

講演「食品リスクの伝え方～ユッケ事件を考える～」

毎日新聞生活報道部編集委員 小島 正美

ご紹介ありがとうございます。毎日新聞の小島といいます。時間が30分くらいということなので、私が日頃取材の中で感じていることを、生肉のリスク、リスク全般の話も含めて、ちょっと脱線する部分もあるんですけども、お話をしたいと思います。

私の取材感覚からいって、今回のユッケの問題は、何がこれまでのニュースとどこが違うのかということですね、皆さんもなんとなくお分かりだと思いますが、今まで、何が怖いかと消費者にアンケートをとると、たいてい残留農薬とか、食品添加物とか、BSEとかそういうのがあがってくるんです。生肉はあんまりあがってこないです。それはなぜかなと私も考えるんですけども、今回の食中毒で死んでしまった人達の側にたってみると、要するに、何気なく肉を食べたら死んじゃったんです。怖いと思っていなかったんです。安全と安心の関係を考えてみると、一般的には、私の偏見かもしれないんですけど、安全なのにみんな割りと不安だっている問題のほうが圧倒的に多いんですね。

例えば、BSE。BSEは食べても10億人から100億人ぐらいのうちの1人が、仮にBSEに感染するかもしれないという程度です。それなのに、アンケートをとると、BSEは、今はそこまではいかないのですけれども、実際には安全なのに不安だと答える人が多かったんです。これは、残留農薬もそうです。ところが、肉の場合は、いわゆる生肉で食中毒を起こす場合は、これは他の貝類も同じです。魚なんかも同じですけれども、皆さんは怖いと感じていないのです。怖いと感じてはいるんだけど、実際には、ものすごい中毒患者がでてくる。その安全と安心の関係というギャップがはじめて気をつけなくてはならないものが本当はなんなのか分かったのが今回のユッケの事件ではないかなというふうに思います。例えば、食中毒の実態をみると、1981年に13人死んで、以後、毎年4人から10人ぐらいずっと死んでました。それで、2009年、2010年、先ほどの統計にあったように0でした。毎年、12,500件もあって、あんまりニュースにはなっていないんです。もしそれが、例えば、残留農薬で26,000人の人が、例えば、下痢をおこしたり、嘔吐をおこしたりするといったら大ニュースになります。だから皆さん気をつけるようになると思います。ところが、食中毒の場合は、記者たちも自然に発生しているんですね。細菌にしてもウイルスにしても自然界にいて発生しているもので、あまり危機意識がない。ニュース価値も低いんです。現実には、どうせ自然にあるものなのだからという感覚がどこかにあるんです。それは、ニュースを伝える側にもあるので、どうしてもニュース価値が低いので、各県版、ローカル版で小さいニュースにはなっているんですけども、12,500件あってもあんまり危ないよというニュースにはなっていなかった。ところが今回は、ユッケの場合は、5人死んでいますので、死んでなおかつ、あのお店がいわゆる利益至上主義

でやっていたというような非常にニュース価値があったんですよ。なので、毎日連日のようにニュースになってですね、初めて食中毒の怖さが浸透したのかなということですね。だから、ニュースによってかなり受け取る側のリスク感覚が違ってくるんじゃないかということですよ。

この場合に、例えば、私のほうでお配りしている と書いてある印刷物がありますよね。資料2です。資料2のほうを見ていただくと分かるんですけども、例えば、このユッケの前にもっと警告できなかつたのかと思いますよね。ところが、もう行政は何回も警告していたんです。専門家たちは、この 番を見ると厚生労働省が2007年の5月にもこういう通知を出しています。各都道府県にこの腸管出血性大腸菌で食中毒が多発していますよと。その中にユッケも入っています。一番最後のほうを見ると、高齢者や子供、抵抗力の弱い人は生肉など食べさせたり、食べたりしないことって書いてあるんです。そういうのを各県を通じて注意喚起してくださいと言っても、これだけではなかなかニュースにはならないんですね。人が死んでいるわけではないので。厚生労働省が12,500件もありますよと言って、大々的なニュースになっていけば少しは気をつけたかもしれないんですけども、現実には死んでいる人がいない。腸管出血性大腸菌とO157を見ると、平成16年からずっと0なんです。だれも死んでいない。だから、大きなニュースにはならなかつたので、なかなか記者の感覚としても、警告することがなかなか難しかったです。

この今の話にもあったように、食中毒で一番怖いのは、特に腸管出血性大腸菌でもあれば、わずか数個、2個とか4個とか5個、その程度でも死んでしまうということです。だから、ものすごい気をつけていても危ないということです。基本的には生は食べないほうがいいということです。基本的にはそうです。まあ、そのあたりを頭に入れておけばいいのではないかなと。生を食べたい人は、自己責任でもちろん食べることは可能です。可能なんですけれども、それはまあよく伝統文化だということなんですけれども、生の牛肉を食べることは過去にさかのぼっても伝統文化ではなかつたんですね。グルメとかなんかでいろいろ美味しいよという宣伝もあってやり始めただけで、もともとあった食文化ではないです。これ例えば、ちょっと振り返ったとき、日本テレビが今年の4月、ちょうどユッケ事件が起きる前です。深い話という番組で、このえびすを取り上げて、激安、こんなに美味しいものが安く手に入って食べられると絶賛していましたよ、テレビで。じゃあ、このニュースを見て、食べに行った人の中に食中毒を起こした人がいたともししたら、ニュースってすごい責任ありますよね。深く考えてないですよ。テレビを作っている人たちもそこまで分からずにほっとしている。

全然話が変わりますけれども、例えば、茶のしずく石鹸もそうです。あれも、無農薬のお茶を使っていますよと言って、無農薬だと安全・安心のような感じがしますよね。飛びつきますよね。有名な女優さんが肌がきれいになりますよって毎回コマーシャルやっていたよね。うちの妻も、あんなにも女優さんがやっているんだからって言って、取り寄せたんですよ。まあ、でも、使い始めたらすぐあのニュースが大きな問題になってしまった

ので、使わずに終わっちゃったんですけれど。そのぐらいテレビに出るにしても新聞にしても、ニュースの力は大きいということです。ニュースは有名な女優さんがやっているから安全だということはないです。何も知らないでコマーシャルを引き受けているだけですよということ。もう一つ前に、2006年5月にも白いんげん豆ダイエットってありましたよね。白いんげんを食べたらいいと。軽く炒って食べるとダイエットになりますよということで、それを見て、みんながまねしたら、158人が下痢をおこしてみんな入院した人けっこういましたよね。そう意味では、テレビなんかの健康番組もそのまま、ただ単に信じてはいけないケースがあるんですよということです。

もう一つ私が食中毒だけ気をつけていけばいいのかという話にもなっていくんですけれども、今回のユッケの場合、お子さんも犠牲になりましたよね。子どもを守るってどうしたことなのかと考えたときに、じゃあ、子どもを守るために何をすればいいかと。生肉を食べさせてはいけないということは分かるんですけれども、他にどういうことに気をつければいいのかと考えたときには、やはり、統計です。

私はよく統計的な事実で多くの人達がどういう原因で死んでいるかと、それをやっぱり知っておいたほうがいい。それを知っていると、例えば、この を見てください。資料2の と書いた統計資料を見ると分かるんですが、これは厚生労働省が平成21年度に出した不慮の事故統計なんです。不慮のということは、危ないと思っていなくても死んでしまった人です。さっきのユッケと同じです。なにげなく死んじったんです。例えば交通事故は一応気をつけてはいるんですけれども、一番思いつきやすいんですけれども、例えば、窒息ですよ。窒息も、食べるときに、自分がこれから食べたら窒息するかもしれないと思って食べる人はあんまりいないと思うんですけれども、統計をとってみると9,419人、平成21年度、9,000人もの人が窒息で死んでいるんです、不慮の。転倒、転落というのがだいたい7,000人ぐらい。溺死している人が6,400人。溺死の中で、お風呂に入った時に、脳卒中で倒れたりして、お風呂で溺死する場合がありますよね。だけど、お風呂入る時に、やっぱりこれも、もしかして死ぬかもしれないと思って入る人はいないんですけれども、現実には死んでいるということです。

これを家庭の中だけ、これは子どもも入りますので、家庭の中だけでちょっとみてみると、 の下の表を見ると、転倒・転落で家庭の中だけで2,560人死んでいるんですね。そのうち子どもで0歳が3人、1歳から4歳が14人、5歳から9歳が6人、ということは子どもたちも不慮の事故でこれだけの人数が死んでいるということです。ということは、もちろん、食中毒も気をつけなければいけないんですけれども、普段子どもたちが死ぬような状況が日常的にあるということです。例えば、一番分かりやすいのは公園ですよ。例えば、公園で子どもたちが遊んでいるときに、滑り台の下に硬いものがあつたら、そこに頭を打って死ぬ場合がありますよね。現実にそういう例があります。鉄棒やっついて死んだ子どももいます。それは、死んだお母さんから見ると、なんでこんなことを気をつけてなかったのかなと、死んでみて初めて分かるんです。そういうようなことを常に頭に置いて、

リスクというものを考えていくことが、今回のユッケの教訓になっています。ユッケの場合も、専門家たちは危ないと言っていたんですよ。専門家たちは統計的な事実をもとにして、警告していたんですね。ただ、それはニュース価値がないために、記者たちはあまり大きなニュースにはしなかった。ニュースというのは、そこで、いくら何人死ぬといてもそれだけではニュースにならないんです。なぜかというと、ニュースは物語が必要なんです。どうしても、物語。例えば、この中にも、鶏の生レバーや鳥わさが好きな方がいらっしゃるかもしれませんが、鶏のレバーなんかを食べて、よく、カンピロバクターとか先ほどでできましたけれども、あれも 15,000 人くらいが食中毒を起こしていましたよね。じゃあ、鶏のレバーを食べて 15,000 人食中毒になりますよと記事でちょっと書いても、あまり警告にならないんです。私も気をつけようってことにはならないのですけれども、物語になると割と気をつけるんです。

例えば、これは実際私のあった話なんですけれども、私の隣にいる記者が、新潟県に移住したときに、毎日のように鶏のレバーを食べていたんですよ。半年間。ずっと食べていた。毎日といっても、もちろん everyday ではないんですけど。何十回と食べていたあとに、ギラン・バレーになっちゃったんです。ギラン・バレーとは、運動神経が麻痺して動かなくなる、身体が。そして、半年間職を辞めなきゃいけなくなっちゃった。半年後に復帰しているんですけども、今も病院通いです。そういう話は物語になっているんですよ。物語だと人の記憶にも残ります。なので、ニュースというのは、物語を中心にどンドンどンドン届けるんですけども、その物語がないといくら怖くても、なかなか届きにくいということです。そういう仕組みがあるんです。だから、そういう意味では、専門家が言っている統計的な事実をきちんと頭に入れて行動することが大事なのかなと思います。

先ほどの子どもの話しですが、これからお孫さんが生まれる方もいらっしゃると思うんですけども、日本の子どもがですね、どのくらい死んでいるかということ、これも統計をみると、この を見てください。 を見ると、新生児の死亡率は 10 万人あたりどれくらいかということ、日本は非常に低くて、1.2 人ですね。世界的な平均は 2.6 人くらいあります。乳児の死亡率が 2.6 で、0 歳児が 1.2 ですね。これは明らかに世界的な平均よりは低いです。日本の新生児と乳児の死亡率は、この表を見るとお分かりのように、非常に低いです。ところが、1 歳から 4 歳と 5 歳から 9 歳の死亡率を今度見ていくと、だんだんだんだん高くなっていくんです、日本は。結局、0 歳から 9 歳までの全部の平均をとると、日本の死亡率はこれをみると、2.92 とありますよね。スウェーデンが 2.7、フィンランドが 2.9、ノルウェイが 3.4 で、乳児死亡率は日本が低かったのに、新生児も。1 歳から 9 歳をとると、今度、平均に近づいていくということがどういうことかということ、日本の子どもたちは不慮の事故でけっこう死んでいるということです。乳児は死なないんだけど、その後には。

それは、先ほども言いましたように、公園で水浴びをして死んでしまったというようなことが入ってくる。ですから、お母さんたちが何に気をつけなければならないかということ、やっぱり、子どもたちを守るためには、不慮の事故に注意を払わなければならないという

ことが統計から分かるということです。もう一つは、ここにもちょっと書いてありますように、低出生児ってありますよね、2,500g未満の低い体重で生まれてくる子どもたちが、先進国では、日本はずば抜けて高いんです。日本だけです。こういう変な現象が起きているのは。

これは、だいたい2006年に9.6ですから、1割。新生児の1割が2,500g未満で生まれてくるんですね。2,500g未満で生まれてくると、何が起こりうるかというと、ご存知の方もいらっしゃると思うんですけども、大きくなって糖尿病になったり、高血圧になったり、心筋梗塞になったりするリスクが高いということが分かっています。だから、新生児を産むときには、やっぱり2,500g以上の体重の子どもを産まなきゃいけないですね。じゃあ、そのためにはどうするかということですね、それは、妊娠中に栄養バランスのよいものを食べるということです。しっかりと食べて、妊娠する前に痩せすぎないということです。

統計をとってみると、痩せている女性のほうが2,500g未満の子どもたちをより産んでいきますので、栄養バランスを高校生ときからずっと気をつけていかないと、その子どもが大きくなって、いわゆる生活習慣病という病気になりますよと、それはある程度遺伝的にも、分子的にもいろいろな学説があるんですけども、だいたいわかってきておりまして、ここに書いてあるエピジェネティクスとってですね、突然変異、遺伝子の配列は変わらないんです。遺伝子の配列は変わらないんですけども、遺伝子の働きが変わってしまっているという、胎芽、お腹の中にいるときに。それで、遺伝子の働きを変えてしまうのがなにかというと栄養素です。

そのときによく議論になるんですけども、私も環境ホルモン学会とかいろいろな学会に行きますよね。なにが議論になっているかといいますと、その時に、残留農薬の影響とか、食品添加物の影響とかをうけます。ところが、残留農薬がごく微量入っていても、栄養素のアンバランスのほうが圧倒的に影響が大きいということです。

その今のエピジェネティクスの影響には。そういう議論をしている。ですから、なんに気をつけなければいけないかというと、これは私の個人的な考えでは、やっぱり一般の人たちが危ないとか避けているものは、添加物とか農薬あるんですけども、それは、それよりも、もっと栄養バランスをきちんととって、きちんとした健全な身体をつくったほうが、つくることのほうが大事ですよ。これは、統計から言える。

もう一つは を見ると、子どもたちの殺人事件は減っています。時々、通学中に変な犯罪に巻き込まれてしまって死亡するということがあるんですけども、それはごくまれにあるんですけども、子どもたちが死ぬケースで一番多いのは何かというと虐待なんですね、これも統計とってみると。この割合を見てみると分かるんですけども、平成22年に55,000件以上あります。虐待の通報を受けている警察の相談件数、対応件数。これは、もうずっと増えています。その中で死亡だけとってみると、例えば死亡の6割が0歳児と書いてあるんですけども、67人。67人って結構多いんですね。67人が1年間で虐待で死んでいるんですね。子どもたちが。だから、自分は虐待なんかしないんだと思っている

かもしれませんが、それも、自分を例えば、育児で本当に疲れていて、虐待する、普通の女性だった人がなっているんですよ。取材に行くと、あの人は別にそんな元々悪い人じゃないという人でも育児で疲れると虐待をおこしちゃって死んでいる場合もあると。ですから、そういうこともやっぱり気をつけなきゃいけないと。人ごとではないということ。ちょっと食品の中毒からはずれてしまいましたが、何がほんとに危ないかといったときに、これも健康食品をとっている人が結構多いんですけども、健康食品が例えば 2002 年から 06 年までに、中国製のダイエット食品で 800 人が肝臓や甲状腺に機能障害を起こして、4 人が死亡するという事件がありました。これも、健康食品をとっている人は全然、危機意識がないんです。ないのに、死んでしまったんです。なぜないかというと、それは健康食品が危ないというのは専門家が言っています。専門家が長期的な安全性が確立されていないサプリメントを長期にとって、例えば妊婦なんかがとっていたらおかしいんです、ほんとは。でも、とっている妊婦がいるんです。健康でいいじゃないと。そういうことも科学的な証拠をととき確認しながら飲めばいいですけども、危機意識なく飲んでいる人がいると。その結果が死につながってしまうことがあるんだと。

今、知られているベータカロチンとかビタミン A、E を長期に過剰にとっているとガンが増えてしまうというデータがありますよね。それを知らないでビタミン A をずーっととっている人がいるんです。ビタミン A は蓄積していきますから。そんなずーと長くってほんと健康にいいかという証明なんてないんです。なのにとっている人がいるんですよ。だからサプリメントもただ単に健康になるかもしれないととっているとだめですよ、とユッケの事件が語っていると。なにが危ないかといったときに、これも非常に難しいんですけども、食品は食中毒だけではなくて、いろいろな物質が入っていますね、有害な物質が。例えばご飯だったら、よくいうカドミウムも入っているし、ひじきだったらヒ素が入っていますよね。これは全部発がん性物質のグループ 1 ですから、発がん性の証拠がそろっているものばかりなんです。じゃあ、ご飯食べたらいけないか、ひじき食べたらいけないかという話になりますよね。魚にいたっては、PCB も水銀もカドミウムも全部入っているんです。有害な化学物質が全部入っているの、魚を食べたらいけないかという話になると、そんなことはないですよ。魚を長期にとった人ととらない人を比べてみると、魚を長期にとっていた人のほうが、データは限定されると思うんですけども、アルツハイマーになりにくいとか、心臓疾患になりにくい。これは、まあはっきりしています。心臓疾患にはなりにくいというのははっきりしていますので、基本的には魚を食べたほうがいいということですね。それは、カドミウムが入っていてもです。なにを危ないと見るかはやはり、その物質だけをみてはだめだと。やっぱりこれも疫学的な統計、統計を見ながら確認するしかない。

ついでに、このバナナについて言えば、私も取材しているんですけども、バナナ食べても放射性カリウムが入っていますので、放射線がでます。バナナ 1 本食べると、大体 30 ~ 40 ベクレルぐらいあります。本当かと言われるんですけども本当なんです。納豆も 1

キ口あたり 600 ベクレルぐらいあります。納豆もカリウムいっぱいありますから。だから、牛乳 1 本の中に例えば 4 ベクレル入っている嫌だっていう人がいるんです。牛乳 1 本飲んで、4 ベクレルも入っていると。でも、納豆を 1 キ口 600 ベクレルですので、1 パック食べたら 100g としても 60 ベクレルあるんですよ。だから、まあ人間の身体の中に放射線がいっぱい、そもそも 7000~8000 ベクレルぐらいの放射線もっているんです、放射線がでてくるんです、1 秒間に。だから、そういう中でちょっと 4 ベクレルぐらい入ってきたらどうなるかという、それほど心配はないんだということ。これは私の個人的な意見です。

だから、それも科学的なリスクというのは他と比べたり、統計的なリスクと検証したりしながら考えていくことが大事だということ。リスクは絶対的なものではない。例えば、絶対的なものではないというのがどういうことかという、先ほどのユッケのリスクっていうのは、お金をどんどんかけていくと下がるんです。例えばトリミングして切りますよね、過熱して切りとりますよね。どんどん小さくなっていくんですけども、小さくなっていけば食べる部分は減っていきますけれども、コストを掛けるとリスクは減ります。大腸菌死にますよね。だけど、どれだけコストをかけていっても 0 にはならないんです。0 にならないということがどういうことかというですね、例えば最初の 100 万円でリスクが 10 から 5 に下がったとします。次、もう 100 万円をかけると 5 から今度 4 に下がりました。さらに 100 万円かけると 4 から 3.5 になります。これはちょっと単純なんですけれども、要するにお金をどんどんかけていくんですけども、同じようにリスクは下がっていかないんです。だんだんだんだん効果は下がっていくんです。ということは、最終的にいくら、リスクを削減するために 1 億円使ったほうがいいのか、10 億円使ったほうがいいのかという議論になったときに、最初の 1 億円で充分だっている議論がでてくるんです。最初の 1 億円でもう 10 分の 1 に下がってしまったと。さらに今度 1 億円使っても 10 分の 1 にはならないと思う。だったら、次の 1 億円は別のリスクを下げたほうがいいんだって議論になってくるんです。リスクというのはそういうふうに考えていくと、食中毒というものは絶対的なものではないです。食中毒もどんどんコストをかければ下がっていくんですけども、それよりは、もし 0 に近づけるんだったら、食中毒はある程度コストはかけないで、もっと子どもたちが死んでいる例えばワクチンの費用にまわすとかのほうが子どもたちを救える。そういうリスク感覚のような計算も必要かなと思います。これはまあ、基準と、例えば、皆さんご存知だと思いますけれども。ちょっとだけ。

をちょっとみてください。あと時間が 5 分ありますので、最後に、はどんなことかという、『ワクチン“後進国”なぜ』という、これは、私の記事なんですけれども、ワクチンは、当然、これも子どもを守るためにワクチンを打つべきかどうか迷う人がでるんですけども。それはワクチンを打つと確かに副作用が発生するんです。一定程度に必ず、これは 0 にはできないんです。ワクチンを打ったら、じゃあ、何人の人が麻痺してしまったか、だけど、こんどワクチンを打たなくても死ぬわけです。どっちをとってもマイナスなんです。マイナスがあるので、より少ないマイナスを選ぶしかないんですけども、例えば口

タウウイルスだったら、一番最初に持っていた大阪の女性に私が出て取材したらですね、このお母さんはワクチンを打たなかったんです。ロタウイルスはぜんぜんワクチンは強制ではないんです。打たなかったために、突然、嘔吐や下痢が始まって、死の寸前までいって、今は脳症で済んだんですね。脳症の後遺症があって、左半身が不自由で、知的障害も残っています。死ななかったんですけれども、ものすごい重い障害を負っちゃったんです。なぜ、ワクチンを打たなかったんだろうっていう、お母さんです。一方、ワクチンを打ったためにももちろん副作用でまれに死ぬ人もいます。どっちをとるかといったときには、やっぱりそれは、統計的な事実をみて、選ぶしかありませんよね。この場合ワクチンはどっちかということ、ワクチンを打って救われるほうが多いと。ロタウイルスの場合は、脳症になる第3番です。子どもたちが脳症になっている第3番ということは、やっぱり、ロタウイルスはワクチンを打っておいたほうが良いということ。アメリカだったら、毎年6万人も患者がいるんですね。それがワクチン打ったら、9割も減った。7,500人にも減ったんですね。激減します。これはワクチンを打つと。だから、リスクというのは、そういうふうに、どっちを選ぶかといったときもやっぱり、統計的な事実を見て自分で判断するということです。

をちょっと見てください。ページは、これもがんとリスクの関係なんですけれども、リスクを考えると、やっぱり他と比べるんですよ。先ほどコストをかけていけば、どんどんどんどん減るといのが分かっているんですけれども、リスクは何を避けたいかといったときに、他のリスクと比べてみることも大事ですよ。だから、放射線だったら、例えば、よく皆さんご存知だと思いますけれども、100から200ミリシーベルトを被ばくしたときは、大体、野菜不足や受動喫煙と同じくらいなんですよということ。これは、客観的な事実としてあるんです。受動喫煙と同じくらいだとはどういうことかということ、家でお父さんがタバコを吸って、妻がガンになるリスクは100から200ミリシーベルトと同じくらいだということ。じゃあ、100から200ミリシーベルトってどれくらいかということ、今、福島の人たちが外部被ばく内部被ばく合わせて、大体多い人でも20です。一般的には1とか2とか3とか数レベルです。数ミリシーベルトです。100ミリシーベルトって相当多いんです。それだけあるけど、受動喫煙と同じくらいだということは、受動喫煙がいかにガンのリスクが高いかということ。もし、今、お子さんが100ミリでは大変だと言うんだったら、家でお父さんがタバコを吸っていたら、それはもうホットスポット以上だということ。すぐ逃げなきゃいけない。お父さんから。まあ、逃げる人はたぶんいないと思うんですけれども。まあ、そのくらいだということ。ガンになりやすい生活、これはガンセンターがまとめた表なんですけれども、ガンになりたくなかったら、なにをするかといったら、やっぱり、矢印の上にあるものがエビデンスがあるものです。例えばタバコを吸わない。受動喫煙もやめる。お酒を毎日、3合以上飲まない。太り気味、やせすぎもよくない。ほとんど身体を動かさない。要するに運動することが大事だということ。塩分が多いのもだめだということ。塩分は、長崎の人が塩分好きかどうかはちょっと

分かりませんが、塩分というのは、例えば、アマゾンなんかの民族の中で、塩分ぜんぜんとらない民族がいるんです。世界中に。そうすると、高血圧が0です。ほんとなんです。要するに塩分をとっていないと、高血圧にはならないんですよ。特に、日本人、ものすごくとっていますよね。まあ、11gとか12gとっていますよね、1日。だから、イギリスはそれを5gにしようとか、6gにしようとか、一生懸命運動をやっているんですね。だから、ポテトチップスを食べるときにもメーカーに塩分減らしてください、2割か3割減らしても、味は変わらないんです。だから、そういうことをメーカーに要求しているんです。日本もほんとにそういうことをやったほうがいいんです。だから、客観的なエビデンスとして、そういう塩分をとらないということも大事だし、野菜・果物を食べないのも問題です。だから、野菜をしっかりとして、運動をして、塩分を少なくして、タバコをやめる。ストレスもほどほどにすると。そういうふうなことをまずしっかりやってから、次の関心にうつることが大事だということを経験的な事実が示しているということです。

ちょっと、時間きてしまいました。最後、よく残留農薬の基準の話もできますので、ちょっとユッケとは関係ないんですけど、を見てください。よく、残留農薬で基準を超えたから回収する、しないという問題がよくあるんですけども、残留農薬で基準というのはどういうふうになっているかということ、作物ごとに基準は違うということです。

例えば、このジコホルという殺虫剤でしたら、これ一番分かりやすい、視覚的に分かりやすいので、こういう図を書いてみたんですけども、例えばウナギ・大豆・バナナとあってですね、残留農薬の量は、これは角砂糖一つが0.01ppmです。ですから、ウナギには3個しか入っていません。バナナには50個入っています。そしたら、どちらが残留量が多いかといったら、当然、バナナに入っている殺虫剤のほうが多いんですよ。そしたら、どっちが危ないかといったら、皆さん、たぶんバナナのほうが危ないと思いますよね。

ところが、現実に流通しているものはなにかということ、バナナは流通していて、ウナギが廃棄されていると。要するに、残留農薬が多いほうが流通している場合が結構ありますよということです。それはなぜかということ、基準値が作物によって違うからです。そういうことを知らなくて、例えばウナギがちょっと超えたから、ウナギは怖いといってバナナを食べていたらおかしいんだということ。もっとも、バナナだって、0.5だからそんな高いものではないので、これ残留農薬が少し入っていても、健康には影響はないです。健康には影響はないんですけども、基準値を見るときにはこういうことを知って、対処しないといけない。

あと、もう一つだけ。リスクを考えるとときには、よく予防原則としてですね、疑わしきは避けるというものがあるんですね。確かに当たっていることもあります。疑わしいものを避けたほうがいいときが。ところが、この例えば、この金原ひとみさんみたいに、これは放射能で例がいいかどうかはわからないんですけども、放射能が怖いからといって、例えば、東京から西日本に逃げているんですね。逃げているんですけども、実際、西日

本に逃げたら放射線の量が少ないかといったら、ご存知だと思いますけれども、日本で一番自然の放射線が少ないのは千葉と神奈川です。ですから、東京も少ないんです。

西日本が高いんですよ。九州も高いです。東京と比べたら高いです。だから、もし、東京から九州に逃げてきたら九州でのほうが被爆量が高くなるんですよ。どのくらい高くなるかというんです。それは、結構高くなる。なぜかという、例えば、千葉県が0.8ミリシーベルトで、九州が1.02とすれば1.1ぐらいとします。そうすると、1年間で0.2とか0.3ぐらい差があるんです。1年間で0.2とか0.3ミリシーベルトで10年たったら2から3。これが70年だと20とか30ミリシーベルトになるんです。だから、西日本の人のほうが10から20ミリシーベルト余分にあびているんです、放射能を。浴びているのに、もちろん差はないんですよ。ガンの発生率に差はないので、なにも問題ないんですけれども、リスクを下げたつもりで行っても、そっちのほうが高いという場合もあるんですよということ。予防原則に従って何かやっても、必ずしもそれが正解とは限らないということ。そういうことも、リスクを考えると時には、知っておいたほうがいいんじゃないかなと。すみません、若干時間をオーバーしてしまいましたが、これで終わりにしたいと思います。ありがとうございました。