

「妊婦への魚介類の摂食と水銀に関する注意事項について」

平成17年9月20日

(社)日本消費生活アドバイザー・コンサルタント協会
食生活特別委員会

1. 伝えたい内容は、わかるが、表現が「注意事項」になっていない。

「次の事項に注意しつつ・・・」「本注意事項は・・・」とあるが、どれが「注意事項」なのかがよくわからない。

情報提供(説明)の内容と注意すべき内容を区別して表現した方が良いのではないか。

当方からは、添付ファイル(【提案】Met-HgNACS案.rtf)のような表現方法を提案します。

また、今後、同様の注意喚起をする必要があるケースが出てくると思うので、どのような場合を「情報提供(説明にとどめるもの)」とするのか、「注意事項」「警告事項」とするのかなど、危険の程度、頻度と情報としての緊急性や重要性による分類をしておく必要があると思う。

2. このような情報の提供、注意喚起をすることは、食の安全性の確保や、食に対する安全性の考え方、課題を消費者、事業者、行政が共有する上でとても有用であると思う。

今後、この注意事項が消費者に広く行き渡るような工夫が積極的にされるよう期待している。

生産者や流通、行政、消費者にとっても有効な情報となるよう、協力体制をつくっていききたいと思う。

たとえば、消費者が食材を選択する場面である店頭での情報提供が必要であれば、我々消費者(団体)としても協力したい。

以上

妊婦への魚介類の摂食と水銀に関する注意事項 (NACS 食生活特別委員会案)

- 妊娠している方又は妊娠している可能性のある方（以下「妊婦」という）は、水銀濃度の高い魚介類を偏って多量に食べることは避けましょう。そうすれば、特に心配する程のリスクではありません。

注意事項：妊婦の方へ

妊娠している方又は妊娠している可能性のある方（以下「妊婦」という）は、次の事項に注意して、魚介類を摂食してください。

1. 以下の表に挙げる魚介類は、摂食量の目安を超えないように食べること

表 妊婦が注意すべき魚介類の種類とその摂食量の目安

魚介類	摂食量の目安
現在、すでにある表の列を入れ替えて記載する	

(参考1) マグロの中でも、.....

(参考2) 魚介類の消費形態ごとの.....

.....

例えば、週に1回と注意事項に記載されている魚介類のうち、2種類または3種類を同じ週に食べる際には、食べる量をそれぞれ2分の1または3分の1にするといった工夫をしましょう。また、ある週に食べ過ぎた場合は次の週に量を減らしましょう。

2. 栄養のバランスのよい食事を心がけること

魚介類は健やかな妊娠と出産に重要である栄養のバランスのよい食事に欠かせないものです。本注意事項は、妊婦の方々に水銀濃度が高い魚介類を食べないように要請するものではありません。また、本注意事項は胎児の保護を第一に、食品安全委員会の評価を踏まえ、魚介類の調査結果等からの試算を基に作成しました。水銀濃度が高い魚介類を偏って多量に食べることは避けて、水銀摂取量を減らすことで魚食のメリットと両立することを図りましょう。

説明事項：すべての方へ

魚介類の有益性

魚介類（鯨類を含む。以下同じ）は、良質なたんぱく質や、生活習慣病の予防や脳の発達等に効果があるといわれている EPA、DHA 等の高度不飽和脂肪酸をその他の食品に比べ一般に多く含み、また、カルシウムを始めとする各種の微量栄養素の摂取源である等、健康的な食生活にとって不可欠で優れた栄養特性を有しています。

魚介類の水銀の健康への影響（現時点での知見）

魚介類は、自然界の食物連鎖を通じて、特定の地域等にかかわらず、微量の水銀を含有していますが、その含有量は一般に低いので健康に害を及ぼすものではありません。しかしながら、一部の魚介類については、食物連鎖を通じて、他の魚介類と比較して水銀濃度が高いものも見受けられます（表参照）。

●影響の程度

近年、魚介類を通じた水銀摂取が胎児に影響を与える可能性を懸念する報告がなされています。

この胎児への影響は、例えば、音を聞いた場合の反応が1/1,000秒以下のレベルで遅れるようになるようなものです。影響があったとしても、将来の社会生活に支障があるような重篤なものではありません。

●胎児以外への影響

- ・ 小児への影響：食品健康影響評価では、小児は成人と同様の水銀の排泄機能を有しており、脳への作用も成人と類似していること、セイシエル小児発達研究において、子供の神経系の発達にメチル水銀に関連する有害影響が証明されなかったこと等が示されています。
- ・ 授乳中の母親への影響：食品健康影響評価では、母乳を介して乳児が摂取する水銀量は低いことが示されています。

●わが国における食品による実際の水銀摂取量

わが国における食品を通じた平均の水銀摂取量は、食品安全委員会が公表した妊婦を対象とした耐容量の6割程度であって、一般に胎児への影響が懸念されるような状況ではありません。

今後の検討課題

1. 国内に流通する食品（輸入食品も含む）についてのメチル水銀に関するデータの収集、また、国民の皆様の摂食の実態調査とあわせて、必要な施策の検討、迅速な情報提供を進めていきます。
2. 本注意事項をはじめ、生産者、食品事業者、流通、報道関係、国民の皆様と協力し、情報提供、情報交換に努力していきます。

意見募集 水銀(foodchain)

差出人: [REDACTED]
送信日時: 2005年9月21日水曜日 13:00
宛先: 意見募集 水銀(foodchain)
件名: 「妊婦への魚介類の摂食と水銀に関する注意事項」の見直しに対する意見
添付ファイル: 市販鯨肉類の表示.doc



市販鯨肉類の
表示.doc (80 KE)

2005年9月21日

厚生労働省医薬食品局食品安全部基準審査課乳肉水産基準係御中

日本生活協同組合連合会

[REDACTED]
[REDACTED]
[REDACTED]

「妊婦への魚介類の摂食と水銀に関する注意事項」の見直しに対する意見

標記「妊婦への魚介類の摂食と水銀に関する注意事項(案)」(以下「注意事項案」)に関して、以下の通り意見を申し上げます。

(1)消費者にわかりやすい注意喚起を行なうこと

注意事項案では注意喚起の対象魚種が細かく指定され、魚種毎の摂取目安が示されています。しかしこれは煩雑で消費者にわかりにくく、実効性に疑問があります。消費者にわかりやすい内容での注意喚起をされるよう要望します。

妊婦については、暫定規制値の対象外魚種のうち淡水魚を除く魚種について、以下のような注意喚起をすべきと考えます。

- 特にバランスのよい食生活を心がけ、偏食をしないようにすること。
- マグロ・カジキ類、サメ類、深海魚類、鯨類を食べ過ぎないようにすること。
(具体的には、週80g以下を目安とすること。鯨類のうちイルカ類は特にメチル水銀を多く含むので、摂食を控えること。)

(2)小児及び一般人に対しても具体的な注意喚起を行なうこと

注意事項案では、小児及び一般人については「魚介類をバランス良く摂取してください。」と書いているだけで、十分な注意喚起がなされていません。小児及び一般人についても、具体的に目安を示すべきと考えます。

食品安全委員会から発表された「魚介類等に含まれるメチル水銀に係る食品健康影響評価(案)のポイントについて」では、「通常の食生活をしている一般集団に対

しては従来の評価を適用すると書かれています。日本人の毛髪中水銀濃度は大部分が10ppm以下であるものの、少数ながら20ppmを超える人もいるという報告(Yasutakeら:Tohoku J.Exp.Med.,199,161,2003など)があることから、従来のPTWIの3.3 $\mu\text{g}/\text{kg}/\text{week}$ を超えたメチル水銀の摂取をしている人もいますと考えられます。したがって、一般人に対しても注意喚起を行なうべきと考えます。

また、現時点ではデータが少ないものの、中枢神経系が発達段階にある小児が、成人と比較してメチル水銀に対する感受性が高いことは十分に予測されることです。さらに、小児は体重あたりエネルギー摂取量が成人の2倍以上であり、体重あたりメチル水銀の摂取量も成人の2倍以上と予想され、過剰摂取されやすい条件下にあります。

したがって、小児及び一般人について、以下のように注意喚起すべきと考えます。

(小児に対する指導)

- 小児には、バランスのよい食生活を心がけ、偏食をしないよう指導すること。
 - マグロ・カジキ類、サメ類、深海魚類、鯨類を食べ過ぎないように指導すること。
- (具体的には、週80g以下を目安とすること。鯨類のうちイルカ類は特にメチル水銀を多く含むので、できるだけ摂食を控えること。)

(一般成人)

- マグロ・カジキ類、サメ類、深海魚類、鯨類を食べ過ぎないようにすること。
- (具体的には、週160g以下を目安とすること。鯨類のうちイルカ類は特にメチル水銀を多く含むので、できるだけ摂食を控えること。)

(3)メチル水銀のリスクについて誤解されるような表現をしないこと

注意事項案では、「この胎児への影響は、例えば音を聞いた場合の反応が1/1,000秒以下のレベルで遅れるようになるようなもので、あるとしても将来の社会生活に支障があるような重篤なものではありません。」と書かれています。メチル水銀の健康影響が非常に小さいものであると誤解される可能性があります。メチル水銀の影響は摂取量・蓄積量によって異なり、摂取量が多ければ、より重篤な影響が出る可能性があります。

この「反応が1/1,000秒以下のレベルで遅れる」というのは、フェロー研究において中枢神経の発達を見るために行なわれた試験項目のひとつである聴性誘発電位の遅れを取り上げたものに過ぎません。フェロー研究では結論として、言語能力、注意力、記憶力に影響が見られたと報告されていることをわかりやすく説明すべきと考えられます。

なお、この記述は食品安全委員会の「魚介類等に含まれるメチル水銀に関する食品健康影響評価についてのQ&A」の記述を受けて書かれたものと考えますので、食品安全委員会にも修正を求めます。

(付)鯨類の表示について

鯨類のうち特に歯鯨類(イルカ類)のメチル水銀濃度は高いことが知られています。

一方、鯨肉類の名称表示については2000年に定められた生鮮食品品質表示基準で義務付けられていますが、水産庁の調査で、現在でも市販鯨肉類の多くで歯鯨類を髭鯨類として表示するなどの不適切な表示があると報告されています。

鯨肉類の摂食は地域的に偏りはありますが、メチル水銀に関する注意喚起を行なっても表示が誤っている場合、妊婦が歯鯨類の肉を摂食する可能性もあります。そのようなことを防止するために、関係省庁と連携して表示の是正に当たるとともに、注意喚起の仕方をご検討いただくよう要望します。

(参考) 市販鯨肉類の表示

水産庁の委託で日本鯨類研究所が調べたデータ(2004年度分)を日本生協連で集計したもの

実際の種	検体数	鯨種表示 ^{*1}											表示の適正度 ^{*2}							
		鯨種表示なし		(ヒゲクジラ)				(ハクジラ)					適正表示	不適表示	不適率(%)					
		表示なし	品名に「クジラ」	品名に「イルカ」	ミンク	ニタリ	イワシ	ナガス	ゴンドウ	マッコウ	ツチ	アカボウ				小型鯨類	有歯鯨類	イルカ		
ヒゲクジラ 豚目	セミクジラ科	セミクジラ	3	1													2	1	33	
	ナガスクジラ科	ミンククジラ	86	8	19			3		1								55	31	36
		クロミンククジラ	259	23	39	188		6	2	1								188 (0)	71 (259)	27 (100)
		ニタリクジラ	51	5	6	20		2	1	1								16	35	69
		イワシクジラ	65	4	7	22	1											31	34	52
		ザトウクジラ	5		1	2												2	3	60
ハクジラ 豚目	マイルカ科	ハナゴンドウ	6	3						3								3 (0)	3 (6)	50 (100)
		マダライルカ	1												1			0	1	100
		スジイルカ	3		2	1												0	3	100
		バンドウイルカ ^{*3}	1			1												0	1	100
	ゴンドウクジラ科	コビレゴンドウ ^{*3}	14		6	5				3								3 (0)	11 (14)	79 (100)
	ネズミイルカ科	イシイルカ ^{*3}	29		15	1				5	2		2	2				2	27	93
	マッコウクジラ科	マッコウクジラ ^{*3}	6	2														4	2	33
	アカボウクジラ科	ツチクジラ ^{*3}	22	3	3	1	1			2	1							11	11	50
ハブスオオギハクジラ		4		1	1				1								0	4	100	
N G (特定できず)		44	6	14	14	1	1		2	6										
合計		599	55	113	1	255	3	12	3	16	10	2	1	2	2	1	317 (123)	238 (153)	43 (55)	

*1 普通はヒゲクジラ、ハクジラの別は表示されていない。

*2 類似名種等の表示(クロミンククジラ→「ミンク」、ハナゴンドウ又はコビレゴンドウ→「ゴンドウ」)を不適正としたときの値を()内に示した。

複数種の表示(ツチクジラ→「ツチ、アカボウ」等)は入っていれば適正とした。DNA解析結果がNGの検体は適正判定から除いた。

*3 厚生労働省の注意喚起種