

平成15年6月3日
照会先：厚生労働省医薬局食品保健部
中垣 基準課長
担 当：太齊、鶴身（内線2488、2489）

薬事・食品衛生審議会食品衛生分科会乳肉水産食品・毒性合同部会
（平成15年6月3日開催）の検討結果概要等について

1. 本日開催された薬事・食品衛生審議会食品衛生分科会乳肉水産食品・毒性合同部会において審議された、魚介類に含まれる水銀に関する安全確保についての審議結果は次のとおりである。

メチル水銀の毒性に関する資料、平成13、14年度厚生労働科学研究や各都道府県において実施された魚介類中の水銀濃度に関するデータ、平成14年度に水産庁が実施したマグロ類の水銀検査結果等に基づき審議された。

その結果、別添のとおり、水銀濃度が高いサメ、メカジキ、キンメダイ、クジラ類の一部（ツチクジラ、バンドウイルカ、コビレゴンドウ、マッコウクジラ）を中心に、妊婦等を対象とした摂食に関する注意事項について取りまとめられた。

なお、妊婦等を除く方々にあっては、すべての魚種について、妊婦等であっても上記の魚種を除き、現段階では水銀による健康への悪影響が一般に懸念されるようなデータはない。魚介類等は一般に人の健康に有益であり、本日の注意事項が魚介類等の摂食の減少につながらないように正確に理解されることを期待したい。

2. 厚生労働省の対応

母子保健関係部局、水産庁及び各都道府県に対し、妊婦等への指導等、本注意事項の趣旨を周知いただくよう通知した。

また、厚生労働省ホームページに掲載するなど、情報提供に努めていくこととしている。

平成15年6月3日

水銀を含有する魚介類等の摂食に関する注意事項

薬事・食品衛生審議会食品衛生分科会
乳肉水産食品・毒性合同部会

多くの魚介類等が微量の水銀を含有しているが、一般に低レベルで人の健康に危害を及ぼすレベルではない。魚介類等は、良質なたんぱく質を多く含み、飽和脂肪酸が少なく、不飽和脂肪酸が多く含まれ、また、微量栄養素の摂取源である等、重要な食材である。

しかし、一部の魚介類等では食物連鎖により蓄積することにより、人の健康、特に胎児に影響を及ぼす恐れがある高いレベルの水銀を含有している。

このため、妊娠している方又はその可能性のある方については、魚介類等の摂食について、次のことに注意することが望ましい。

これまで収集されたデータから、バンドウイルカについては、1回60～80gとして2ヶ月に1回以下、ツチクジラ、コビレゴンドウ、マッコウクジラ及びサメ（筋肉）については、1回60～80gとして週に1回以下にすることが望ましい。

また、メカジキ、キンメダイについては、1回60～80gとして週に2回以下にすることが望ましい。

なお、妊娠している方等を除く方々はすべての魚種等について、妊娠している方等にあっても上記の魚種等を除き、現段階では水銀による健康への悪影響が一般に懸念されるようなデータはない。魚介類等は一般に人の健康に有益であり、本日の注意事項が魚介類等の摂食の減少につながらないように正確に理解されることを期待したい。

今後とも、魚介類等の中の水銀濃度及び摂取状況等を把握するとともに、胎児への影響に関する研究等を行い、その結果を踏まえ、今回の摂食に係る注意事項の内容を見直すものとする。



食基発第 0603003 号
平成15年 6 月 3 日

各 | 都道府県 | 衛生主管部 (局) 長 殿
政 令 市
特 別 区

厚生労働省医薬局食品保健部基準課長

水銀を含有する魚介類等の摂食に関する注意事項について

今般、6月3日に開催された薬事・食品衛生審議会食品衛生分科会乳肉水産食品・毒性合同部会において、魚介類等に含まれる水銀に関する安全確保について審議され、別紙のとおり、妊婦等を対象とした摂食に関する注意事項が取りまとめられたので、関係者への周知方よろしくお願いします。

なお、別添のとおり、水産庁及び母子保健担当課あて、通知していることを申し添えます。

注) 関係団体として、(社) 日本栄養士会、(財) 食品産業センター、(社) 農林水産先端技術産業振興センター、日本チェーンストア協会、(社) 大日本水産会、日本缶詰協会、日本ハム・ソーセージ工業協同組合、(社) 日本輸入食品安全推進協会、食品衛生登録検査機関協議会、日本輸入食品団体協議会、日本生活協同組合連合会、主婦連合会、全国消費者団体連絡会、(社) 日本食品衛生協会及び日本百貨店協会の他、母子保健担当部局から、(社) 日本医師会、(社) 日本産婦人科医会、(社) 日本産婦人科学会、(社) 日本小児科学会、(社) 日本小児保健協会、(社) 日本小児科医会、(社) 日本薬剤師会、(社) 日本看護協会、(社) 日本助産師会及び(社) 日本栄養士会へ通知している。

平成15年6月5日
厚生労働省平成15年6月3日に公表した「水銀を含有する魚介類等の
摂食に関する注意事項」について（正しい理解のために）

6月3日（火）、厚生労働省では、薬事・食品衛生審議会乳肉水産食品・毒性合同部会の審議結果に基づき、「水銀を含有する魚介類等の摂食に関する注意事項」を公表しました。同注意事項にも述べているとおり、「魚介類等は一般に人の健康に有益であり」この「注意事項が魚介類等の摂食の減少につながるように正確に理解」していただくことに資するよう、改めてその概要をお知らせするものです。

まず、今回の注意事項は、「妊娠している方又はその可能性のある方」のみを対象に作成されたもので、子供の方やこれに該当しない成人の方に対しては、「すべての魚種等について、現段階では水銀による健康への悪影響が一般に懸念されるようなデータはない。」とされているので、安心して「一般に人の健康に有益である」魚介類等をバランスの良い食事の重要な要素としてお摂りになれます。

次に、この注意事項の対象である「妊娠されている方」や「その可能性のある方」については、「多くの魚介類が微量の水銀を含有しているが、一般に低レベルで人の健康に危害を及ぼすレベルではない。魚介類等は良質なたんぱく質を多く含み、飽和脂肪酸が少なく、不飽和脂肪酸が多く含まれ、また、微量栄養素の摂取源である等、重要な食材である。」としつつ、「しかし、一部の魚介類では食物連鎖により蓄積することにより、人の健康、特に胎児に影響を及ぼす恐れがあるレベルの水銀を含有している。」との認識から、「妊娠している方又はその可能性のある方については、」次のような「注意をすることが望ましい」とされています。

対象：妊娠されている方又はその可能性のある方

内容：

- (1) 2ヶ月に1回以下（1回60～80gとして）：バンドウイルカ
- (2) 1週間に1回以下（1回60～80gとして）：
ツチクジラ、コビレゴンドウ、マッコウクジラ及びサメ（筋肉）
- (3) 1週間に2回以下（1回60～80gとして）：
メカジキ及びキンメダイ

「なお、上記の魚種等を除き、現段階では水銀による健康への悪影響が一般に懸念されるようなデータはない。魚介類等は一般に人の健康に有益であり、本日の注意事項が魚介類の摂食の減少につながるよう正確に理解されることを期待したい。」とされています。

なお、本注意事項は、約300種、約2,600検体の魚介類等に含まれる水銀の量の調査結果、わが国における魚介類等の摂食状況等を踏まえて検討されたものです。

さらに、「今後とも、魚介類等の中の水銀濃度及び摂取状況等を把握するとともに、胎児への影響に関する研究等を行い、その結果を踏まえ、今回の摂食に係る注意事項の内容を見直すものとする」とされています。

最後に、同部会の報告にもあるとおり、「魚介類等は一般に人の健康に有益であり、この注意事項が魚介類等の摂食の減少につながるよう」、この「注意事項」を正確にご理解いただくようお願いいたします。

照会先：厚生労働省医薬局食品保健部
中垣 基準課長
担 当：太齊、鶴身（内線 2488、2489）

(参考)
水産物の栄養面での特徴 (平成11年度漁業白書より抜粋)

魚介類の脂質には、生活習慣病の予防や脳の発育等に効果がある高度不飽和脂肪酸のエイコサペンタエン酸 (EPA) やドコサヘキサエン酸 (DHA) が多く含まれることが知られるようになってきている。また、魚介類や海藻類が、カルシウムをはじめとする各種の微量栄養素の重要な摂取源になっていることがあらためて見直されている。

コラム：水産物に含まれる成分と機能

エイコサペンタエン酸 (EPA)、ドコサヘキサエン酸 (DHA)
魚類、特にいわし、まぐろなど海産魚の脂質に多く含まれる脂肪酸の一種です。血栓を防ぐとともに血中のLDL (悪玉) コレステロール値を低下させ、脳梗塞、心筋梗塞などの血管障害を予防するほか、アレルギー反応を抑制する作用などがあります。さらに、DHAは、脳神経系に高濃度で分布し、情報の伝達をスムーズにするほか、脳の発育や視力の向上に関与しています。

タウリン
たこ、いか、貝、えび、かに類などに多く含まれているアミノ酸の一種です。生活習慣病予防物質として注目されており、動物実験により高血圧の下降、血液中のコレステロールの低下など多くの生理作用が確認されています。

アスタキサンチン
さけ、いくら、たい、えびなどの赤橙色の色素です。ビタミンEを上回る抗酸化作用を持つことが明らかにされており、活性酸素^(注)の作用による諸疾患を抑制することなどが期待されています。

注：活性酸素：呼吸により体内に取り入れられた酸素がエネルギーを生み出す過程でつくられる他の分子と結合しやすい状態の酸素分子。殺菌、解毒等の作用を持つ一方、老化、発がん、腎障害、動脈硬化、白内障などの促進にかかわる。