最も大切なのは、「発表される数値や“基準値の何倍”という言葉に振り回されず、その意味を適切に理解する」ことです。

表題の言葉は、物理学者の寺田寅彦てらだ とらひこのものですが、数値の意味を適切に理解しそれに基づいた行動をとること——つまり、不必要に不安がらず、「正當にこわがる」ことが、風評被害を防ぐために求められます。

放射能による食品汚染と 「暫定基準」の意味

食品に含まれる放射性物質の安全基準としての暫定基準値は、食品衛生法により「その食品を長期間とりつづけても健康上問題がない」数値として、原子力安全委員会の提案した指標（最新改定は平成22年8月）が暫定的に用いられています。

現在検出された最も高い放射性ヨウ素

の濃度はホウレンソウ1kg当たり54,100ベクレルですが、このホウレンソウを10日間連続して食べた（日本人の平均1日摂取量15g×10日）としても、その合計は単位を換算^{※1}すると0.13ミリシーベルトで自然放射能（後述）の10分の1以下です。

年間に浴びる 自然放射能と比べると

私たちは毎日、宇宙線、大地、空気、食品（太古からの残留放射能）による自然放射能にさらされていて、1年間に平均2.4ミリシーベルトを浴びています。

つまり暫定基準の数倍程度の放射能検出でも、それを数回食べても、子どもから大人まで誰もが年間に浴びている自然放射線の量を上回ることはありません。しかも、葉物野菜では洗えば半分以下になるくらい汚染を除くことができます。

また、原乳では1kg中最大1,510ベクレル（暫定基準値は1kg中300ベクレル。乳児の暫定基準値は100ベクレル）が検出されていますが、食品中の放射能制限基準は国により異なります。例えば、牛乳中のヨウ素131については、フィンランドでは1kg中2,000ベクレル、欧州共同体では500ベクレルとまちまちで、日本の暫定基準は厳しい方です。

チェルノブイリの事故後、高濃度に汚染

された牛乳中の放射性ヨウ素による子どもの甲状腺がんの増加が認められたため、現在日本では念のため乳児について水道水の利用制限がされています。しかし、現時点の最高濃度検出水（1kg中に215ベクレル）を乳児の1日の平均哺乳量である約850mLを10日間飲み続けたとしても0.26ミリシーベルト^{※2}で、やはり自然放射能を1年浴びた時の10分の1程度です。

風評被害は、私たち 1人ひとりが防ぐもの

チェルノブイリの事故後には、不安ストレスによると思われる発がんの増加があり、過剰な不安はがんの原因になり得るともいわれています。正しい知識を身につけ、“正しく怖がる”ことが必要なのです。

今は、何より被災者の支援を第一に考えましょう。被災地の生産者を苦しめる、汚染がない食品の買い控えもやめましょう。

状況は刻一刻変化していますので、詳しい情報を知りたい方は、食品安全委員会が3月30日に公表した「放射性物質に関する緊急とりまとめ」（<http://www.fsc.go.jp/>）をご覧ください。今後の環境汚染の規模を予測するためのデータが不足しており正確な予測は難しい状態ですが、常に新しく正確な情報を入手する意識を持ち、その努力をしていきましょう。

【各数値は2011年4月9日現在のもの】

※1 放射能の強さを表すベクレル単位から、人への影響を示すシーベルト単位への換算は、実効線量係数という換算数値（10万分の1.6）を掛けて計算する。
※2 乳児の場合、放射性ヨウ素からの防護に適用される換算数値は1万分の1.4。