

刺し身用まぐろ等の総水銀

本マグロ、メバチ、クジラに多い

魚介類は良質なタンパク質や高度不飽和脂肪酸などを含み、バランスのよい食生活には欠かせない食品です。しかし、一部の魚介類には水銀濃度の高いものがあります。そこで、水銀量が多いとされ、日常的に食べる機会の多いマグロ類を中心にテストしました。

テスト品

- マグロ類…クロマグロ（本マグロ）、メバチ（バチ）マグロ、ビンナガ（ビンチョウ）マグロ、キハダマグロ 17品目
 - 参考品…クジラ、カンパチ、真ダイ、トラウトサーモン、ブリ、ハマチ 6品目
- ※札幌市内のスーパーやデパートで購入

テスト結果

マグロ17品目の総水銀は0.11~1.78ppm、平均0.71ppmでした。参考品6品目では、クジラが0.80ppmで多く、残りの5品目は0.02~0.31ppm、平均0.17ppmでした。

クロマグロ（本マグロ）、メバチマグロに多い傾向でした。また、赤身とトロ（はらす）

<マグロの種類>

- クロマグロ=別名本マグロ。最も大型で、最高級魚。全長約3[㍎]、重さ400[㍎]超。日本近海から北太平洋などに分布。
- ミナミマグロ=別名インドマグロ。全長約2[㍎]、重さ約150[㍎]。南半球に分布。
- メバチマグロ=目がぱっちりしていることから命名。全長約2[㍎]、重さ約150[㍎]。赤道を挟んだ熱帯、亜熱帯に分布。漁獲量は一番で供給量も最も多い。
- キハダマグロ=体色が黄色っぽいことから命名。全長約1.5[㍎]、重さ約100[㍎]。世界の暖かい海に広く分布。
- ビンナガマグロ=胸びれが長いことから命名。全長約1.2[㍎]、重さ約40[㍎]。北太平洋に分布。肉質が白っぽく主にツナ缶用。



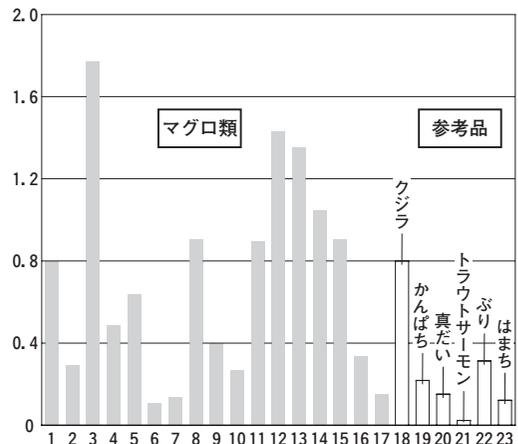
などの部位による顕著な差は認められませんでした。

昭和48年に設定された魚介類の暫定的規制値（総水銀0.4ppm）は、マグロ類等を適用外としていますが、マグロ類11品目、クジラ1品目が規制値を超えていました。

表示

JAS法の生鮮食品品質表示基準では「名称」と「原産地」の表示が義務づけられており、すべてに表示がありました。マグロ類の原産地は輸入品が9品目、国産が8品目でした。参考品ではチリ産の1品目を除き国産でした。

マグロ等の総水銀 (ppm)



● 刺し身用まぐろ等の総水銀

	No.	商品名	解凍	養殖	原料原産地名	総水銀 (ppm)	100g 当たりの 価格 (円)
マグロ類	1	本まぐろ 赤身	解凍	養殖	地中海産 原産国：マルタ	0.82	800
	2	本まぐろ		養殖	沖縄産	0.29	1,180
	3	本まぐろ 中とろ	解凍	養殖	地中海産 原産国：クロアチア	1.78	980
	4	本まぐろ 中とろ	解凍	養殖	原産国：クロアチア	0.49	1,380
	5	本まぐろ (とろ)			鳥取産	0.63	1,658
	6	本まぐろ (とろ)		養殖	沖縄産	0.11	2,798
	7	本まぐろ (トロ)		養殖	沖縄産	0.13	2,079
	8	本鮪 大とろ			鳥取県産	0.91	1,282
	9	めばちまぐろ	解凍		台湾産 (インド洋海域)	0.41	358
	10	ばちまぐろ	解凍		清水港 漁獲水域：インド洋	0.27	298
	11	鉢まぐろ 中とろ	解凍		インド産 原産国：台湾	0.90	600
	12	めばちまぐろ (ハラス)	解凍		台湾産 (大西洋海域)	1.44	520
	13	めばち鮪 (ハラス)	解凍		台湾・大西洋産	1.36	520
	14	めばちまぐろ (ハラス)	解凍		台湾産 (大西洋海域)	1.06	519
	15	びんちょう鮪	解凍		太平洋海域 (静岡産)	0.91	198
	16	とろびんちょうまぐろ	解凍		静岡県産	0.33	298
	17	きはだまぐろ	解凍		台湾産 (インド洋海域)	0.16	298
参考品	18	ツチクジラ			宮城産	0.80	519
	19	かんばち		養殖	鹿児島県産	0.23	397
	20	真だい		養殖	愛媛産	0.16	681
	21	トラウトサーモン	解凍	養殖	チリ産	0.02	298
	22	ぶり			寿都産	0.31	263
	23	はまち		養殖	愛媛産	0.11	519

また、水産物品質表示基準では、冷凍したものを解凍した場合に「解凍」、養殖の場合は「養殖」の表示が義務づけられています。

まとめ

マグロ類の11品目、クジラ1品目が国の暫定的規制値を超えていました。水銀は中枢神経に悪影響を及ぼすとされ、特に胎児は水銀を排せつできないことから、平成17年11月、厚生労働省は「妊婦への魚介類の摂食と水銀に関する注意事項」を公表しました。それによると『キンメダイ、クロマグロ(本マグロ)、メバチマグロ、ツチクジラ等のいずれかを食べられるのは1週間当たり1回。(1回=約80g)。切り身ではひと切れ、刺し身では1人

前に相当)。また、子どもや一般の人は、通常食べる魚介類によって、水銀による健康への影響を心配する状況にはなく、健康的な食生活に有益な魚介類をバランスよく摂取する必要があります』としています。

商品テスト部から



まだ使える油を捨てていませんか？

テスト部では使用済み食用油の酸化を調べています。もう使えないと思わずにチェックしてみましょう。

50³リットル (4分の1カップ) あればテストできます。希望の方は道立消費生活センターへ。