

暮らしの知恵袋

◆体によくない人工トランス脂肪酸

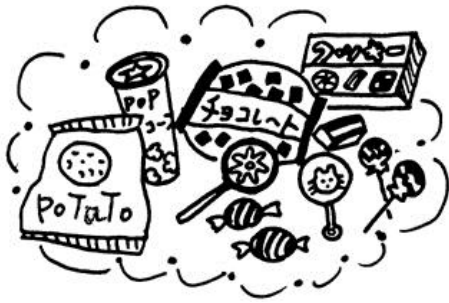
人工トランス脂肪酸の規制や表示義務が各国で進んでいます。米国では 2018 年以降禁止されます。日本政府は表示義務すら考えていません。

トランス脂肪酸とは何でしょうか（以下、厚労省のホームページ参照）。天然由来と工業由来があります。工業由来のものは、液状油を固形に加工してショートニング、マーガリン、ファットスプレッドを作る過程で水素添加により生成されます。これらを使ったパン、ケーキ、ドーナツなどの洋菓子、揚げ物などにはトランス脂肪酸が多く含まれます。天然由来では牛肉や乳製品などにわずかに入っています。

トランス脂肪酸をとりすぎると、心筋梗塞など冠動脈疾患になる可能性が高くなります。WHO（世界保健機関）は、トランス脂肪酸の1日摂取量を総エネルギー摂取量の1%未満とするよう勧告。

日本人が1日に食べるトランス脂肪酸は平均 0.92~0.96 グラムと推定され（農林水産省の2008年調査）、平均総エネルギー摂取量の0.44~0.47%。基準を下回ります。しかし、男性の約2割、女性で約3割が目標量の範囲を超えて脂質を摂取しています（厚労省調査）。

厚労省は脂質そのものや塩分を控えることを優先すべきと言います。しかし同じ脂質でも、魚やオリーブオイルなどに含まれる不飽和脂肪酸は動脈硬化を防ぐ効果があるといわれます。体によくないトランス脂肪酸をできるだけとらないようにするため、表示を義務化すべきです。気になる人は、ショートニングやマーガリンを含む菓子などは控えましょう。



ていねいに説明？

安全保障環境の変容って？ 外交努力をおこたり、脅威をあおる

政府は安保法制（戦争法案）において、憲法解釈を変え集団的行使を容認した。そのただ一つの理由は「安全保障環境の根本的変容」だとしている。それは、どんな変容なのか。政府は具体的に答えず、中国や北朝鮮の脅威きょういをあおるあおる。

だが、北朝鮮の国力、中国との経済関係から冷静に見ると、軍事衝突は考えにくい。訪日中国人が最多となっている。特に中国は日本の最大の貿易相手国である。訪日旅行者でも2015年上半期は、中国が最多となった。訪日中国人は前年の2.16倍の217万人で旅行消費額も全体の約4割を占めるトップだ（観光庁）。

中国との経済関係が緊密になり、市民の往来が増大するなか、進んでいないのが政府の外交努力だ。外交努力を怠って脅威きょういをあおるあおる、日米同盟強化の戦争法案を進める。いま必要なのは戦争法案ではなく、平和憲法をいかした外交努力である。

核実験場にされた日本 30都市へ49発の模擬原爆

被爆から70年目の7月18日、大阪市内で「原爆投下直前のパンプキン爆弾投下の真相に迫るつどい」（非核の政府を求め大阪の会主催）が開かれた。広島・長崎の被爆前後に日本の30都市に対し49発もの模擬原爆が投下された。

工学博士の工藤洋三さんの研究報告によると、米軍の原爆投下部隊「第509混成軍団」は1944年12月に発足。1945年4月、投下目標都市の選定が始まる。京都、広島、横浜、小倉、新潟、長崎が候補に挙がり、二転三転する。米国本土での実験等を経て、爆撃搭乗員がテニアン北基地にそろったのは1945年6月。原爆を実戦で使用する前に投下訓練を行った。搭載機の初期欠陥を見つけ、発生する困難を事前に解決するためだったという。長崎に落とされたファットマン型原爆、通称「パンプキン」と同じ爆弾が採用された。（右の写真はパンプキン爆弾の実物模型）内部に通常爆薬を詰め替えるだけで簡単に高性能爆弾に変更できるからだ。



搭乗員たちに日本本土の地理を周知させることや、訓練用の目標を破壊して搭乗員たちに心理的高揚を与えるのも、訓練の目的だったという。また、日本人に少数機で高高度を飛ぶB29の姿を見慣れさせ、怪しまれないためにも訓練が必要だと考えられた。

……死者400人以上

実際の模擬原爆投下は7月20日、24日、26日、29日、8月8日、14日。大阪市東住吉区田辺に投下された7月26日、実は第一目標は富山の日本曹達会社だった。これは原爆投下目標都市・新潟を確認するため、周辺が目標として設定されたことによる。だが、富山市が雲に覆われていたため第2目標の大阪に投下。被害は死者7人、重軽傷者73人、倒壊家屋485戸、被災者1645人にのぼった。

模擬原爆が投下された各地で今も真相究明や追悼行事が行われている。模擬原爆の存在が明らかになったのは、敗戦から46年も経った1991年だ。

愛知県の「春日井の戦争を記録する会」の人たちが国立国会図書館で戦時中の米軍文書から「発見」。49発の模擬原爆で被害は、死者400人以上、負傷者1200人以上にも及んだ。

米国は、戦後の日本統治をにらんだ原爆投下を計画的に進め、投下後も訓練を続けた。日本列島は核兵器の実戦使用のための「核実験場」だった。