

くらしの疑問

あなたの「？」を
調べました

商品やサービスに関して疑問を持ったら、まず自分で考え、調べましょう。それでも分からない、詳しく知りたい時は、消費生活センターに問い合わせましょう。以下は、当センターテスト室に寄せられた質問と、その回答です。

ヒジキは食べてもいいの？

問 昨年、英国の食品規格庁が、日本産ヒジキに発ガンリスクのある無機ヒ素が多く含有していると発表しました。食べても大丈夫でしょうか。

答 厚生労働省の見解では、多量にヒジキを食べ続けられないかぎり、健康上の問題はないと考えられます。

日本人が1日にどれくらいのヒジキを摂取しているか正確な調査はありませんが、国民栄養調査や海藻類全体に占めるヒジキの流通量などから約0.9gと推定されます。一方、世界保健機関（WHO）が定めた無機ヒ素の1週間あたりの暫定的耐容摂取量（PTWI）を、体重50kgの人の1日あたり摂取量に換算すると107 μ （マイクロ



gです。英国食品規格庁が調査したヒジキ中の無機ヒ素濃度は最大で22.7mg/kgですので、かりにこのヒジキを摂取しても、毎日4.7g以上継続的に摂取しなければPTWIを超えることはありません。

厚生労働省では、海藻に含まれるヒ素による健康被害の報告はない、としています。また、ヒジキは食物繊維や必須ミネラルを豊富に含むことから、極端に多く摂取するのではなく、バランスのよい食生活を心掛けることが大切です。

ノロウイルスで食中毒心配

問 ノロウイルスによる食中毒や感染症が報道されていますが、注意すべき点を教えてください。また、貝類が汚染されやすいと聞きましたが、やはり危険ですか。



答 平成15年のノロウイルスによる食中毒事件は278件で、患者数（10,603人）では第1位になりました。効果的な抗ウイルス剤がないことから、予防対策が重要です。

感染経路はほとんどが経口感染で、次の3つの経路が考えられます。

- ①貝類を生あるいは十分に加熱調理しないで食べた場合。
- ②患者の便や吐物から二次感染した場合。
- ③食品取扱業者が感染していた場合。

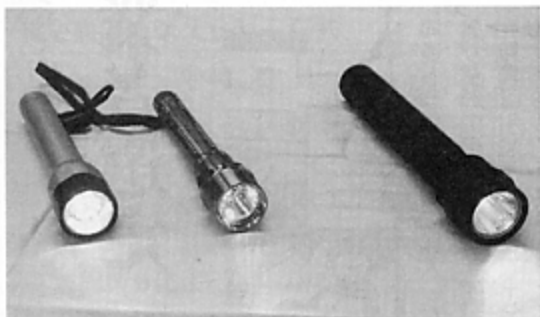
ノロウイルス食中毒は年間を通して発生がみられますが、特に11～3月に多発します。これは、生かきの出回る時期と一致しており、家庭では次のような予防が必要です。

- ・貝類は生食は避ける。「加熱用」は必ず加熱し、「生食用」もできるだけ加熱する。特に体力のない高齢者や幼児が食する場合は加熱を奨めます。（中心温度85℃、1分間以上）
- ・貝類の処理に使用した包丁、まな板などはよく水洗するか熱湯消毒する。

- ・調理した人は十分手洗いし、トイレの後や調理の前も手洗いする。

発光ダイオード(LED)の 懐中電灯、実力は？

問 発光ダイオードの懐中電灯が発売され、球切れがなく、電池も長持ちすると聞きました。どんな懐中電灯ですか。



発光ダイオードを用いた懐中電灯

答 青色ダイオードですっかり有名になった発光ダイオード(LED)は、電流を流すことで発光する半導体と言ってよいでしょう。光の三原色(赤・緑・青)の組み合わせで白色も発光できるようになりました。懐中電灯はそれを照明用に利用したもので、数年前から商品化されています。

従来の豆電球(フィラメント型)の懐中電灯が黄色っぽい光を発するのに対し、LEDは太陽光に近い白い色を発します。また、光変換効率が高く、省電力で電池寿命も2~3倍長持ちすると言われています。LEDはフィラメント型より明るさが劣るとされてきましたが、最近はそのに匹敵するものも登場してきました。今後は、懐中電灯以外の用途にも普及するものと思われます。

「低反発性製品」とは？

問 「低反発性」をうたっているウレタンクッションを購入したが、ふつうのクッ

ションと変わらないようだ。低反発性の規定はあるのですか。

答 低反発性とは低反発弾性とも言い、弾性を抑え、粘土のような粘性を上げた性質です。通常のウレタン材は圧縮した後に外圧を除くと瞬時に復元しますが、低反発弾性材はゆっくりと元の状態に戻る性質があります。枕、敷き布団、マットレスなどに利用すると、体圧が全体に分散されるため局所的な圧迫感が少なくなり、血流障害や床ずれ防止に効果があるとされています。

日本ウレタン工業協会によると、一般的なウレタン材の反発弾性率が40%程度であるのに対して、15%以下に小さくしたものを低反発弾性材と呼んでいます。

「重曹」を洗剤にしたい

問 重曹を洗剤としても使えると聞きましたが、使い方を教えてください。

答 重曹は、ふくらし粉として昔から使われていますが、粒子が細かく、水に少ししか溶けないため、磨き粉としても利用できるようです。

油污れを落とす場合は、食器はあらかじめぼろ布などで汚れをこすり落とした後、重曹をパラパラふりかけて洗います。焦げついたフライパンや鍋は水を張り、重曹を小さじ2杯位入れて沸騰させたあと、一晩おくと焦げや油が浮いてきます。ただし、頑固なこびりついた油污れなどには洗浄力不足は否めず、手間もかかって合成洗剤のようにサッと一拭きというわけにはいきません。

なお、重曹は弱アルカリ性ですので、素手で扱うよりゴム手袋をして使用するほうがよいでしょう。

