

## 水銀の特徴

- 発生源や性状
  - 自然界にもともと存在していたものが多く、主に地殻から噴出するガスに含まれる
- 魚介類中の水銀
  - 川や海的环境中の水銀が、微生物によってメチル水銀になり、食物連鎖を通して魚介類に取り込まれる
  - 食物連鎖の上位の魚類(サメやメカジキなどの大型魚)に比較的多く蓄積される傾向



## 水銀の毒性

- 健康上の主な影響は、母体を通じた胎児や発達中の幼児への神経毒性(神経の発達への影響)
- ヒトの体内でのメチル水銀の半減期は、約2か月

## 水銀の平均的な摂取量

- 日本人の平均的な水銀の摂取量は $8.2 \mu\text{g}/\text{人}/\text{日}$ (総水銀)<sup>(※1)</sup>であり、この10年間では大きな変化はない
- この摂取量は、**耐容一週間摂取量(PTWI<sup>(※2)</sup>)の約57%**
- **平均的な食生活をしている限り、健康への影響について懸念されるようなレベルではないと考えられる<sup>(※1)</sup>**

(※1) 厚生労働省乳肉水産部会「妊婦への魚介類の摂取と水銀に関する注意事項 Q&A」

(※2) PTWI(Provisional tolerable weekly intake)は、ヒトが一生にわたり摂取し続けても健康影響が現れない一週間当たりの摂取量の指標

## 食品中の基準値及び摂食に関する勧告

- 厚生労働省が定めた通知「魚介類の水銀の暫定的規制値について」の概要
  - 総水銀 0.4 ppm (400  $\mu\text{g}/\text{kg}$ )
  - メチル水銀 0.3 ppm (300  $\mu\text{g}/\text{kg}$ ) (水銀として)

ただし、マグロ類(マグロ、カジキ及びカツオ)、河川産魚介類(湖沼産の魚介類を含まない)及び深海性魚介類等(メヌケ類、キンメダイ、ギンダラ、ベニズワガニ、エッチュウバイガイ及びサメ類)については適用外

- 厚生労働省乳肉水産部会「妊婦への魚介類の摂食と水銀に関する注意事項」の概要
  - 妊娠されている方が注意すべき魚介類の種類とその摂取量の目安は下表のとおり

摂食量の目安	魚介類
2ヶ月に1回以下(10g程度/週)	バンドウイルカ
2週間に1回以下(40g程度/週)	コビレゴンドウ
1週間に1回以下(80g程度/週)	キンメダイ、メカジキ、クロマグロ、メバチ、エッチュウバイガイ、ツチクジラ、マッコウクジラ
1週間に2回以下(160g程度/週)	キダイ、マカジキ、ユメカサゴ、ミナミマグロ、ヨシキリザメ、イシイルカ、クロムツ

(回数はいずれも筋肉部を1回約80gとして)

(厚生労働省 2005年、2010年改訂)