

夏休み 2018 宿題・自由研究大作戦  
わくわく教室（仙台会場）議事録

出演者：神戸学院大学 研究支援センター 研究支援グループ 磯部久美先生  
タレント 市井紗耶香 さん

司会進行：リコ

Aー 皆さん、こんにちは。あら、後ろのほうのお友達、ちょっと気付いてなかったかな。せっかくの楽しい夏休みだよ、元気な声でもう一度、ごあいさつしましょうね。いくよ、みんなこんにちは。どうもありがとう。

きょうは『夏休み 2018、宿題・自由研究大作戦』に、たくさんのお友達にお集まりいただき、ありがとうございます。これよりこちらのステージでは、消費者庁によります『知ろう！考えよう！親子で学ぶ、食品中の放射性物質』のステージを始めて参ります。

みんな放射性物質とか放射線と聞くと、なんとなく怖いイメージあるよね。怖いんだけど、どう怖いのかとか、どうすれば怖くなくなるのか、そういうのって意外と分からなかったりするよね。きょうは、そういった放射線物質や放射線について分かりやすく教えてくれるそうですよ。そして、市井紗耶香さんに会えるのも、みんな楽しみですね。

じゃあ、早速、担当の方をお呼びしたいと思います。どうぞ、大きな拍手でお迎えください。お願いします。

リコ 皆さんこんにちは。お昼後で眠いんですかね、元気よくお父さん、お母さんたちもお願いします、こんにちは。ありがとうございます。今日は『夏休み 2018、宿題・自由研究大作戦』に来てくれて、どうもありがとうございます。

夏休みの宿題や自由研究のヒントは見つかったかな。自由研究、もう終わったっていうお友達、はあい、1人、2人、1、2、3。こちらからこちら側のお友達が多いですね。まだ見つかってないよっていう人、これから自由研究やるよっていうお友達、1、2、3、今度、右側のお友達が多いです。そっか、まだか。この会場の中にはたくさんのヒントが隠されていて、消費者庁ブースでも実は、自分だけの新聞が作れちゃいますので、よかったらこの後、遊びに来てください。

さて、この後は『知ろう！考えよう！親子で学ぶ、食品中の放射性物質』と題しまして、食品と放射性物質について学びながら食べ物の安全について考えるセミナーが始まります。きょう、このお話をしてくださるゲストをさっそくお呼びしたいと思います。

お1人目の方は、タレントの市井紗耶香さんです。市井紗耶香さんは元モーニング娘。のメンバーです。モーニング娘。在籍時は『LOVE マシーン』でミリオンセラーを打ち立て

ました。お父さん、お母さんたち、ご存じではないでしょうか。脱退後の現在は4人のママとして子育てに、そしてタレント業も多方面で大活躍中です。

きょうは4人の子育ての経験から、毎日の食事作りなどで食品の安全という面から感じていることなども、お話いただこうと思います。それではさっそくお呼びしましょう。市井紗耶香さんです、どうぞ、拍手。こんにちは。

市井 こんにちは。こんにちは、よろしくお願ひします。

リコ よろしくお願ひします。

市井 お願ひします。

リコ きょうは、いろんなお話を、いろいろお聞きしていきたいと思ひますので、よろしくお願ひいたします。

市井 よろしくお願ひします。

リコ さあ、それではきょう、もう1人、食品中の放射性物質というテーマに合わせて、専門家の方をお呼びいたしました。神戸学院大学の磯部久美先生です。磯部先生は目に見えない放射線を安全に使うことを大学で教えております。そんな磯部先生がきょうは、放射性物質と私たちにとって大切な食べ物のお話をしてくれます。それでは、さっそくお呼びしましょう。神戸学院大学、研究支援センター研究支援グループ、磯部久美さんです。どうぞ、お越してください。

市井 よろしくお願ひします。

リコ それでは先生、お願ひします。

磯部 神戸学院大学の磯部です。きょうは皆さんと食品中の放射性物質についてお話しさせていただきますと思ひます。よろしくお願ひします。

市井 よろしくお願ひします。

リコ よろしくお願ひします。では、お二人、お掛けください。では早速、きょうは食品中の放射性物質ということで、いくつかのお題を用意いたしました。画面に表示されたテーマについて、私からお二人にお伺ひしていきたいと思ひますので、よろしくお願ひしま

す。では、最初のお題ですが、食品の中に放射性物質があるのというテーマです。では、  
お願いします。食べ物の中には、いろんな成分が入ってますよね。

市井 そうですね。

リコ みんな知ってる、食べ物の中に何か入っているもの。

市井 いろいろあるもんね、栄養素とか。

リコ そう。市井さん、普段の食事作りでどんなことを気にされていますか。

市井 そうですね。本当に子どもが4人いるので。

リコ びっくり。

市井 上の子は、一番上の子は14歳で・・・。

リコ 14歳。

市井 中学校2年生なんですけども、下の子は1歳の子がいるんですね。なので、食べる  
量もばらばらですし。

リコ そうですよ。

市井 あとは好みも結構いろいろあつたりするので、なるべく子どもたちの気持ちを尊重  
しながら、食卓を彩り豊かにしたいなと思うんですけども。でも、食べる量がものす  
ごく多かつたりとかするので、量は、すごく大事なところではあるんですけども。

リコ そうですね。

市井 あとは、その栄養素だつたりとか新鮮なものを、なるべく食卓に運びたいなつてい  
うふうには努力はしています。

リコ なるほど。14歳だと、今、お弁当とかあるんですか。

市井、いや、部活をやっているんで、スポーツをやっているんで、ほぼほぼ、そうですね、

週末はお弁当なんですけれども。あとは、5歳の息子が幼稚園生なので、それは毎日お弁当なので。

リコ 大変。

市井 基本的に、ずっとお弁当作ってるかもしれないです。

リコ お弁当作るに当たって、何か気を付けてることってありますか。

市井 そうですね。

リコ 工夫とか。

市井 本当に梅雨時期だったりとか、日本って四季がたくさんありますし。

リコ そうですね。

市井 湿気が本当に多いところなので、なるべくその鮮度が本当にきちんと保たれているかっていうところは、本当に気には掛けてます。あとは量をたくさん食べるわが家なので、前の日のうちに結構、料理を作っちゃって、おかずを作っちゃって、朝はなるべく時短というか、あとはちょっと炒めるだけとか、あとは詰めるだけみたいな感じで、そういったところを気に掛けています。

リコ この中にお母さんたちも、普段からお弁当作ってますっていう方、いらっしゃいますか。

市井 いや、きっとたくさんいらっしゃるんじゃないですか。あとは給食・・・。

リコ どうですか。

市井 給食ってありがたいなって思いますよね。

リコ 給食なんですかね。給食だよっていうお友達。

市井 給食だよね。たくさんいるよね。

リコ そっか、半分以上給食なんですね。

市井 そうだよね。

リコ じゃあ、お弁当っていうお友達。

市井 お弁当いるかな、お弁当いるかな。

リコ 少ないんですね。

市井 そうですね。

リコ そうなんだ。

市井 今回、あれじゃないですか、自由研究っていうテーマもあるので、小学生とかが結構メインでいたりとか・・・。

リコ そうですね。

市井 するんじゃないんですか。

リコ 小学生のお友達。もう、ほとんどそうだよね。

市井 すごい、きれいに手を伸ばしてる。

リコ ありがとう、ありがとう。みんな上手ね。

市井 遠くまで見えています。

リコ じゃあ、幼稚園ってお友達。

市井 幼稚園生いるかな。

リコ いますね。

市井 いるね、いるね。

リコ そっか、そっか。

市井 幼稚園。

リコ なるほどね。みんな・・・。

市井 きょう、せっかくなんで、ちょっと私から先生にご質問するような・・・。

リコ 为什么呢。

市井 形とかでもいいですか。

リコ はい、もちろん。

市井 ちょっと私たち本当、家族には、とにかく本当に安心なものを食べさせてあげたいっていうのがあるんですけど。正直、ちょっと風評というカテゴリーに、ちょっと当たってしまうのかどうか分からないんですが。

ちょっと、その放射性物質ってというのが、今回、テーマではあると思うんですけど、放射性物質ってそもそも何なのかなっていうのは、私が本当に、ごく一般のお母さん目線として、ものすごく気になるので、そこをちょっと今回、先生に教えていただきたいなと思うんですけどもよろしいですか。

磯部 はい。

リコ 磯部先生、放射性物質というと7年前の福島第一原子力発電所の事故で、東北の農産物に放射性物質が含まれているといわれていました。今、売られている食品に放射性物質っていうのは含まれているんでしょうか。

磯部 そうですね。まずは市井さんのご質問に答えたいと思います。

リコ お願いします。

磯部 まず・・・。

リコ 見えますか。

市井 うん。

礒部 放射能、放射性物質、放射線って似てるんですけども、この意味の違いを、まずご説明したいと思います。

リコ お願いします。

礒部 これは電球と光に例えると分かりやすくなります。電球は光を出します。放射性物質は放射線を出します。光は見えるんですけども、放射線は見えませんが、電球に例えるものが放射性物質でして、光に当たるものが放射線です。電球は光を出す力があります。放射性物質は同じように放射線を出す力があるんです。放射性物質の放射線を出す力を放射能と呼びまして、これをベクレルという単位で表します。

リコ ベクレル。

市井 なんかこう耳に、ニュースとかでも結構、目にしたときとかはありましたよね、ベクレル。

リコ そうですね。聞いたことはあるけど分からないって感じです。

礒部 そうですね。放射性物質から出てくる、この放射線なんですけども、放射線が人体に当たりますと、人体は放射線の影響を受けます。体に影響が出るわけです。それで放射線を浴びることを被ばくというんですけども。

リコ 被ばく。

礒部 放射線を被ばくして、人にどれだけ影響があるかをシーベルトという単位で表します。

リコ シーベルト、また言葉が出てきましたね。

市井 出てきたね。

礒部 そして、このように放射線、福島第一原発事故のせいで人工の放射性物質が漏れ出

たわけです。

リコ 漏れてしまった。

礒部 なんですけども・・・。

リコ 漏れてはいけないものが漏れてしまった。

礒部 実は、放射性物質は、目に見えませんが身の回りにたくさんあるんです。

市井 えっ、身の回りに？

礒部 そうなんです。そして、私たちは昔から放射線を浴びていました。

リコ えっ？

市井 今も、先生、浴びてるんですか。

礒部 そうですね。もう実はここに、うじゃうじゃいるんです。

リコ いるんですか。

礒部 見えないだけなんです。

市井 なんか目に見えない放射線がいるってことですね、ここに。

礒部 そうですね。

リコ みんな知ってましたか。

市井 知ってた？

リコ 知らなかったね。

市井 知ってたっていう子もいれば、あれっていうね。

リコ 指差してる。

礒部 見えるかな。では、そのお話をしますね。それは自然の放射線なんです。自然の放射線、どこにあるかっていうの見ていきます。まず、宇宙にあります。

市井 宇宙。

リコ 宇宙。

礒部 宇宙は、この地球の上よりもたくさん多い放射線が飛び交ってます。でも、皆さん地球には空気がありますね、その空気が放射線を遮ってくれてるわけです。宇宙を考えて見ましょう。宇宙飛行士、宇宙にいますよね。なので、とてつもなく地上にいるよりもたくさん被ばくを受けてるわけです。でも、宇宙飛行士に、がんや病気が多いという報告は全くないんです。

市井 すごいそれは・・・。

リコ 確かに。

市井 なんでなんだろうか。

礒部 それでもう一つあります。女性の日本人宇宙飛行士がいました。山崎さんっていう人なんですけども、その人は半年間、宇宙にいました。するとそこでは、地上にいるよりも大体 150 倍強い放射線を浴びてます。なんですけども、地球に戻ってきて赤ちゃんができて、元気な赤ちゃんが生まれています。なので、実は人間の体っていうのは、そのぐらいの放射線では大丈夫にできてるんです。

リコ そうなんですね。

礒部 あと、飛行機乗りますね、すると宇宙に近づきます。すると地上にいるよりもたくさん放射線を浴びます。でも、パイロットやキャビンアテンダントに、がんや病気が多いって話は全くないですね。

リコ そうですね。

礒部 次、どこにあるかなんですけども、大地ですね。大地、次、出ちゃいました、ごめ

んなさいね。大地っていうのは地球です。地球には地球が誕生してできた自然放射性物質がいっぱい残ってまして、そこから私たちは被ばくを受けてるわけです。よく、あら言っちゃってごめんなさい、間違いましたね。

リコ 戻って、戻って。

礒部 すみません。種を見させてしまいましたけど。なんで、あれ。

市井 早送りになっちゃった。

礒部 ラドン、ラジウム温泉なんですけども、これは自然放射性物質のラジウムというのが地上表面に出てきまして、それが温泉になったものなんですけども。私たちは、これを便利に利用してますよね。

リコ 温泉大好き。

市井 ラジウム、いいお湯ですよ。私、入ったことがありますけど。

リコ 本当ですか、つるつるになりますか。

市井 つるつるになります。

礒部 そうですね。どこにあるかなんですけども、空気にあります。

市井 空気。

礒部 空気にはラドンという自然放射性物質があるんです。皆さん今、呼吸してますよね。一緒にラドンも吸い込んでるわけです。

市井 一緒に吸い込んでるんだ。

礒部 そうなんです。こういって、息をしない子どもがいるんですけども。

市井 息止めちゃってるんじゃないの。

礒部 息止めないでくださいね。

リコ 大阪で息止めてるお友達いた。

市井 止めてない？

磯部 さっきも言いましたけど・・・。

リコ お母さんも止めてます。

市井 もうだめ、吸ってるから。

磯部 実は、宇宙で浴びるぐらいの放射線を浴びても、人間の体は大丈夫にできてるんです。なのでラドンを吸い込むくらいでは大丈夫にできてます。

リコ お母さん大丈夫ですよ、してください。

磯部 安心して息をしてください。どこにあるか、食べ物の中にあります。きょうのお題の食べ物の中にあるんです。実は、カリウム 40 という自然放射性物質がどの食べ物の中にも含まれています。

市井 どの食べ物の中にも、もう全部の食べ物に含まれてますか。

磯部 そうなんです。じゃあ、ちょっとその話をもう少ししますね。すいません、その前に、このような自然放射性物質を受けることで、私たちは年間に 2.1 ミリシーベルトの被ばくを受けています。

市井 これはもうメモっとかないと、これはね。

磯部 2.1 ミリシーベルト覚えといてください。

リコ メモしていいよ、みんなも何か書いて。

市井 年に 2.1 ミリシーベルト。

磯部 すみません。じゃあ、次。

市井 いきます。

磯部 食品の放射性物質の話なんですけども。ここに書いてある数値は、食品に含まれているカリウム 40 の量なんです。食品によって、いろいろまちまちですけども、どの食品にも含まれていることが分かります。そして食品を食べることで私たちは1年間で1ミリシーベルトの内部被ばくを受けています。

食べ物を食べるとカリウム 40 が体の中に入ります。呼吸するとラドンが体の中に入ります。そのことで体重 65 キログラムの男の人なんですけども、体の中に自然放射性物質がありまして、ここから被ばくを受けているわけです。

市井 お父さん、こんな感じなんだろうね。きっとみんな。

磯部 それで、福島第一原子力発電所の事故のせいで、人工の放射性物質、主に放射性セシウムなんですけども、これが環境中に放出されまして、このカリウムに加えて食品の中に自然放射性物質が入ってきたわけです。

リコ 困りますよね、どうしましょう。私たちが普段買っている食品の中にも入っているということですね。

磯部 そうです。でも、人工放射線というと皆さん非常に怖がるかもしれませんが、人工放射線であっても自然放射線であっても、人工の放射性物質であっても自然の放射性物質であっても、全く違いはありません。

というのは、放射線は、人工であっても自然であっても、もともとはアルファ線、ガンマ線、ベータ線です。なので人工であっても自然のものであっても、全く同じに考えてください。ただ放射線として放射性物質として、どれだけ量が多くなったかというのが問題なんです。

原発事故のせいで人工放射性物質がカリウム 40 に加算されました。たくさん含まれていると体に悪いということで、農家さんはいろいろな努力をされてきたわけです。そのお話を少しします。これ反転耕っていうんですけども、原発事故のせいで、空から主に放射性セシウムが降り注いできました。すると土の上のほうにはセシウムがたくさんあります、下のほうにはありません。これ、上下を逆転するんです。

市井 逆転。

磯部 すると上のほうの土に根が張らない、植物の根が張らないので、植物はセシウムの吸収を抑えることができます。

リコ なるほど。

礒部 でも、これ大変なんですよ。トラクターを、ぐわっと地面を引っ繰り返します。それを引っ繰り返すのは大変なことなんです。

リコ そうですよ。

礒部 農家さんは、このようなことをされたわけです。じゃあ、下のほうに、層にセシウムがあると、これ地下水に漏れちゃうんじゃないのって思われるでしょう。

リコ 確かに。

礒部 でも、大丈夫なんです。実はセシウムは水よりも土とくっつきやすい性質があります。水に溶けるっていうことは植物は根からから吸収してしまうんですけども、水に溶けない、土にくっついて水に溶けないっていうことは、もう植物の根から吸収されないっていうことなんです。なので、原発事故から7年たった今ではセシウムが地面にありましても、農作物には吸収されないっていう現象が起きています。

リコ よかった。

礒部 そうですね。農家さんは次にこのようなことをされました。あら、いきませんね、よいしょ。

リコ こっち。

礒部 すみません。これはカリウムという物質があります。これは、植物の必須栄養素でして、植物はカリウムを吸収することで大きくなるんですけども。実は、このカリウムと原発事故から出てきたセシウムっていうのは似ているんです。

市井 似てる。

礒部 そうなんです。なので、間違っって植物はセシウムを吸収してしまうわけです。

リコ 困る、困る。

磯部 そうですね。それを抑えるために農家さんは、たくさんのカリウムを地面にまきました。こうすると土の中のカリウムの濃度が多くなってセシウムの濃度が少なくなります。するとセシウムの吸収が抑えられるわけです。

リコ よかった。

磯部 恐らくこの宮城県でも原発事故から近い地域ですので、南の地域ではこういうことをしたのではないかなと思います。次、こういうこともされました。

リコ まだあるんですね。

磯部 これです。東北地方、果物おいしいですね。

リコ おいしい。

磯部 おいしいです。それで、これは果物になる木なんですけども、この果物になる木に放射性セシウムが付くと、この木の皮から果物の実に移行するんだそうです。そういうことが分かってきました。なので、これは何をしてるかという、農家さんが果物の木の皮をきれいに洗ってるわけです。これは原発事故が起こった、その日の冬、東北冬寒いですよ。

リコ 寒い。

磯部 木は、果樹は何十本、何百 ~~千~~本もあります。大変な努力だったと思います。農家さんはこのようなことをされて、木の皮の放射性セシウムの量を随分減らすことができたわけです。実は人工の放射性物質に対して、食品の放射性物質の基準値というものを作られました。これは、年間の被ばく量が1ミリシーベルトを超えないように食品に振り分けたものです。そして、この基準値を上回る食品が出回らないようなルールがあります。

リコ ルール。

磯部 そのルールがしっかり守られるように食品の検査がしっかりされてまして、日本では、この基準値を超えるものは出回らない、出回っていません。そして、スーパーで売られている食品を測ってみましても、福島第一原発から事故から漏れ出た放射性セシウム、主に放射性セシウムなんですけども、それを検出されることは、ほとんどなくなっています。

リコ よかった。

礒部 そうなんですね。なので、日本で売られているものは安心してお買い求めください。

リコ なるほど。

礒部 それで、この基準値なんですけども。

市井 基準値。

礒部 この基準値を超えたら、超えるものを食べては危険なのかと思われるかもしれませんが、実は基準値は安全と危険の境目ではないんです。というのは基準値を超えるものを少しぐらい食べても大丈夫なんです。

リコ 本当ですか。

礒部 何が悪いかというと、基準値を超えるものを食べ続けることが悪いんです。

市井 積み重ねてしまうってということですか。

礒部 そうなんですね。そうですね。基準値の基準となる、この1ミリシーベルト、少し覚えてください。

リコ 1ミリシーベルト。

礒部 後で出てきます。

リコ なるほど。市井さん、先生のお話を聞いて、今までいかがですか、いろいろ。

市井 そうですね。正直、放射線、震災が起きてからいろんな風評被害だったりとか、本当に農家さんもお苦勞、本当にされたでしょうし、本当に私が知らないところで、たくさんの努力をされて元に戻したいっていう熱い思いで、たくさんの皆さんの食卓にまた戻ってくれるように、皆さん努力された、してくれたんだなっていうのは・・・。

リコ そうですね。

市井 本当、すごい伝わりますし、ちょっと正直不安な部分は大きかったんですけど、でも今回、この先生のお話し聞いたところで、なんか一定以上の数値を超えても食べちゃいけないってわけではないんだっていうのが、すごい安心につながりました。

リコ 皆さんもどうですか。なんとなく分かってきましたか。農家さんたちの努力とか、皆さんの努力のおかげで、今、スーパーとかで並べられている食品たちは大丈夫ですよってことですね。ありがとうございます。では、続いてのテーマにいきましょうか。続いては、放射性物質って体にどんな問題があるのです。

これまでのお話で、食品の中は元から放射性物質があることを、人工の放射性物質については、ルールを決めてそれを守る、超えることがないように生産して、ルールが守られているかどうかの確認もしているのです。日本に売られている食品は安全だっていうことが分かりました。でも、そもそも放射性物質って体にどんな問題があるんでしょうか。

礒部 このスライドをご覧ください。被ばくには、放射線を浴びることを被ばくっていうんですけども、被ばくには外部被ばくと内部被ばくがあります。外部被ばくは、外側からやってきた放射線を浴びる被ばくのことです。内部被ばくは空気に含まれている放射性物質、あるいは、食品に含まれている放射性物質を体の中に取り込みます。そこから放射線出ますよね、それによる被ばくを内部被ばくというわけです。

では、リコさん、後で皆さんに聞いてくださいね。外部被ばくの1ミリシーベルト、内部被ばくの1ミリシーベルト、ミリシーベルトは放射線が人体に当たって、どれだけ影響が表れるかという単位なんですけども、同じ1ミリシーベルトです。どちらが人体への影響が強いでしょうか。

市井 どっちだろう。

礒部 市井さんも教えてください。

市井 いやいやいや。

リコ じゃあ、みんなに聞いてみましょうか。外側から受ける1ミリシーベルトのほうが危ないよっていう人。分かる人、外側だったよ。

市井 どっちかな、お外かな。

リコ 外側じゃないかな。

市井 お外から。

リコ 1人。本当、外側から。

市井 私も、私も、外側からかな。

リコ 市井さんも、2人。3人、お母さんもあげてますね。ありがとうございます。では、内側から、内側からのほうが危ないんじゃないかなって思う人。

市井 圧倒的に内側からのほうが。

リコ ほとんど内側、ありがとうございます。内側からが多いですね。

磯部 そうですね。同じっていう方、いらっしゃいますか。

リコ じゃあ、どちらも同じかな。外も中も同じぐらいっていう人。

市井 いなそう。

リコ いないんだ。

市井 じゃあ、もうどっちかかなっていう。

磯部 あらら、実は同じなんです。

リコ ええっ。

磯部 同じなんです。

リコ まさかの引っ掛け問題。

市井 一緒。

磯部 内側から放射線を浴びるっていうと、なんとなく怖いイメージがありますけども。シーベルトという数値が同じであれば、内部被ばくも外部被ばくも影響同じなんです。

市井 そうなんですね。正直、ちょっと内部被ばく、内側から入ってくる被ばく、もちろん外部被ばくもそうなんですけど、ちょっとネガティブな、なんかちょっとイメージが強かったんですけど、でも実際に先生が同じだっていうふうにいわれると、そうなんだっていう。

リコ 勉強になりますね。

市井 そうですね。

磯部 なので食品から受ける被ばくっていうのは内部被ばくなんですけども、シーベルトという単位が同じであれば、外部被ばくも影響同じなので、必要以上に心配されなくてもいいと思います。

リコ なるほど。

磯部 じゃあ、次のスライドなんですけども、実は放射線を浴びると、がんになるっていうのよく聞きますね。

リコ 聞く。

市井 聞きます、聞きます。

磯部 がんの原因は何も放射線だけではないです。いろんな生活習慣でもがんになります。この表は放射線の被ばく量と生活因子を比べ、習慣を比べまして、どれだけがんのリスクが増えるかっていうのを見たものです。

じゃあ、100 ミリシーベルト未満の被ばくではどうなのかというと、リスクは上がりません。ということは、100 ミリシーベルト未満の被ばくでは健康被害はほとんどないとお考えください。ということは、食品の基準値いくらでした、1 ミリシーベルトでしたね。1 ミリシーベルトっていう数値がいかに安全側に考えられているかっていうのがお分かりいただけたと思います。

市井 1年間に1 ミリシーベルトですもんね。

磯部 そうですね。

市井 そうすると 100 未満だとしたら、100 年みたいな。

リコ 100 年。

市井 みたいな感じですね。

リコ 大丈夫だ。

磯部 では、もっと被ばくしてみます。100 から 200 ミリシーベルト、これはがん 胃癌のリスクが 1.08 倍になります。少し上がります。これは、野菜不足や受動喫煙と同じがんのリスクになるんです。子どもたち野菜食べてますか。

市井 おいしいよね、なんかちょっと、うつむき加減になっちゃってるかな。

磯部 じゃあ、もっと被ばくします。200 から 500 ミリシーベルトの被ばくは痩せ過ぎ、肥満、運動不足、塩分の取り過ぎと・・・。

市井 とき。

磯部 同じがんのリスクになるんです。心当たりあるお父さん、お母さんいるかもしれませんね。

市井 とき。

磯部 大量のお酒を飲みますと 500 から 1000 ミリシーベルトと同じがんリスクになります。

市井 これはちょっと見直さないといけないかなっていう。

リコ 本当ですね。

磯部 もっと被ばくします。ここは 1000 から 2000 ミリシーベルトっていう、昨日、長崎で原爆記念日っていうことでセレモニーがありましたけども、あそこの爆心地の写真がテレビで出てたと思います。爆心地で平均的に受けた被爆がこのぐらいとなっております。喫煙者、大量にお酒を飲む人と同じがんのリスクになってます。大体 1.8 倍増えます。

リコ タバコも吸う、お酒も大好きっていうお父さん、お母さんいますか。

市井 これはでも、手、挙げられないよね。

リコ 挙げられないか、そうか、大阪ではいたんだけどな。

市井 ほどほどに・・・。

リコ 反省してたんだけどな。

市井 ほどほどにね。

磯部 ということで食品の基準値とかの被ばくを心配するより、むしろ野菜不足、運動不足のほうを、気を付けていただきたいと思います。

リコ じゃあ、普段の食生活では野菜不足とか塩分の取り過ぎとか、お酒、運動不足とかっていうのを気にしたほうがよさそうですね、市井さんも。

市井 そうですね。私自身も普段そんなに、毎日運動できているわけではないので。

リコ そうですか。

市井 そうですね。なるべく子どもたちとたくさん遊ぶときには、ちょっと栄養価の高い、ちょっとなんかおにぎりとかなんかこう、お弁当作ってお出掛けしたりとかして、ほどよく楽しめたらいいなっていうのが。

リコ そこにちょっと多めにお野菜を入れたほうが・・・。

市井 そうですね。

リコ よさそうですね。

市井 入れてあげます。

リコ というわけで、たくさんのお話を聞いて参りましたが、そろそろお時間となって参りました。

市井 あっという間ですね。

リコ あっという間ですね。では、皆さんの中からお二人に一問ずつかな、すみません、お時間の都合上、一問ずつ質問を受けたいと思います。では、市井紗耶香さんに、なんでもいいです、質問ある人。

市井 なんでもいいっていわれたら困っちゃうよね。

リコ 困っちゃう。

市井 何だか分かんないもんね。

リコ 質問あるっていう人、恥ずかしがらずに。じゃあ、お父さん、お母さんでも大丈夫ですよ。何か質問ある方。

市井 困っちゃうよね。

リコ ある人、いない。

市井 困っちゃうよね、いいよ、もう。

リコ なになに、恥ずかしい、お母さん、言えよって言ってるね。いないですか、いない。じゃあ、私からいいですか。

市井 困っちゃうね、はい。

リコ いい、みんな。実は昔、子どもたちにダンス教えてたんですけど。

市井 そうなんですか。

リコ そうなんですよ。『LOVE マシーン』とか『ザ☆ピ〜ス!』とか、『ちょこっと LOVE』とか実は教えてたんですよ。

市井 本当ですか。

リコ 今でも踊れるんですが。

市井 そうなんですね。

リコ なんか市井さん、18年ぶりに活動されて。

市井 そうですね。

リコ 久しぶりにダンスを踊ったり、歌を歌ったりして、それに向けて何か気を付けていたこととかってありますか。

市井 食事はとにかく気を付けてはいました。本当にこう、つい本当、先日の出来事なんですけど、18年ぶりに、そのモーニング娘。のステージに立たせていただく機会をいただいて。それまでは、でも、それまでの間も食事に気を付けてはいたんですけど、さらにちょっと大きなイベントでもあったので。

私自身の体調の管理っていう部分では、栄養価はどういうものが食べ物だったら栄養があるのかなとか、筋肉ちょっと付けたいから、もうちょっとこういうもの食べてみようかなっていうのを、結構、意識的に心掛けて、この数カ月は過ごしました。

リコ そうですか。大成功って感じですか。

市井 そうですね。もう本当に。

リコ 見たい。

市井 そのおかげで、食事のおかげでステージに立つこともできましたし、でも当日は、本当、DA PUMP とかも出たりとかして、結構、大きなイベントになったので、すごいすてきな思い出になりました。

リコ いいですね、見たかった。ありがとうございます。

市井 ありがとうございます。

リコ ちょっと個人的にいろいろ聞きたいですが、そろそろお時間ですから。では、磯部先生に質問があるっていう方、いらっしゃいますか。磯部先生に、はい質問。放射性物質についてとかないですか。みんな恥ずかしいか。

市井 気になるよね。

リコ じゃあ、また私いいですか。なんか放射性物質とか放射線ってどうしても悪いイメージがあるじゃないですか。

磯部 そうですよ。

リコ なんか他にいい、役に立っていることとかあってあたりするんですか。

市井 それ気になりますね。

磯部 実は放射線、私たち便利に使ってるんです。皆さん病院でX線、レントゲン写真っていうのを聞いたことありますよね。

リコ レントゲン撮ったことあるお友達。骨折とかして、ある、あるね、3人ぐらいいます、結構いた、5人ぐらいいた。

磯部 もしレントゲンや放射線がないとしたら、どうなるか。あれは体の中の悪いところを見つけるものなんです。もしないとしたらどうやって体の悪いところを見つけるか。それは体を切り刻んで中を探すわけです。そのほうが怖いですよ。

リコ 怖い。

磯部 だから、そんなことをしなくても外から放射線を当てることで、体の悪いところを見つけてるわけです。そうやって放射線っていうと悪いふうに見えるかもしれませんが、人間にとっては、例えばがんをやっつけるために放射線を当てるとか、いろんなところで役立っていますので。

市井 そうなんだ。

磯部 実は、怖いとか恐ろしいものだけじゃなくて、人間に役立ってるものだということを知ってください。

リコ すごい勉強になりましたね。

市井 本当だね。

リコ 悪いものだけではないということですね。というわけで最後になりましたが、市井さんから皆さまに一言ありますか、お願いします。

市井 そうですね、今回、こういった感じの、子どもたちと一緒に学ぶことができ、私もとても勉強になりましたし、放射線っていうのが私もどうしても、ちょっと怖い、あとはちょっと、あんまり口にしちゃいけないのかなっていうような感じがあったんですけども。

でも、今回のこのイベントを機に、放射線のイメージが変わりました。私たちの生活も、もちろん支えてくれているんだっていうのもありましたし、あとは本当に正しい知識を身に付ければ、怖いっていうイメージがないなって。

リコ 逆に、大切なことも学びましたもんね。

市井 あとは本当に残された子どもたちのために、どういうものを作っていけるのかっていう、明るい未来が見えたかなっていうふうに思います。

リコ なるほど。ありがとうございます。では続いて磯部先生、皆さまに一言お願いします。

磯部 放射線は目に見えませんが怖いと思いがちなんですけども、農家さんたちの努力のおかげで、市場に出回っているものには、福島第一原発から出てきた、事故で出てきた人工放射性物質っていうのは、ほとんど検出されておられません。検出されたとしても安全側に考えられた基準値よりもはるかにもっと小さな数値なんです。なので、売られている食材は安心してお買い求めください。

リコ はい、お母さんたち。

磯部 むしろ、野菜不足であるとか、運動不足であるとか、そういうことに注意していただきたいと思います。

リコ 分かりました。ありがとうございますというわけで、市井紗耶香さん、磯部久美さん、ありがとうございました。

市井 ありがとうございました。

リコ・磯部 ありがとうございます。

リコ では、皆さんはそのままちょっとお待ちいただいて、最後にクリアファイルのプレゼントですとかアンケートとかありますので。お二人はどうぞ、ありがとうございます。もし今、質問がちょっと恥ずかしくてできなかったっていうお友達、この後、磯部先生は消費者庁ブースでお話しをもっと詳しくしてくださるそうです。

放射性物質、目に実は見える実験っていうのを、これからブースでやってくださいますので、よかったらこの後、消費者庁ブースに遊びに来てください。そしてお母さんたち、お父さんたちアンケートが渡ってるかと思imasuので、出口でエプロンを付けたスタッフまで、こちらアンケートをお渡しください。

そして、小学生のみんなには今のお話、分かった、分からなかったどちらかに、あちらのお姉さん持ってますけれども、ホワイトボードに磁石を付けてください。付けてくれたお友達にクリアファイルプレゼントしてますので、どうかお願いいたします。というわけで皆さま、最後まで聞いてくれてどうもありがとうございました。

この後はぜひ、消費者庁ブース、遊びに来てください。では、残り時間、何時間ですか、きょうは4時まで、あと2時間半ぐらい、ぜひ、こちらの会場内遊んでってください。楽しんでください。どうもありがとうございました。また会いましょう、ばいばい。