

とんとん峠 23号

花の便りが聞かれる季節になりました。国水研のあるとんとん峠周辺は、「水俣市チエリーライン」として財団法人日本さくら会の選定の「日本さくら名所一〇〇選」に名を連ねています。（県内では「熊本城」、「市房ダム湖畔」の三箇所が選ばれています。）

「水俣市チエリーライン」は、湯の鶴温泉から湯の児の海岸線に沿って続く桜の並木道です。国水研からは、御所浦島を背景に青い海と桜の桜色、山の新緑の調和が春が来たかを感じさせてくれます。この景色を海上から眺めてみたいものです。

国水研は、水俣病に関しての総合的な調査、研究、そして国内外の情報の収集、整理及び提供を行うこととこれらに関連する研修の実施を目的として環境省の機関として熊本県水俣市に設置されています。国水研は、わが国の公害の原点といえる水俣病とその原因となったメチル水銀に関する総合的な調査・研究、情報の収集・整理・研究成果や情報の提供を行うことにより、国内外の公害の再発を防止し、被害地域の福祉に貢献することをめざしています。



情報センター屋上より、水俣市と出水市（鹿児島県）を跨ぐ矢筈岳を望む やはすだけ

目次

●特集

水銀のはなし
「日本人と水銀」

・国水研の動き

●国水研からのお知らせ

- ・NIMDフォーラム2009開催報告
- ・第一六回健康セミナーのご案内
- ・国際水銀会議2009
- ・外来リハビリテーション変更のお知らせ
- ・第二回介助技術講習会のご案内

●健康メモ

・「新型インフルエンザ」について

●編集後記「本日のとんとん峠」

●アクセスマップ

ふきのとう

立春を過ぎると、もう春のきざしが。
～水俣市葛渡にて



「春はちかいぞ～！」

水銀のはなし

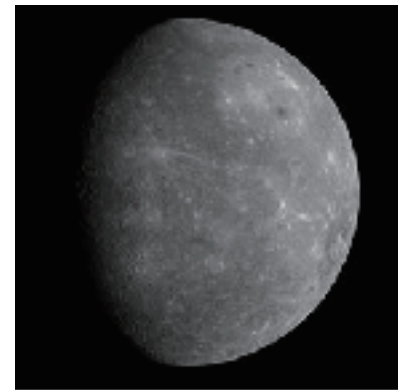
「日本人と水銀」

基礎研究部 生化学室長

安武 章

水銀はご存じのように、「液体でありながら金属」というユニークな性質をもっています。液体ですから入れ物によって自由に形が変わります。このことからローマ神話の変幻自在の商業の神「メルクリウス」にちなんだマーキュリー(Mercury)という英語名があります。日本でも昔は「しろがね」とよばれ、ずっと昔から私たちの生活に深くかかわってきました。奈良の大仏建立時に、大仏に金メッキするために大量の水銀が使われたのは有名な話です。また短歌で「あおによし」という奈良にかかる枕詞がありますが、漢字では「青丹よし」と書きます。「丹」は水銀染料(硫化水銀)の朱色のこと、建造物の柱の鮮やかな朱色を称えたものです。

境中どこにでも存在しているのです。最新の測定器を使つと、普通に呼吸している空気の中の水銀でさえ正確に測定することができます。もちろんその量はごくわずか、健康を害するレベルよりも数桁低いものです。また海や川の水の中にも溶けており、その一部がメチル水銀に変わつて魚介類に蓄積されることも知られています。つまり、私たちは知らないうちに水銀と接しながら生活しているといえます。このように身の回りに水銀が存在することは、火山の噴火など、数十億年にわたる自然活動の結果であり、メチル水銀が魚介類に蓄積するのも自然現象です。



魚介類を多く食べる私たち日本人は、どうしてもメチル水銀の摂取量が魚介類をあまり食べない海外の人よりも多くなります。メチル水銀の摂取量は毛髪の水銀濃度からわかります

が、日本人の平均値は欧米諸国よりも高めです。でもその値は健康に影響するレベルよりもはるかに低いものです。幸い私たちは体の中にメチル水銀の解毒システムをもっており、取り込んだものを確実に排泄しています。つまりメチル水銀が体に溜まり続けることは決してないということです。

最近、京都大学の研究グループから面白い報告が出ました。日本人の歯のエナメル質(外側の最も硬い部分です)の水銀濃度が、縄文時代、中世、江戸時代、現代でほとんど変わっていない、というものです。エナメル質の水銀が毛髪と同じようにメチル水銀の摂取を反映するものとすると、日本人のメチル水銀摂取量は数千年の歴史の中で変化していない、ということが言えそうです。魚介類は、そのタンパク質が栄養学的にとっても優れており、健康の維持に必要な不飽和脂肪酸の宝庫でもあります。私たち日本人は豊富な海の幸に恵まれてこれまでの歴史を築いてきたのかもしれない。

【写真説明】

メッセンジャー(MESA)の撮影した水星

英語のMercuryには「水銀」の他に「水星」という意味もあります。太陽系のいちばん内側の惑星である水星は公転周期(八八日)が最も短く、こまめに動き回る神、メルクリウスにちなんで名づけられました。

国水研の動き

(平成二〇年二月～平成二二年三月)

二月三日

衆議院調査局環境調査室他来所

二月二二日

JICAアジア環境社会構造コースタイ来所

二月一九日

JICA中央地域産業環境対策コース(イラン)来所

一月八日

第八回横浜微量成分ワークショップ情報センターで開催

一月一五日

環境省環境行政実務研修(一六日)

一月二四日

国水研機能外科学研究委員会開催東京

二月三日

KITA研修(エジプト)来所

二月五日

JICA集団研修(モンゴル)来所

二月五日

JICA研修(ラジール)来所

二月二二日

公衆衛生コース(二月二十日)

二月二二日

水銀分析コース(三月五日)

二月二二日

都留文科大学教育学部一行来所

二月二二日

JICA研修(マレーシア)来所

二月二二日

他3カ国(来所)

二月二二日

N-MDフォーラム(二〇日)

二月二二日

研究評価年次委員会開催(二八日)

二月二二日

環境省「水保病経験の普及啓発セミナー」(アジア)

二月二二日

ケ国環境行政担当者一行

二月二二日

来水(四日)

二月二二日

健康セミナー「介護予防について」

お知らせ

30th
NIMDフォーラム2009を
開催しました♪

二月一八日から三日間、NIMD
フォーラム2009を開催しました。
初日のスタンディビジットでは、招へ
い者を中心に三〇名がエコタウンやチ
ッソ工場などを見学しました。
また、一九日と二〇日の二日間にあ
たったフォーラムは、魚の含む栄養素



と水銀という天然の有害物質について、
国内外の研究者から最新の研究成果を
紹介し、特に妊婦が魚からのリスクを
低減しメリットを得る具体的手段等の
議論を展開しました。

今回から同時通訳により、日本語で
の参加も可能となったことから、延べ
約一〇名の参加を数えました。
来年度以降も、地域の方にも参加し
やすい国際会議を目指して改善を続け
いきますので、ご参加ください。

30th
第16回健康セミナー
のご案内！

「介護は予防できる！」

とき 三月二八日(土)

午後二時半～四時半

ところ 情報センター

講師 江口 満先生

(熊本県健康福祉部高齢者支援総室副総室長)

一般の方を対象として、介護を必要
としない生活をわかりやすく教えてく
ださい。

みなさまのご来場お待ちしております。
〔事前登録不要〕

**国際水銀会議2009
(中国・貴州)**

国際水銀会議(地球環境汚染物質と
しての水銀国際会議)は、水銀問題に関
する幅広い分野の研究者が一同に会し、
最新の研究成果を発表する世界最大規
模の国際学術会議です。二〇〇一年の
第八回会議は水俣で開催されました。
来年度開催される第九回会議は、六
月七日～一二日、中国貴州人民大会堂
(中国貴州省貴陽)で開催されます。

世界で唯一、水銀に特化した研究機
関である国水研も、『魚損食によるメチ
ル水銀ばく露及びn-3系多価不飽和
脂肪酸(n-3 PUFA)の関係』と題し、日
常生活で食べ物をどう選び、自然界に
存在している有害物質とどうつきあい、
重要な栄養素をどう摂取していくかと
いう身近な課題についてセッションを
主催します。



◆臨床部から

健康相談受付変更のお知らせ

健康相談は、情報センターで毎週木
曜日に行っていました。今年一月か
ら受け付けシステムを変更しました。お
電話にてご予約後、ご相談をお受けし
ます。お気軽にご連絡ください。なお、
メールでの相談も受け付けます。

◆連絡先 国立水俣病総合研究センター

Tel 0966-63-3111

(担当)遠山・宮本

◆E-mail sohndan@nimd.go.jp

外来リハビリテーション 変更のお知らせ

国立水俣病総合研究センターは、昨
年夏からリハビリテーション棟及び本
館の耐震工事を実施しています。この
ため、今年一月から、明神町の水俣病情
報センター一階で実施しています。実
施時間は次のとおりです。利用ご希望
の方は、左記までご連絡ください。

◆実施時間 (月曜)九時半～一四時

(水曜)九時半～一二時

◆連絡先 国立水俣病総合研究センター

Tel 0966-63-3111

(担当)遠山・宮本

第2回 介助技術講習会

「いつまでも

楽しく食べるために」

介護予防における

口腔機能向上のための支援

とき 四月二十五日(土)

午後一時半～三時半

(受付 午後一時～)

会場 水俣病情報センター

Tel 0966-69-2400

講師 植田 耕一郎先生

(日本大学歯学部摂食機能療法学講座教授)

内容 □口腔機能向上のための講演と

実技指導

■生涯、口から食べるために、

取り組むべき課題

自分の歯を残すことは身体機能を維持する上でも重要なことです。植田先生は、厚生労働省「口腔機能の向上支援マニュアル」研究班に主任研究者として参加された、口腔ケア・リハビリテーション分野の第一人者です。

対象 高齢者の医療・福祉に関わる方、

介護職従事者、一般の方

定員 二〇〇名

参加費 無料

【お申込み方法】

往復はがき、またはFAXにて①氏名、②年齢、③職業を明記して下記までお申し込みください。先着順で定員になりしだい締め切らせていただきます。

【お問合せ・お申込み先】

Tel 0966-69-2400 水俣市浜四〇五八一八

国立水俣病総合研究センター

(担当・遠山)

電話 0966-63-3111

健康メモ

新型インフルエンザ

今年もインフルエンザが流行しており、昨年のピークを超え、治療薬タミフルの効かない耐性株が高率で見つかるなど問題になっていることから、皆様のインフルエンザへの関心も高いと思います。鳥インフルエンザや新型インフルエンザといった言葉を聞かれた方も多いと思いますが、しっかりと理解していない方も多いようですので、今回は新型インフルエンザの話をしてと思います。

鳥インフルエンザは鳥の間だけで、感染する限りにおいては、「新型イン

フルエンザ」にはなりません。ウイルスが変異して種の壁を超えて感染するようになり、動物からヒトへ、さらにはヒトからヒトへと感染が容易になり、広がっていくのが「新型インフルエンザ」です。従って、人類にとっては未知のウイルスでほとんどのヒトはこれに対する抵抗力(免疫)をもっていない人はいないので、発生すれば世界的な大流行になる恐れがあります。

現時点で、こうした性質を持つ新型インフルエンザの発生は確認されていませんが、普段から予防を心がけることは大事です。そのためには、外出後の手洗い、マスクの着用、流行地への渡航、人混みや繁華街への外出を控えることが重要です。また、十分に休養をとり、体力や抵抗力を高め、日頃からバランスよく栄養をとることも大切です。

また、インフルエンザは容易に人から人に感染するため、他人につつさないことも重要です。インフルエンザに感染して症状のある人は、病気の悪化や周囲への感染を防ぐために、自宅で休養することが重要です。他人に接しなければならぬ場合は、咳やくしゃみをする際にはティッシュで口元を覆うか、マスクを着用することが重要です(咳エチケット)。

編集後記 本日のとんとん峠

この「とんとん峠」を皆さんはどの手でとっていたでしょうか？

昨年度のリニューアルをきっかけに国水施設内だけではなく水俣市近隣約二〇箇所配布しています。皆さんが広く利用している場所「まつぼっくり」、「もやい館」、新水俣駅「観光物産館エ」みなまた、「水俣駅内「風季のとう」」、「出水駅観光案内所」などのパンフレット棚からご自由にお持ちいただけます。

またこれまでの「とんとん峠」をお見逃しの方や遠方の方は、ホームページからも閲覧できますので、あわせてご利用下さい。(T・A)

E-mail mail@nind.go.jp

アクセスマップ

