

ばく露状況は

食事からの鉛の推定一日摂取量は、1978年には100 µg/日以上ありました。

しかし、有鉛ガソリンの規制といった対策により1982年までに急減し、その後も、さまざまな対策により減少しました。2019年の研究では、現在は1970年代の十分の一以下になっています(図2)。

2019年に実施された研究では、平均的な日本人の食事からの鉛の推定一日摂取量(食物だけではなく飲料水や、食品用器具・容器包装からのばく露も

含んだ食事性ばく露全体の推定量)は8.88 µg/日でした。

また、現在の我が国の血中鉛濃度は1 µg/dL程度あるいはそれ以下で、1990年代と比較して低下しており、世界的にみても低い水準にあります。

なお、日本国内の調査では、特定の食品から鉛を多く摂取しているという傾向はみられませんでした。

リスク評価の結果は

1. 「鉛の毒性は」で説明したとおり、疫学研究データを用いて有害影響を及ぼさない血中鉛濃度を導き出すこ

とは知見の不確実性などから、現時点では、困難であると判断しました。

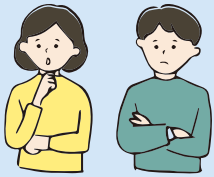
2. 現在の我が国における平均的な血中鉛濃度は、1 µg/dL程度あるいはそれ以下であり、これは、疫学研究からなんらかの影響が示唆される血中鉛濃度の1~2 µg/dL程度に近いと考えられました。そのため、今後も、鉛ばく露低減のための取組が必要であると考えられます。

コラム 1

Q 鉛はヒトの体に吸収され、蓄積しますか？

A 口から入った鉛は消化管から吸収され、その吸収率は成人で10~15%程度、小児で約40%です。吸収された鉛は血液、軟組織(肝臓、肺、脾臓、腎臓及び骨髄)及び骨に一旦蓄積され、中でも骨に最も多く蓄積されます。鉛の生物学的半減期[※]は血液及び軟組織で約40日、骨で約20年とされており、いったん吸収され蓄積された鉛もいずれは排出されます。

※生物学的半減期とは、体内に取り込まれた化学物質が、代謝や排泄等の生物学的な過程により体外に排出され、半減するまでにかかる時間のことです。



コラム 2

Q 鉛摂取の低減策は？

A これまでの鉛ばく露低減に向けた取組により、我が国での、ヒトの鉛へのばく露状況は改善しています。また、現在の平均的なばく露量では、一般的には健康に悪影響がみられるわけではありませんが、気になる場合は、家庭でもできることとして以下のような低減策があります。

- ★特定の食品に鉛が多く含まれるという傾向はないので、特に注意が必要な食品はありません。バランスのよい食生活を心がけることが大切です。
- ★食器として使用することが想定されていない装飾陶磁器などからは、鉛が溶け出す可能性があるため、食品の器として使用しないようにします。
- ★室内塵に鉛が含まれている可能性があるため、室内を清潔に保ち、室内塵に含まれる鉛が食品や食器類、調理器具に付かないように保管します。
- ★土壌などに鉛が含まれている可能性があるため、室内に土ぼこりを持ち込まないようにします。また、土壌を口にしないように、よく手を洗い、調理の際には野菜や果物をよく洗います。
- ★水道の給水管に鉛が使われているかどうか水道事業者を確認し、必要に応じて、鉛製給水管の取替などの対策をとります。鉛製給水管が設置されている場合、朝一番の水や長期不在後に使用する水の中の鉛の濃度が高くなっていることがあるため、飲用以外に使用します。その水量は、概ね10~15L(バケツ1杯)程度です。