

パルシステムの 食の安全



パルシステムについて資料のご請求、ご加入は…
<http://www.pal-system.coop/entry/>

または

パルシステム受付センター ☎0120-53-4400
(平日 9:00～20:00 / 祝日 9:00～18:00 / 土日休み)

パルシステムは、 こんな生協です!

-  食の安全を追求します
-  環境保全を追求します
-  産直、食料自給を追求します
- etc...

食の安全を揺るがすことが、次々と起きています。
TPPへの加入、食品添加物の大量追加、残留農薬
基準の緩和、原発事故、新しい遺伝子操作食品など…。

“食の安全”は、「子どもたちに安全な食品を食べ
させたい」と願うお母さんたちの声で生まれた、パル
システムの原点のひとつです。これからもパルシステ
ムは、組合員の声にこたえて食の安全を追求します。
この冊子で、ぜひパルシステムの考えと
取り組みを知ってください!!



目次

食品添加物	4
農 薬	6
遺伝子組み換え	8
放射能 (付)照射食品	10
牛 乳 (付)健康食品	12
石けん (付)香害、マイクロプラスチック	14



マイ

小学5年生。パルシステム組合員のママの影響で
食の安全にこだわる。悩み多き10歳(?)

ケン

マイの同級生。勉強より
ゲームが好きな健康優良児。



カオリン

マイの同級生。ちょっとオシャレな今どき女子(?)。
ケンを香害で悩ませたが、化学物質過敏症になり
かけて転地療養、幸い回復して無事復帰。



※この冊子の記述内容に関してのご質問、ご意見は
shoku-navi@pal.or.jp をお願いします。

食品添加物

パルシステムは

食品添加物を自主基準で削減

パルシステムは、安全性に懸念のある食品添加物、必要性の低い食品添加物は使用しない**自主基準**を定めています。すべての商品カタログの取扱商品全てが自主基準に適合しています。

食衛法と自主基準の比較

(2018年9月現在)

		指定添加物		旧「天然添加物」			合計
		香料以外	合成香料	既存添加物	天然香料	一般飲食物添加物	
食品衛生法		304	150	365	612	104	1535
パル	可	126	150	172	612	101	1161
	不可	178	0	193	0	3	374
削減率		59%		53%		59%	24%

※「既存添加物」などは1995年に食品添加物になりました。

手づくりで食品添加物は最小限に

野菜や魚、肉などを購入し、食品添加物の少ない調味料で調理すれば、食品添加物は最小限で済みます。

パルシステムで食品添加物を減らそう

加工食品の食品添加物は表示されていますが、自分で選ぶのは大変です。パルシステムを利用すれば、安全性に懸念のある食品添加物をはじめ、食品添加物の少ない食品を選べます。



おさかなソーセージ
市販品には使われているリン酸塩は使用していません。



カスタードプリン
産直卵でつくり、食品添加物を使用していません。



クリーミーヨーグルト
加糖タイプですが、ゲル化剤を使っています。無香料。



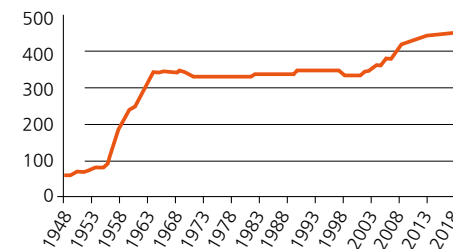
もめん豆腐
凝固剤として「にがり」を使い、消泡剤などを使用していません。

食品添加物を削減します

激増する食品添加物

食品添加物がものすごい勢いで増えています。1960年代から大きく変わらなかった食品添加物は、「規制緩和」「国際平準化」のため、この10年余りの期間に100品目以上追加指定されているのです。

食品添加物の推移 (1995年以降は指定添加物の数)



しかも、の中には抗生物質のナタマイシンや網膜に蓄積性のあるカンタキサンチンなど、これまでありえなかった食品添加物も含まれます。

安全性評価には限界

食品添加物の安全性はネズミによる動物実験で確認されています。よく「科学的」と称される安全性の評価ですが、実はネズミと人間の差は最大10倍という仮定に基づいています。しかしネズミに毒性がなくても人間に毒性が現れる可能性があります。安全性評価の限界を知り、できるだけ使わないようにする姿勢が大切なのです。

動物実験には限界がある！



隠れた食品添加物がたくさん

食品添加物は表示が義務付けられていますが、抜け穴がいっぱい。子どもがよく食べるお菓子やアイスに使われる「カラメル」「カラギナン」「ミョウバン」などの食品添加物は安全性に懸念がありますが、表示ではわからないことが多いのです。

3つの添加物 パルシステムと一般の違い

	安全性の懸念	一般の表示	パルシステムでは
カラメル II～IV	発癌性の疑い	カラメル (安全なカラメルIと区別できない)	不使用 (カラメルIを使用)
カラギナン	発癌性の疑い	増粘多糖類 (複数使用の場合)	不使用
ミョウバン	アルミニウムを含む (神経毒性、アルツハイマー病のリスク要因とも)	膨張剤	削減中※

※パルシステムではミョウバンはミックス粉や蒸しパン、マフィンなどには不使用、その他の菓子類などでも削減を進めています。

ぜひ比べてください

多くの食品添加物は見た目にはわかりませんが、ハムやウインナーの**発色剤**はわかります。鮮やかな色をつける亜硝酸塩は食品中のアミン類と反応して**ニトロソアミン**という発癌物質を作ります。パルシステムは亜硝酸塩を使いません。



原材料名:豚ロース肉(国産)、デキストリン、食塩、卵たん白、砂糖、粉末状大豆たん白(大豆(遺伝子組換えでない)、酵母エキス/貝殻焼成カルシウム)



原材料名:豚ロース肉、還元水あめ、大豆たん白、食塩、卵たん白、乳たん白、たん白加水分解物(大豆・豚肉を含む)、カゼインNa(乳由来)、増粘多糖類、リン酸塩(Na)、調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(ビタミンC)、くん液、発色剤(亜硝酸Na)、カルミン酸色素

パルシステムのハム

食品添加物は「貝殻焼成カルシウム」だけ。

市販のハム

亜硝酸塩、リン酸塩、着色料など沢山の食品添加物が使われています。

注: **天然添加物**=天然由来の食品添加物。1995年の食品衛生法改正により、食品添加物とされるようになった。「既存添加物」は香料と食品(トマトジュースなど)以外のものをいう。

注: **国際平準化**=貿易を促進するために国によって異なる規制・制度を合わせること。主として米国からの要求による規制緩和。

パルシステムは

産直産地と環境保全型農業を推進

パルシステムは、産直産地とともに農薬や化学肥料の使用を減らし、堆肥などの資源循環をする「環境保全型農業」を推進して、コア・フード、エコ・チャレンジなどの農畜産物をお届けしています。

パルシステムの農畜産物 2つのブランド

コア・フード 	栽培期間中に化学合成農薬と化学肥料を使用しない農産物です。(青果のコア・フードのほとんどが有機 JAS 格付を受けています)
エコ・チャレンジ 	特別栽培の条件に、パルシステムの削減目標農薬を不使用(米以外の作物では土壌熏蒸剤と除草剤も不使用)という条件で作られています。
その他 (慣行栽培)	その他の農産物も農薬削減に努め、管理しています。 ①産直四原則で環境保全型農業を目指しています ②事前および事後に農薬使用を把握しています ③食品衛生法残留基準の1/10以下を目標に管理しています。

国際産直の有機栽培バナナ

フィリピンでの農民救済のために始まった balancon banana のフェアトレード(民衆交易)。有機栽培で、輸送時に防かび剤も使いません。国際産直バナナはタイなどにも広がりました。



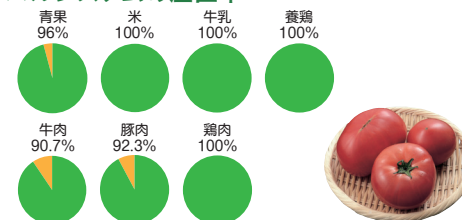
※輸入検疫で青酸ガスによる熏蒸をすることがあるので、「エコ・チャレンジ」でお届けします。青酸ガスは残留しません。

環境保全型農業を推進

農畜産物はほとんど産直品

パルシステムは農産物も畜産物もほとんどが産直。産直産地では「産直四原則」によって食の安全と環境保全が追求されています。

パルシステムの産直率



※産直以外の生鮮品は、生産履歴のわかる国産農畜産物です。

パルシステムの「産直四原則」

- ①生産者・産地が明らかであること
- ②生産方法や出荷基準が明らかで生産の履歴がわかること
- ③環境保全型・資源循環型農業を目指していること
- ④生産者と組合員相互の交流ができること

農薬削減の課題

農薬を使う生産者は農薬を吸ったり皮膚から吸収したりして、農産物を食べる私たち以上に影響を受けます。農地とその周辺の生物も減ってしまいます。

だから生産者も農薬を減らしたいのですが、資材等でコストアップになり、労力も必要になります。病虫害で収量や品質が落ちることもあり、農薬削減は簡単ではありません。パルシステムでは、産直産地とともに、これからも農薬削減を進めていきます。

※産直の中身は以下でご覧下さい。
「産直データブック」も載っています。

<http://www.pal-system.com.jp/sanchoku/>

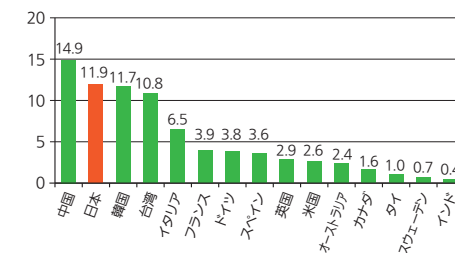
パルシステム 産直

検索

世界トップクラスの農薬使用量

FAOがまとめた耕地面積当たりの農薬使用量を見ると、日本は世界でもトップクラスです。

農薬使用量 (kg/ha)



※FAOまとめ(2014年、米国のみ2012年)

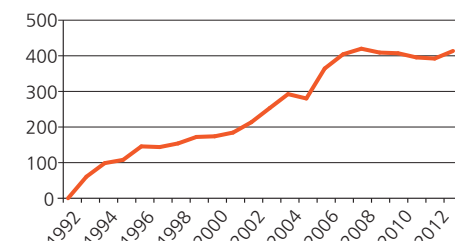
農薬使用量は減っている?

日本での農薬総使用量は1980年代から半減しています。減反等による農地の減少とともに、残効性(長く効く)の高い農薬が開発されたことも原因です。浸透性が強く残効性が高いネオニコ(ネオニコチノイド系殺虫剤)の出荷量は増えています。ネオニコが普及した1990年代以降に多発した「蜜蜂失踪」の原因として疑われ、欧米ではネオニコの規制が始まっています。

また、ここ20年ほどの間に急増している子どもの発達障害にも農薬の影響を指摘する研究者がいます。



ネオニコ出荷量の推移 (原体トン/年)(国立環境研究所)



注：特別栽培＝一般的な栽培(慣行栽培)と比較して化学合成農薬と化学肥料が1/2以下の農産物。
削減目標農薬＝パルシステムが独自に決めている、人と生態系に影響のある農薬。
土壌熏蒸剤＝土壌に使用される揮発性の殺虫・殺菌剤。

注：ネオニコチノイド系殺虫剤＝煙草のニコチンに似せて合成された殺虫剤。
蜜蜂失踪＝1990年代以降、世界各地で発生している蜜蜂の消失・大量死現象。

遺伝子組み換え (GMO)

パルシステムは

遺伝子組み換えに反対します

さまざまな問題のある**遺伝子組み換え作物(GMO)**の利用に、パルシステムは反対します。**ゲノム編集**、**RNA干渉**など、新しい遺伝子操作技術にも、反対します。

GMO原料の不使用を追求します

パルシステムの独自商品(PB商品)では主原料(5%以上配合の原料)にはGMOを使用しません。副原料やPB商品以外の商品でも、できるだけGMO不使用を追求しています。

GMO原料の使用を表示しています

パルシステムは商品のGMO原料の使用有無がカタログ誌面でわかるよう、マーク表示しています。



パルシステムの商品作りがめざす「7つの約束」

- ① 作り手と「顔の見える関係」を築き、信頼から生み出された商品をお届けします。
- ② 食の基盤となる農を守るためにも国産を優先します。
- ③ 環境に配慮し持続できる食生産のあり方を追求します。
- ④ 化学調味料不使用で、豊かな味覚を育みます。
- ⑤ 遺伝子組み換えに「NO!」と言います。
- ⑥ 厳選した素材を使い、添加物にはできるだけ頼りません。
- ⑦ 組合員の声を反映させた商品づくりを大切にします。

遺伝子組み換えに NO!

不安な遺伝子組み換え

遺伝子組み換えの技術は1980年代に実用化されました。作物(宿主)の遺伝子への異種生物の遺伝子の組み込み方法はいくつかありますが、どの方法も偶然性に頼り、宿主遺伝子のどこに組み込まれるか、組み込み過程で宿主遺伝子が傷ついていないかなど、わからないまま組み込まれます。その過程で傷ついた遺伝子から意図しない有害物質ができないか不安が残ります。

安全性確認は「実質的同等性」だけ

遺伝子組み換え作物の安全性確認は、「**実質的同等性審査**」と呼ばれる簡易な方法だけで、動物実験は行われません。

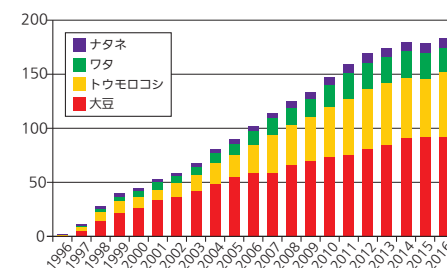
「実質的同等性」の中身

- 挿入遺伝子からできる蛋白質の消化性
- アレルギー性(コンピュータで調べる)
- 作物の主要成分の分析

拡大する組み換え作物

実用化され世界で広く栽培されているのは、大豆、とうもろこし、なたね、わた、の4種類の作物です。これらの作物の大部分を米国などからの輸入に頼る日本には、GMO食品があふれています。

世界の遺伝子組み換え作物栽培 (100万ha)



日本のGMO表示は先進国で最低

日本の遺伝子組み換え表示は、表示を定める先進国の中では最も遅れています。2017年度に改定が検討されましたが、現行制度の維持が決められました。

主要国の遺伝子組み換え表示制度

	日本	E U	オーストラリア
表示対象	5%以上かつ上位3位までのGMO原料	0.9%以上のGMOを含む食品	1%以上のGMOを含む食品
食用油、醤油等	表示対象外	表示対象	表示対象外
表示方法	遺伝子組み換え 遺伝子組み換え不分別	遺伝子組み換え	遺伝子組み換え
非意図的混入許容限度	5%	0.9%	1%

※米国は表示義務なし(現在、表示制度を検討中)

新しい遺伝子操作食品の登場

近年、遺伝子組み換え技術に代わる、「ゲノム編集」「RNA干渉」などの新しい技術が開発されてきました。米国などではすでに実用化されて市場にも出ています。これらの技術は、遺伝子組み換えと同じような問題点をはらんでいます。

ゲノム編集技術応用の主な問題点

- 標的外の遺伝子が変わる「オフターゲット変異」の可能性
- 他の遺伝子やRNAへの影響
- 種の絶滅の可能性、生命倫理の問題
- 操作の痕跡が残らず、検査できないなど

注: 遺伝子組み換え=作物の遺伝子に細菌などの遺伝子を組み込む技術。
ゲノム編集=遺伝子のDNA配列を探して破壊または置換する技術。
RNA干渉=RNAを無効化して遺伝子の発現を阻止する技術。

注: 実質的同等性審査=元の作物と実質的に同等かを審査するという意味であるが、実際の評価は消化性などで、想定外の物質生成などはわからない。

パルシステムは

残留放射能の自主基準を設定

パルシステムは食品の放射能はできるだけ低減すべきと考え、対策を進めています。食品の残留放射能に関して**自主基準**を設定しています。

パルシステムの自主基準 Bq/kg (放射性セシウム)

パルシステム自主基準 (独自ガイドライン)		国の規格基準
水、飲料、牛乳、乳製品、米、乳幼児用食品、アレルギー用食品	10	水・飲料茶 10 乳幼児用食品・牛乳 50
青果類、肉類、卵、魚介類、海藻類、きのこ類 (しいたけ除く)、その他	25	一般食品 100
しいたけ	100	

※検査対象は北海道を除く東日本の農畜産物、日本沿岸の水産物、これらの加工品など。検出限界は乳幼児用食品 1Bq/kg、その他 3Bq/kg

自主基準以下でも対策を進めます

産直産地では自主基準以下でも低減を追求して、放射能対策を実施しています。



放射能検査をして、情報提供します

商品検査センターに**ゲルマニウム半導体検出器**を2台設置して、取扱商品の検査を実施しています。ホームページと「放射能レポート」で放射能対策や関連情報をお知らせしています。

※検査結果などは以下でご覧ください

<http://www.pal-system.co.jp/item/radiation/>

パルシステム 放射能 検索



放射能低減を目指します

放射線に安全量はありません

放射線はエネルギーが高く、**遺伝子**を直接・間接に傷つけます。遺伝子が傷ついて起こる発癌などには、**「しきい値」**(閾値)はありません。胎児や乳幼児は影響を受けやすく、**内部被曝**は外部被曝より影響が大きいとする専門家もいます。

※放射線を出す性質が「放射能」で、実際に害があるのは放射線です。

放射線の健康影響

早期影響	被曝後すぐあらわれる	脱毛、白血球減少、胎児の異常など
晩発影響	数カ月～数十年であらわれる	白内障、発癌、白血病など
遺伝的影響	子孫にあらわれる	遺伝病、染色体病、先天異常

しきい値なし

放射能から家族を守りましょう

内部被曝を減らす

①食品を選ぶ	○放射能の心配のない産地の食品 ○放射能検査が行われている食品
②調理で低減	○野菜についた土は水洗いで落とす ○根菜類やいも類は皮をむく ○湯がける野菜は湯がいて水にさらす
③ビタミン・ミネラル	○カリウムやカルシウムを十分摂る ○食物繊維を摂る ○ビタミンCやビタミンEなどを十分摂る
④免疫力をつける	○栄養バランスのよい食生活 ○適度な運動と十分な休息 ○早寝早起き、規則正しい生活 ○ストレスの解消

外部被曝を減らす

○放射線測定器を貸し出している配送センターもあるので、子どもが遊ぶ場所などをチェックしましょう。

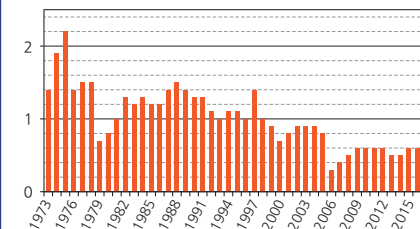
照射食品

食品に放射線を当てる「照射食品」をご存知ですか。国内ではジャガイモの芽止めだけに許可されていますが、対象拡大の動きもあります。照射食品には、発癌性の疑いのあるアルキルシクロブタンなどの**分解生成物**ができます。

変貌する照射ジャガイモ

照射ジャガイモの生産量は減ってきていますが、最近の出荷直前に放射線照射することが多く、照射による分解生成物の残留が懸念されます。

照射ジャガイモ生産量の推移 (万トン)



照射フードで猫が大量死

2009年、オーストラリアで放射線照射されたキャットフードを食べた猫が神経障害を起こし、一部が死亡するという事件が起きました。



税金の無駄遣い-生レバー照射研究

食中毒の恐れで食用が禁止された生レバーですが、放射線による殺菌が研究されています。特有の臭い(照射臭)も発生するなど、実用化は疑問ですが、税金を使って研究は続いています。

注: Bq/kg=Bq(ベクレル)は放射能の単位。1秒に1個の崩壊が起こる量。
ゲルマニウム半導体検出器=放射能を高精度で測定する装置。
しきい値=それ以下なら影響がないという限界の量。

注: 内部被曝=放射線を体内に摂り込むことによって起こる被曝。外部被曝は体外からの被曝。
分解生成物=放射線によって成分が分解されて生ずる物質。アルキルシクロブタンは放射線照射でのみ生成する。

パルシステムは

生乳に近い殺菌温度

市販牛乳のほとんどは120～130℃で殺菌する**UHT**(超高温殺菌)牛乳。パルシステムは、**HTST**(高温短時間殺菌)牛乳と**LTLT**(低温保持殺菌)牛乳だけを扱っています。乳蛋白やカルシウムが**熱で変性**せず、そのまま残り、生乳に近いおいしさがあるからです。

パルシステムの牛乳ラインナップ

	生乳生産地	殺菌条件
いわて奥中山高原低温殺菌牛乳	岩手県 奥中山地区	LTLT (65℃ 30 分)
こんせん 72	北海道 根釧地区	HTST (72℃ 15 秒)
酪農家の牛乳 酪農家の低脂肪牛乳	埼玉県西部、 茨城県	HTST (75℃ 15 秒)



奥中山牛乳はNon-GMO飼料

「いわて奥中山高原低温殺菌牛乳」は、飼料がすべて**Non-GMO**(非遺伝子組み換え)。牛乳工場から10km圏内の酪農家から集められた新鮮な生乳を使って、低温殺菌牛乳が生産されています。

希少な「酪農家の低脂肪牛乳」

「酪農家の低脂肪牛乳」は、遠心分離だけで乳脂肪分を取り除き、**HTST**殺菌で製造される、希少な低脂肪牛乳です。

殺菌温度にこだわります

栄養豊富な牛乳

牛乳コップ1杯(200ml)で、カルシウムやビタミンD、ビタミンB2、ビタミンB12、ビオチン、パントテン酸等のビタミン類を成人の一日所要量の約1/4摂取できます。蛋白質のアミノ酸バランスもよく、牛乳は栄養豊かな食品です。



市販牛乳が濃く感じるのは?

市販牛乳をお飲みの方がパルシステムの牛乳を飲まれたとき、薄い、さらっとした風味に感じられます。(さらっとしたうちにも甘みが感じられます)。市販牛乳を濃く感じるのは、120℃以上の高温で生じた成分の変化によるものです。この味が苦手な牛乳嫌いだったお子さんが、パルシステムで牛乳を飲めるようになったという声もいただいています。



牛乳が身体に悪いって本当?

「牛乳で癌になる」「牛乳を飲むとかえって骨粗鬆症(こつそしょうしょう)になりやすい」「他の動物の乳を飲むのは不自然」などの「牛乳有害説」がネットなどでよくみられます。ほとんどが科学的根拠のない話ですが、女性ホルモンが多いことについては今後の研究が待たれます。



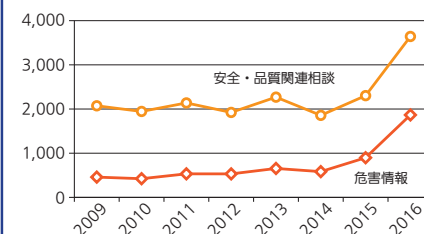
健康食品

食生活の乱れを埋めるように売られている「**健康食品**」ですが、利用には注意が必要です。

「健康食品」は不健康食品?!

全国の消費者センターに寄せられる「健康食品」の安全・品質関連の相談や危害情報が急増しています。危害の大部分が、消化器障害(主に**肝障害**)と皮膚障害です。

健康食品の相談と危害 (国民生活センター)



まずは食生活の改善を!!

慢性的に体調が思わしくないとき、「健康食品」に頼るのではなく、まずは、食生活を改善しましょう。そして、適度な運動、十分な休養と、ストレス発散を心がけ、改善しないときは病院に行きましょう。



必要なときは慎重に利用

副作用などの問題も考慮し、本当に必要か、よく考えて利用しましょう。栄養補給の場合を除き、1～3カ月摂って効果がないときは摂取をやめましょう。また摂取中に何らかの不調が現れたときは、ただちに摂取をやめ、病院に行きましょう。

注: **UHT牛乳**=加熱したステンレス板の間に牛乳を通す形で、水の沸点を超える温度の加熱が行われる。
熱変性=牛乳を超高温で加熱すると蛋白質とカルシウムが熱変性する。栄養的価値は大きく変わらないが、風味が変わり、アレルギー性も上がると報告されている。

注: **健康食品**=①特定保健用食品(トクホ)、②栄養機能食品、③機能性表示食品、④その他の健康食品があり、③④は国による審査がない。

石けん

(付)香害、マイクロプラスチック



パルシステムは

石けんは人にやさしい

石けんは食用にもなる油脂を分解しただけの界面活性剤。だから安全性は抜群。特に台所やお風呂などに石けんが断然おすすめです。

※弱アルカリなので皮膚に長くつけると刺激があります。

石けんは環境にもやさしい

合成洗剤は水生生物にとって異物。石けんは水生生物に栄養として利用されるので、生分解性が高く、水生生物にも安全です。

※石けんは下水処理場や合併浄化槽の負荷になりません。合成洗剤は生分解性の悪いものもあり、LASなどは水環境に残留しています。



国産原料も追求しています

パルシステムは「水ばしょう」などの石けんに国内で自給可能な米ヌカ脂肪酸を使っています。



純石けんと炭酸ソーダだけのシンプルな石けん。無香料。液体もあります。



石けん入門は、こちら。キレート剤(金属イオン封鎖剤)を配合した、使いやすい石けんです。液体もあります。



泡で出てくる、石けんのやさしいベビーソープです。オレイン酸を使った低刺激性タイプ。詰め替え用もあります。

※石けん情報は以下でご覧下さい

<http://www.pal-system.co.jp/washing-material>

パルシステム 石けん

検索

石けんだけ 合成洗剤にNO!

石けんにチャレンジしてみませんか?

石けんを使うのには、ちょっとしたコツがあります。コツを押さえて、石けんを使ってみましょう。

●適切な使用量

石けんは泡立つ程度の分量を使います(使用量が足りないと石けんかす[※]ができません)。



●硬度が高いときは使用量を増やす

水中のカルシウムが高いときは石けんがカルシウムと結合してしまうので、使用量をその分、増やします(泡立つ程度)。

●水温にご注意

温度が低いときは温湯(風呂の残り湯など)で洗うのがおすすめ。

●溶かして洗う

あらかじめ石けんを溶かして使うとよいです。

●すすぎは十分に

すすぎは少なくとも2回、できれば3回程度します。すすぎも風呂の残り湯などがおすすめ(最後のすすぎをのぞく)。

●早めに干す

洗ったら早めに干したほうが臭いなどが発生しません。



●洗濯機は適したものを

洗濯槽に穴のない(外側に水を貯めない)タイプの全自動洗濯機は洗濯槽にカビが発生しないので、石けんに向いています(その他の洗濯機は定期的な洗濯槽のカビ取りが必要になります)。

香害

近年、強い香りの柔軟剤やシャンプー・リンスなどが流行し、香りで気分が悪くなったり、健康被害を受けたりするケースが発生しています。そうした被害は「香害」と呼ばれます。

微量の化学物質で症状が出る「化学物質過敏症」の患者は100人に1人いるとも言われ、社会問題になりつつあります。



周囲に被害を起こさないため、また自分自身も被害者にならないため、化学物質の使用を減らしましょう。

マイクロプラスチック

プラスチックによる海洋汚染が問題になっています。その中でもプラスチックが小さくなったマイクロプラスチックが問題です。

マイクロプラスチックは、プラスチックごみが紫外線や波の力で細くなったもので、化粧品などに配合されたプラスチックビーズなども発生源です。海水中の汚染物質を吸着させ、魚介類に汚染が移行するなどの影響が報告されています。



毎日の健康習慣

身のまわりの化学物質などの影響を受けるかどうかは免疫力で変わります。栄養バランスのよい食生活(できるだけ手づくりで)、適度な運動と十分な休息、ストレスの発散を心がけましょう。

注: キレート剤=水中のカルシウムなどを捕捉して石けんと結合を防ぐ添加剤。
石けんかす=石けんとカルシウム・マグネシウムが結合して生成する、水に不溶性の物質。

注: 化学物質過敏症=有害化学物質を大量または長年に摂ることにより、神経が慢されて起こると考えられている。
マイクロプラスチック=一般的には5ミリ以下のプラスチックをいう。