

チェルノブイリ原発事故後 27 年のウクライナから

# 放射能被害の新事実

私たちの悲劇を繰り返さないで



タチアナ・アンドロシェンコ

## 1.1 ベクレルで「痛み」が出た



小若順一

NPO 法人 食品と暮らしの安全基金  
(旧称：日本子孫基金)

タチアナ・アンドロシエンコ女史&小若順一 連続講演会 (2013年11月)

16日:さいたま市、18日:盛岡市、19日:仙台市、20日:郡山市、21日:衆議院第一議員会館、25日:ソウル市



自民党・高橋ひなこ衆議院議員と  
交流会で



盛岡市



仙台市



各会場で集めていただいたカンパ  
は総額 222,627 円。  
ウクライナの子どもたちの健康被  
害を救うために使われます。  
ありがとうございました。



郡山市



シンポジウムで  
松井英介医師



山本太郎議員も最初からすべて  
を聞いて、シンポジウムで発言



衆議院第一議員会館

通訳：村山敦子、CHOI YOUNG RIM、陸敬熙

# 私たちの悲劇を繰り返さないで

タチアナ・アンドロシェンコ



日本へ来てお話する機会を得られたことに心からお礼を申し上げます。

ウクライナと日本はとても離れていますが、悲しいことに、チェルノブイリと福島  
の悲劇が私たちを近づけました。

私は、食品と暮らしの安全基金、小若さんが、私たちのためにウクライナでくださったことと、皆様がカンパをお寄せくださって、私たちが自分たちの子どもを守るために使わせていただいていることに、心よりお礼を申し上げます。

また、それと同時に、ウクライナでの私たちの経験をお話して、それを皆さんがご自分やご家族のために活用してくださる機会を与えてくれたことに対しても、大変感謝しております。

私が生まれ、暮らしていた村は、チェルノブイリ原発から 32 km 離れたところにあるノーヴィミール村です。

事故後 7 年、その村に住み続け、1992 年になってから、いま住んでいるコヴァリン村に移住してきました。

汚染された地域にこれ以上住めないという国家的なプログラムに基づく移住です。

私は、10 年前に女性たちの社会団体を作り、代表を務めています。

その団体の目的は、移住させられる前の村の歴史や文化、伝統を引き継いでいくということです。そして、もう一つの目的がチェルノブイリの被災者で、今の汚染された地域に住んでいる人たちを助けるということです。

チェルノブイリ原発事故から 27 年、外国やウクライナの学者による研究が行われています。私は、この団体の活動を通じて、今までも外国の団体に協力してきました。

しかし、外国の専門家はいろいろな情報を集め、ただ検査するだけで帰ってしまい、ときには、その結果さえ報告しませんでした。調べられた資料は書庫にしまわれ、必要な人たちにも、ウクライナにも届いていません。

ウクライナの学者も研究はしていますが、残念ながら資金不足で、汚染地域の子どものために、何らかの具体的な方策を実行することはできていません。

ところが、小若さんが代表する「食品と暮らしの安全基金（以下、安全基金）」は今までの調査団と違います。

それは、単にウクライナで情報を集めるだけにとどまっていないという点です。

学校、子ども、地域に、健康が改善しそ

うなアイデアを提案し、援助していただき、そして、本当に健康が改善したのです。

ですから、感謝の言葉は、私個人からではなく、安全基金のおかげで健康が改善した、すべての人からのお礼の言葉です。

多くの方が健康を回復させている成果を皆さんにお届けするので、有効に活用していただきたいと思います。

### 70日間保養プロジェクト

安全基金とのプロジェクトは、まず、1986年生まれの子どもたちを対象とした健康調査から始められました。

私たちの家族も、汚染された地域からの移住者ですので、1986年生まれの子どもを含む家族を集めることは難しいことはありませんでした。

この若い人たちの健康調査の中で、1人の女性を放射能に汚染されていない地域へ70日間、保養に出す提案を受けました。

私は、1986年にビグニ村で生まれたナタリアを推薦しました。

ビグニ村は、比較的汚染の高い地域です。保養プロジェクトを始める前の彼女の健康状態は、第三種汚染地域（放射線管理区域）の症状を端的に現わすものでした。

彼女は7歳で甲状腺障害の診断が下されていました。心臓に障害を抱えており、20歳ごろから婦人科の病気がありました。そして、めまいと足の痛みも、生まれたときからずっと抱えていました。鼻血もよく出ていました。彼女の弟は、20歳のとき、骨ガンで亡くなっています。

彼女が保養に出かけるときの写真からもわかるように、非常に青白い顔で、身体の

具合が悪そうです。会って話したときには、若い女性であるのに、生きる喜びをまったく感じませんでした。



2012年7月12日  
保養に出かける列車の中  
体調に関する日誌をつけていました。

彼女は、サナトリウムで30日間、療養しましたが、それは化学的な療養ではなく、マッサージ、入浴、きれいな空気の下で過ごすという療養です。

全体で70日間の保養を通じて、彼女は毎日、どのように変わっていくか、

しかし、保養から戻ってきたときは、その報告を聞くまでもなく、外見から元気な様子が見てとれました。

顔色が良くなり、目の輝きも強くなり、髪の色もよくなり、見違えるほどでした。

痛みのために曲げていた背中を伸ばして、とても美しいスマートな女性になっていて、そのとき初めて、私よりも背が高いことを知りました。

毎日持ち歩いていた心臓の薬、ニトログリセリンも必要がなくなり、持っていませ



9月28日、安全基金の調査団に体調を報告

んでした。保養前と帰ってきてから、血液検査や心電図をとってもらいましたが、その結果も、彼女が元気になったことを裏付けるものでした。

彼女は生きる喜びを取り戻し、働く意欲も出て、自分の周りのいろいろなことに興味を取り戻しました。

2013年の春、ウクライナを訪問していた小若さんに会いに来たときは、とても幸せそうでした。

そして、保養は70日間という小若さんの理論の正しさがわかりました。

(小若注：タチアナさんは、一般的な2週間の保養をさせたかったのですが、私は2週間の保養で良くなるとは信じられず、セシウムの生物学的半減期の70日間を主張。ただ、理論的な根拠はなく、改善する経過を知りたかったのですが、45日目でも体調は良くなっておらず、それは心電図でも確認されています。それが54日目には体の痛みが軽くなっており、70日目を迎えたとき、痛みはすっかりなくなっていました。偶然にも70日間はちょうどいい期間でした)

とてもうれしいことに、ナタリアは結婚し、2014年1月には赤ちゃんが生れる予定です。

これもみんな、小若さんやプロジェクトの支援にカンパして下さった皆さんのおかげです。



2013年3月25日

## 子どもでも「痛い」

私の親戚、友人、近くにいる人すべてが、チェルノブイリ原発ゾーンから移住してきた人たちです。

そのため、どの家族にも健康に問題を抱えている人がいました。

私たちは顔を合わせるといつも「頭が痛い」「足が痛い」「心臓が痛い」などと、痛みについて話していました。どこかが痛いというのは日常で、痛みがあるのが当たり前とっていました。

皆さんには信じがたいことかもしれませんが、ウクライナ人はみんながみんなそうで、自分たちの生活は、この痛みとともにあるものだと思っています。

このような痛みが、40歳を過ぎて出てくるならまだしも、子どもにも出ているのです。

小若さんから依頼された調査は、ウクライナで初めてのことで、子どもたちのところに行って、どこか痛いところがあるか、気分がどうなのか、どのように感じているかを、一人ずつに聞く方法を取っています。

医者ではなく、両親にでもなく、直接子どもたちに、どこが痛いのか、鼻血が出るかなどを聞きます。

医学的な検査をしないので、原始的な方法に思われるかもしれませんが。

ここで私は、小若さんがどうして子どもたちの痛みについて聞いているかを話したいと思います。

子どもに直接、痛みについて聞くということは、お医者さんの診察とか、お母さんが子どもに聞くのとは違います。子どもに直接聞きますと、子どもは思ったままのことを答えてくれます。

子どもたちは、私を心配させないために何か言うのではなく、ウソをついたり、自分に関心を寄せるために言うのではなく、本当にあるがままのことを、聞かれたことにきちんと答えていました。

大きな子どもたちは言葉で表現できましたし、小さな子は、痛いところを手で示したりしました。

それから2ヵ月後、4ヵ月後、6ヵ月後というように、同じ子に同じアンケート調査をしてきたのですが、その結果は、彼らの外見から判断できることを裏付けるものでした。

### 「痛い」のは異常だと知った

小若さんが、私たちの地域より、もっと低線量のウクライナ南部に住んでいる子どもの健康調査をしたいと言うので、私は事前調査をすることにしました。

実際にそれを行って、ビックリしました。原発から700km、800km、900kmと離れ



「痛いところがあるか」の質問に失笑する南ウクライナの生徒（安全基金第4回調査で）

た村や町を訪れ、そこで、子どもたちに、直接あるいはアンケートで、約2000人に「足が痛いですか?」「頭が痛いですか?」「めまいしますか?」「鼻血が出ますか?」と聞きました。

モジャリ村、ピシャニツァ村やコヴァリン村では、足



が痛いかと聞いたとき、60～70%の子どもが手を挙げていました。

ところが南部の子どもたちは、その90%

が「いったい何を聞いているのか」と怪訝な顔をします。尋ねる私に、「子どもの自分たちが、なぜ足が痛いのか、どこかが痛いなどあり得ない」と驚いた顔をしたのです。

鼻血が出るかなどと質問をしたときには、男の子たちは笑ってしまったほどです。

誰かに殴られれば鼻血は出るだろう。でも、ただ座っていて

【ロソヴァ市議会が行ったアンケート調査結果】					
2013年2月実施、対象はドマハ村を含む一般教育学校の8～11年生（総数1293人）					
質問事項	1.ない	2.まれに	3.時々ある	4.よくある	5.いつも
足が痛い場合がありますか	566 44%	496 38%	194 15%	30 2%	7 1%
頭が痛い場合がありますか	216 17%	585 45%	343 26%	125 10%	24 2%
喉が痛い場合がありますか	209 16%	585 45%	392 30%	99 8%	9 1%
よく風邪をひきますか	86 7%	444 34%	586 45%	149 12%	28 2%
鼻血が出ることはありませんか	895 69%	253 20%	124 10%	15 1%	6 0%
自律神経、血管関係の疾患は?	1063 82%	119 9%	73 6%	23 2%	15 1%
風邪でよく学校を休みますか	85 6%	525 41%	528 41%	141 11%	14 1%

ロソヴァ市のアンケートには教育庁の担当者、心理学者のサインも入っている。このほかにも、タチアナさんは、市、町、村の協力を取り付けてアンケートを行っている。

鼻血が出るなど、ありえない。私は、南の地域でそのような質問をすることに疲れてしまって、ビグニ村、ピシャニツツア村、モジャリ村では何かが違うのだということが、ようやくわかりました。

自分たちや自分の子どもたちが痛みを感じていることは異常で、大人でも、子どもでも、身体のどこかが痛いのは当たり前ではないのだと思い至ったのです。

私は、自分の村に戻り、自分の地域の行政府や社会団体に、子どもたちが痛みを抱えていることは「正常ではない」という話をしました。

## ■ 10 家族の食事プロジェクト

ナタリアの「保養プロジェクト」に続く「食事プロジェクト」は、まずコヴァリン村で始められました。

私たちがプロジェクトの中で家族に対して求めたことは、森のキノコ・ベリー類、川魚を食べないようにというものでした。その代わりに、安全基金からの資金援助による無償の肉と牛乳を提供し、体調の日記をつけてもらうプロジェクトです。

隣村で購入した放射能の汚染が少ない肉と牛乳を 2012 年 11 月から翌年 3 月まで提供し、1 ヶ月後、2 ヶ月後、3 ヶ月後に訪ね、健康状態について同じ質問をしました。

質問を重ねていくうちに、聞かなくてもわかるほど目に見えて、彼らは色つやが良くなり、歩くのが楽になっていきました。

プロジェクトに参加した家族にはさまざまな症状を抱えた人がいますが、あえてそういう人たちを集めたというより、このような症状を抱えた人が多いということです。

私の家族もこのプロジェクトに参加しました。長女は 27 歳で、

アンドロシェンコ家	
父(ミハイル)	48歳
母(タチアナ)	46歳
長女(カーチャ)	26歳
次女(サーシャ)	23歳
三女(オリガ)	14歳

チェルノブイリ原発事故のあった 1986 年の生まれです。その 3 年後に次女が生まれ、一緒に来日した三女は 1998 年生まれです。

事故のとき、長女は妊娠 5 ヶ月になっていたのので、産まないわけにはいきませんでした。

なぜこのようなことを話すかと言いますと、妊娠初期の女性に、医者は中絶を勧めたからです。そのことは、多くの家族に悲劇をもたらしました。

私たちが住んでいた村はチェルノブイリ原発から 32 km に位置します。

当時のことはあまりよく覚えていないのですが、普通、妊娠中は体重が増えるものなのに、私は、15 kg も体重が減りました。それでも無事に生まれた長女は、子どものころは問題がないように見えました。いろいろ不快な症状が出てきたのは 14、15 歳になってからで、頭痛とか、めまいとか、ノイローゼのような症状、血管性のジストニアです。

今は学校の教師ですが、毎年冬になると風邪をひき、いったん風邪をひくと高い熱を出して、2 週間ほど勤めを休み、肺炎に進行してしまうこともありました。



※家族の年齢は 2013 年 3 月当時

でも、プロジェクトが始まった冬は、風邪をひいても喉が痛い程度で治ってしまいました。こんなことは初めてです。

長女はこのたび結婚し、2014年3月に初めての孫が生まれます。

次女は3歳のときからひどい胃痛を訴えるようになりました。どうして突然、胃痛が起きるのか、わからず、薬を用いて痛みを抑えようとしていました。

ところが、プロジェクトに参加した次女は、6ヵ月後から、胃の痛みを訴えなくなりました。私がこのプロジェクトに参加しなければ、治ることなど考えられません。

痛みは突発的に起きるので、いつ起きるかたどろろながら生活していたのです。今は胃痛が、かつてあったという記憶だけです。

娘たちの中で一番健康上の問題を抱えていたのは三女のオリガです。放射能の影響かどうかわかりませんが、7ヵ月という月足らずで生まれました。

3歳の時に先天性の乱視であることが見つかり、3歳半からメガネをかけるようになりました。もし気付かなかつたら視力を失ったかもしれないと言われたからです。

4歳のときには背中の中のひどい痛みを訴え、泣き出して歩けなくなり、キエフの大きな医療センターで検査を受けました。すると、医師はわずか4歳半の子に、強度の椎間板ヘルニアと診断し、同時にこのような小さな子に起きるはずがない、治療は無理と言ったのです。その後、小学校に入ってから彼女の片足が先天的に1cmほど短いことがわかり、そのために痛みが起きることがわかりました。

また、彼女はよく鼻血を出していました。授業中にノートの上に流れるように大量に鼻血を出て、学校から電話で知らせてくる

ほどでした。また、夜中に、本人が気付かないうちに出てシーツに血がついているということもしばしばありました。

ところが、彼女もプロジェクトを開始して4ヵ月過ぎるころから、鼻血は出なくなりました。

私自身のひどいめまいや、とても痛い頭痛も、ほとんどなくなっています。



シンカール家の家族は移住者ではなく、もともとコヴァリン村に住んでいた人たちです。

シンカール家	
祖父(アレクセイ)	62歳
祖母(カーチャ)	66歳
父(ビクター)	40歳
母(エレナ)	35歳
長男(ミーシャ)	11歳
二男(アンドレイ)	8歳
長女(オクサーナ)	7歳

7歳で小学校に入学したミーシャは、ほかの子と変わらない健康な子どもに見えました。

ところが、2年生になると、ペンがうまく握れなくなりました。本もうまく読めなくなり、歩き方も変だと、先生方が気付きました。

その症状はだんだん進行し、うまく歩くこともできず、ペンも持てないようになってしまいました。顔の筋肉がうまく動かせないため、声に出して本を読むこともできません。

食器やスプーンもうまく持てなくなり、症状は悪くなる一方です。

3年生までは学校にも通っていましたが、その後は、先生たちが勉強を教えに、家を訪問するようになっていきます。



キエフの医療センターがミーシャの病状を診ていましたが、診断を付けることができず、治療方法を見出すこともできませんでした。



2012年10月1日  
安全基金調査団が  
初めてミーシャに  
出会った



2013年3月24日  
いくらか回復。小若  
がマッサージした後  
で歩くと、足は真っ  
直ぐに。

翌年1月にミーシャのお祖母さんがやってきて、「私たちもそう思っていたのだけど、近所の人からミーシャが前より上手に歩けるようになってるね。気が付いているかと言われたのよ」と報告してくれたのです。

ほかの人が見てもわかるほどミーシャが

良くなっていることに、お祖母さんはとてもうれしそうでした。この家族にとって、ミーシャが良くなったことは何よりの希望です。

私は日本に来る前、ミーシャを訪ね、動画を撮らせてもらいました。驚いたことに、ミーシャは歩くだけでなく、走ろうとさえしていました。

小若さんは、ミーシャのことをとても心配してくれて、彼をプロジェクトに加えるようにと指示してきたほどです。

ミーシャには、小若さんがミネラルに富む震災前の天然だしを2012年10月に渡し、11月からはさらに肉や牛乳の提供を始めました。

結果は、絶望に近づいていたところへ希望を与えるものでした。

私はミーシャに、彼が今までに読んだことがない本を渡すと、同じ年ごろの子と同じように、その本を読み上げたのです。

ミーシャには弟と妹がいます。この2人も病気がちで、痩せていて、顔色は悪く、目の下にクマができていました。

初めて彼らを見たときはびっくりしました。私は、チェルノブイリの子どもたちで低血圧や無気力症に苦しんでいる人たちをたくさん見てきました。それでも、ミーシャの弟や妹の様子は、とても気持ちを重くさせるものでした。とても痩せていて、放心したような目つきをしていたからです。

しかし、プロジェクトが進むにつれ、この子たちは血色がよくなり、見違えるようになりました。

食が極端に細く、体も弱くて入学を1年遅らせた妹も、学校の先生の話によると、

良くなっていることに、お祖母さんはとてもうれしそうでした。この家族にとって、ミーシャが良くなったことは何よりの希望です。

私は日本に来る前、ミーシャを訪ね、動画を撮らせてもらいました。

驚いたことに、ミーシャは歩くだけでなく、走ろうとさえしていました。



2013年11月  
歩き始めは、まだ  
足が曲がっている。



本を読みあげるミーシャ



オクサーナ  
(2013年3月24日)



元気になったオクサーナ  
(2013年11月)

とても活発で、勉強もよくでき、入学後の医学的な検査でも問題なかったということです。

この子たちを見ていて感じることを例えるなら、しおれて枯れかけていた草花が、新鮮な水といい環境を与えられて生き返ったようです。



たサメ肌の症状がありました。状態が特に悪いのは冬で、乾燥しているので、皮膚がひび割れたり、ささくれ立ったりして化膿してしまうこともありました。

彼らには小若さんが高純度ワセリン「サンホワイト」と天然だしの粉末を10月1日に手渡し、11月からは肉と牛乳の支給が始まりました。

冬の間中、彼らの様子を見ていましたが、サメ肌、皮膚がささくれ立つこともありませんでした。ただ、今までの悪化した皮膚の赤味が残っていました。それでも、春になって日光が強くなってからも、状態が悪化することはありませんでした。そして、夏になると、初めて、きれいに日焼けしました。今まで、異常があった肌は日に焼けず、白いままだったのです。

お父さんは関節と骨に問題があり、例年ですと春に炎症となっていました、そういうこともありませんでした。

お母さんも体調が良く、冬に太っていたのが、この冬は太らなかつたと喜んでいます。



次にご紹介するレリャック家は、移住者の家族です。

長男は健康面で特に問題はなく、徴兵で軍隊にいます。しかし、下の2人の子は先天的な皮膚障害、サメ肌があります。次男には「泣き出すほどの足の痛み」もありましたが、いまでは非常に改善されています。

妹のヤーナは、皮膚障害が生まれたときからひどく、顔、両手、両足、背中に目立つ

レリャック家	
父(ロマン)	42歳
母(アラ)	40歳
長男(ルスラン)	21歳
次男(セーニャ)	14歳
長女(ヤーナ)	12歳

プロホレンコ家の母親、アリオウーナさんは、1986年、ノーヴィミール生まれです。



10歳の時に  
甲状腺障害の  
診断を受け、  
頭と足の痛み  
をしばしば訴  
えていました。

プロホレンコ家	
父(アンドレイ)	30歳
母(アリョーナ)	26歳
長男(セルゲー)	7歳
次男(ビクター)	6歳
長女(アニャ)	3歳
次女(マーシャ)	3歳
※アニャとマーシャは双子	

ウクライナ

の家では珍しくありませんが、彼女は18歳で結婚し、4人の子持ちです。

長男セルゲーは2012年9月に小学校に入学、次男ビクターも翌年に入学しました。

セルゲーは頭と足の痛みを訴え、それと鼻血をよく出していました。ビクターは足の痛みを訴えていました。

しかし、プロジェクトの終わりごろの2013年2月末のこと、セルゲーに頭の痛みを尋ねると、最後に頭が痛かったときのことを思い出せませんでした。それまでは、学校から帰るたびに頭が痛いと言って、横になって休んでいたのです。

春になると「セルゲーは、前より注意深くなくて、よく勉強するようになった」と学校の先生から聞いて、お母さんは、とても喜んでいました。

下の女の子たちはよく病気によくかかりました。彼女らは双子なので、片方が病気

になると、もう1人にも感染して具合が悪くなり、年に3～4回は入院していました。

ところがこの子たちも、プロジェクトが始まった年の冬には病気をしませんでした。その冬は春に130年ぶりの大雪が降り、とても寒くて風邪をひきましたが、前よりずっと軽く、入院する事態にはなりませんでした。

キリレンコ家は隣人で、長女ナスチャは、私の娘オリガの友人でもあります。

オリガが病気のときはとても心配していましたが、自分たちにも同じことが起きるなどとは考えてもいなかったでしょう。



4年前、ナスチャの肺に複数の腫瘍が見つかりました。先天性肺腫瘍という診断です。

キリレンコ家		
祖母(ガリーナ)		70歳
父(ニコライ)		35歳
母(ソーニャ)		32歳
長女(ナスチャ)		13歳
次女(ナーヂャ)		7歳
三女(アーラ)		6歳

手術が必要と言われましたが、肺の10ヵ所以上に腫瘍があって、どのように手術をするのか、お医者さんは説明しませんでした。

また、ナスチャにはひどい頭痛がありました。手足にも痛みがあり寝られません。いつも目の下が青や黒いクマになっていたし、口の周りにはできものがありました。

ナスチャに放射能の少ない食品の提供が始まると、頭痛や足の激痛はなくなり、冬の間、ひどい病気にはなりませんでした。

黄色を帯びていた顔色もピンク色になり、目の下のクマもなくなりました。

プロジェクトが終わった後、6月にキエフの医療センターで検査を受けましたが、彼女の調子がとてもいいのでお医者さんは驚いていました。手術の話は、もう出ませんでした。

仙台で寺澤政彦医師から彼女に「ルミンA」(細胞賦活用薬)が提供されました。

ウクライナのタチアナ医師も、彼女の症状が良くなっているので、ルミンAを1年間投与するよう勧めています。肺腫瘍が良くなることを期待しています。

もう一人のナスチャという娘についてお話をさせていただきます。



2012年3月

コバリチュック家の彼女は、私たちのプロジェクトに助言を与えてく

コプチロ・コバリチュック家	
祖父(ミハイル)	73歳
祖母(ガリーナ)	62歳
父(イワン)	38歳
母(イリーナ)	36歳
娘(ナスチャ)	15歳

いるウクライナの小児科医の診察を受けています。

特にはっきりした病気はありませんが、いつも気分がすぐれず、体調が良くありません。心臓が痛くて入院したこともあり、そのときは自律神経失調症と診断されました。完治したと言われなが



2013年3月 鼻血も出なくなり、血圧も正常に

ら、その後も刺すような痛みが残っていました。ヘモグロビンの値が低く、青白い顔色をして、低血圧で、鼻血もよく出ていましたし、足の痛みがありました。

私は、彼女のお祖母さんのガリーナと仲がいいので、食事を代えてから、ナスチャの様子が変わっていく様子をよく知ることができました。鼻血は出なくなり、ヘモグロビンが増え、血圧も正常になり、めまいもなくなりました。心臓の痛みも減りました。



祖母ガリーナ  
2013年3月、首にまだ赤い傷跡があったので、小若がパールネックレスをプレゼントすると、完璧に傷跡が隠れ、喜ばれた。



母親イリーナ



いとこのイワン

プロジェクトが終わった春に再度検査を受けましたが、とても良い結果でした。

彼女はいい成績で学校を終え、短大に入学して、今は生物化学者になりたいと言っています。

彼女のお祖母さんのガリーナは、プロジェクトが行われている2月に、2回目の甲状腺腫瘍を除去する手術を受けました。

1991年に甲状腺腫瘍の最初の手術を受けて一部を切除していましたが、再び腫瘍ができたので、全摘したのです。

この再手術後は、若かった最初るときより手術後の回復が早く、良好だと言っています。2ヵ月後にはすっかり元気になって、普通の生活に戻り、自家菜園の仕事もしています。

残念なことに、ナスチャのお母さんのイリーナに乳腺の腫瘍が見つかりました。寺澤先生のおかげで、彼女にも、ルミンAを提供できることに感謝します。もしかしたら、手術をしないで済むかもしれません。

いとこのイワンは、10歳のとき、甲状腺異常の診断がありました。とても背の高い立派な体格をしていますが、いつも、頭痛、足痛、心臓の痛み、鼻血に悩まされていて、頭痛はとてもひどいものでした。

しかし、冬の間鼻血は止まり、頭の痛みも、とても少なくなりました。彼の場合も、特別に薬を飲んだわけではなく、放射能の少ない食品を摂っただけです。そして、今はしっかり働いています。



ジャンキフスキー家	
父(ウラジーミル)	44歳
母(リュドミラ)	39歳
長女(ディアナ)	14歳
次女(イワナ)	12歳
三女(ウリヤナ)	3歳
四女(ルスラナ)	2歳

ジャンキフスキー家には女の子ばかり4人の子どもがいます。

長女ジアーナには、頭痛、鼻血、足の痛みといった、チェルノブイリ原発事故による典型的な健康障害がありました。

下の子どもたちも病気がちで、しょっちゅう風邪をひいていました。しかし、冬の時期にまったく風邪をひかず、今までより楽に過ごしました。

春になってからは、下の子どもたちは頭



の痛みを訴えることがなくなり、鼻血が出なくなりました。長女は、頭痛、足の痛みの訴えが減りました。

お母さんも体調が悪かったのですが、一番つらかった手の痛みに加え、頭痛、足の痛みが少なくなり、心臓の痛みも少なくなったと言っていました。

長女や次女のイワンナがよく勉強するようになったと、学校の先生から聞き、うれしく思っています。



なっています。

次女のアリーナは足が痛いと言っていました。病気がちで、1週間学校に行くとその次の3日は家で

寝ているという具合でした。ところが、病気をすることがなくなり、春に体調を崩したものの、入院はしませんでした。

アリーナの学校の先生は、プロジェクトのことを知りませんでした。それでも「よく勉強をするようになったので、学校を卒業するときは、きっといい成績が取れるでしょう」と話し、お父さんとお母さんは、とても喜んでいます。



ヤレマ家	
曾祖母(ウリヤナ)	86歳
父(アナトリー)	37歳
母(エレナ)	31歳
長女(マリーナ)	12歳
次女(アリーナ)	7歳

ヤレマ家の家族には、86歳のお曾祖母さんがいます。移住者の家族で、高齢の人が生き残っているのはとても珍しいことです。

お曾祖母さんの娘はチェルノブイリ原発で働いていていましたが、41歳で亡くなっているので、孫(エレナ)やひ孫たちと暮らしています。孫たちはプリピャチ市に住んでいて、事故後2日目に、私たちが暮らしていた村に避難しました。

エレナさんは10歳の時に甲状腺障害がありました。しばしば起こる頭痛と足の痛みがありましたが、食事プロジェクトで改善されています。

2人のひ孫の長女マリーナは頭が痛く、心臓の痛み、鼻血がありましたが、プロジェクト開始して2ヵ月半ごろから鼻血はなく

## ■ビグニ村食事プロジェクト



ビグニ村の3姉妹の家族について話したいと思います。

この村はコヴァリン村より汚染度の高い第三種汚染地域（放射線管理区域）です。

3家族はそれぞれに、健康上の問題を抱え、それは、汚染の高い地域の人たちに典型的なことです。

この3家族にも、当初は日本の震災前の天然だしが供給され、それから汚染の少ない豚肉が提供されています。

彼らの回復は、2ヵ月では目に見えるような成果は表れませんでした。3ヵ月、4ヵ月が過ぎると、改善がみられるようになっていきます。



3家族は全員で20人いますが、そのうちの16人に目立った健康改善が見られました。

特に1986年生まれの3人の若者に注目して報告します。

1986年生まれの青年・サーシャは頭痛と足の痛み、背中への痛みがあるのですが、結婚して2人の子どもをもうけています。今は、いい状態です。

1986年に生まれたもう1人の青年、アレクセイは、事故後の子どもに珍しいことではありませんが、頻繁に骨折したり、挫いたりしていました。骨折したり挫いたりしなかった手や足、指はありません。汚染地帯では、こうした骨の脆弱さは典型的なも

のです。

毎年、どこかを骨折しています。

しかし、2013年1月からプロジェクトが始まり、2月から、どこも骨折していないということは、とても素晴らしい成果です。

彼の姉は1982年生まれですが、私の次女と同じように、小さいころからひどい胃痛を抱えていました。

ところが、プロジェクトの最中の5月に彼女に会ったときには元気に

なっていて、「私はもう1ヵ月の間、胃痛がないのよ。いつ痛くなるかと思っているけど、まだ大丈夫」と言っていました。

来日する1週間前に彼女に会うと、とても明るい色の服を着て、元気そうになっていて、以前の彼女がどんなにつらそうだったかが、なかなか思い出せないほどでした。

この家族のお母さんは、心筋梗塞を起こす体質だったのですが、ひどい症状は起きていません。

黄色い服を着ている女の子（p16下の写真）は、1986年生まれのエレナです。プロジェクトの最初のころに撮った写真なので、構わない髪型からもわかるようにいい状態ではありませんでした。

彼女は、自分の健康が心配で結婚してい





アレクセイ、姉、お母さん、それぞれが若く元気に



(2012年6月)  
バケツを持っているのは、  
足の痛みがある母親。  
エレーナは、バケツを持つ  
ては歩けませんでした。



(2013年6月)  
見違えるように元気にな  
ったエレーナと母親

ません。甲状腺障害、婦人科系の病気、心臓の障害、頭痛など、体のあちこちの不調を訴えていて、いつもどこかが痛いので、人生が嫌になっている状態でした。ナタリアが受けた70日間の保養は、実は最初、彼女に勧めたのです。その話を切り出すと、彼女はパニックを起こしました。こんなに調子が悪いのに、どうしてそんなに遠くに行かなければならないのかと。

このように、どこにも出かけない人で、以前は自分の病気のことしか頭になかったのですが、プロジェクトを開始して6ヵ月後の夏、写真を撮って小若さんに送ったときには見違えるように元気になって、人生への興味を彼女から感じるようになっていました。髪型をちゃんとして、きれいな服を着て、村の中で光っている存在になっていました。

彼女はどのようにしているかと、来日する1週間前に連絡を入れると、友だちとパーティーに出かけていて、家にいないと聞きました。

日本の皆さんには想像できないかもしれませんが、彼女の年齢では、ウクライナではとっくに結婚している年齢です。

ですから、もっと気分が良くなって、自分の足でしっかり立って自立して、自分の人生を歩んでいけるように願っています。

10歳の女の子は足の痛みでよく目が覚めていました。お母さんによると筋肉がつる痛みだと言います。

1988年生まれのお母さんも足の問題を抱えていましたが、最近会った時には、足の痛みがなくなったと言っていました。



## 健康を守るために

食事プロジェクトを進行する中で、ほとんどすべての人に改善が見られることを、ご報告してきました。

それは、食品中の放射能を少なくすることが、いかに健康の回復に役立ったか、ということを知っていただくためです。

プロジェクトの基本は、森の中のキノコ、ベリー類、川魚を避けるということです。

キノコ、ベリー類の放射線量を測って、食べない方がいいと結論を出したわけです。

このプロジェクトを推進するまでには、こんな簡単なことで、健康が回復するとは思いませんでした。

人は、痛みから解放されたときから、生活を楽しみ始めます。それは、私だけでなく、アンケート調査した人たちを考えても強調したいことです。

大事なことは、生活の質であり、健康に生活するということです。自分たちを健康にすることは、自分たちでできるということです。

皆さんにお願いしたいのは、私たちの経験に学んでいただいて、私たちの悲劇、私たちの誤りを繰り返さないようにしていただきたいということです。

私たちは、今住んでいるところからほかに出ていくことはできません。ですが、食べるものに気を付けることで、健康に生きることができるのです。

私たちは、文化的な催しやパーティーを開き、自分たちのお祖母さんたちがどんな生活をしてきたかを子どもたちに伝えています。大事なことは、こうして暮らしが続いていくことだと思います。

ウクライナには、「情報によって武装していれば、次にくる最悪から逃れることができる」ということわざがあります。

小若さんのプロジェクトによって私たちは自分たちを守れる情報を手に入れることができました。

それと同時に、皆さん方が、これから訪れる健康の悪化から免れるための情報をお伝えすることができたと思います。

最後に、調査をしているビグニ村3家族、コヴァリン村、ピシャニツァ村、モジャリ村ではプロジェクトの第3弾として、化学肥料を提供していただいて、それを使って、作物中の放射能を減らす試みをしていることをご報告いたします。

それについても、皆様のご寄付により実現していますので、お礼を申し上げます。

どうぞ、皆さん、これからもご健康にお過ごしください。



寄せられたカンパで複合化学肥料を提供。2013年春、農場にまかれた。



## 質問から

### 化学肥料の提供について

**Q** 化学肥料を提供しているということですが、放射能は減らせるにしても、化学肥料の害をどのように考えているのでしょうか？

**小若** 化学肥料より放射能の方が、害があると考えています。こんなに被害が出ているのですから、汚染地への化学肥料投入をためらうべきではありません。

ウクライナの調査地域は、ほぼ有機農業なので、必須ミネラルのカリウムとカルシウムが少し足りないと考え、作物のセシウムとストロンチウムを減らすには、同族のカリウムとカルシウムを畑に投入するのがいいと提案しました。

それにチェルノブイリ連盟のマカレンコ氏が賛同して、タチアナさんをサポートしてくれ、2013年5月、専門家が指導して2つの村の畑に複合肥料を入れました。

放射能が減った収穫物を食べ始めたのは8月からですが、徐々に切り替わっていくので、私は2014年1月から痛みの減る子が少しずつ出てきて、1年後には村人すべての健康が改善されると予想しています。

化学肥料の購入も『食品と暮らしの安全』読者のみな様からのカンパで行われました。

### 甲状腺ガンについて

**Q** 甲状腺ガンの検査はどのように行われ、患者はどのように増えたのですか？

**タチアナ** ウクライナで甲状腺ガンが超音波器具で検査されるようになったのは1996～98年くらいから。それまでは触診でした。

私は、キエフにあるフランスの甲状腺ガンについて研究する医療センターに10年間勤めていたので、数字を知ることができたのですが、1985年にはウクライナ全体で甲状腺の手術例は10件でした。このうち9件が女性で、1件が男性。子どもの手術例はありませんでした。

1990～91年は2000件の甲状腺ガンの手術が行われ、このうち半数が子どもでした。

お医者さんは、早期発見をするため、子どもを観察するように、今では言いますが、当時は、こんなに甲状腺ガンが多発するとは予想していなかったもので、まったく準備されず、予防的な処置もしていなかったもので、ガンが見つかったときは後期の段階に入っていて、犠牲者を多く出してしまいました。

チェルノブイリでは4年後に甲状腺ガンが出たといわれますが、そうではありません。人によって違いますから、ある人は10年後だし、ある人は2年後です。

**小若** 福島では、早期発見する検査で2年後に出て、9000人の子に1人というのが現実です。

発ガン物質の場合、ネズミを2年飼って有意差をみるとき、1年で多数のガンが出ることがあります。この物質は「発ガン性が非常に強い物質」となって、即禁止になります。

チェルノブイリより早く、患者が多く出たことは非常に重大です。ベントで出した半減期の短い放射性物質は、危険性が非常に強いのですが、これを地元の方が吸ってしまったことが、早く発生した原因だと思います。

### ウクライナで「痛み」の調査は？

**Q** ウクライナでは「痛み」を調べていないのですか？

**タチアナ** 痛みが放射能にかかわっているかどうかは、ウクライナでは非常に政治的な問題で、チェルノブイリ原発事故と関連付けないように指示されています。もし、痛みと原発事故に関連があると政府が認めれば、財政的な対策をしなければならなくなります。

ただ、食事を変えると痛みが改善された体験は、別の町、他のところに住んでいる同郷人に話しています。

放射能の少ない食事を食べて痛みを治す提案が、なぜ日本の小若さんから出され、なぜウクライナのお医者さんから出てこなかったのか、私にとっては謎です。

# 1. 1ベクレル/kgで「痛み」が出た

食品と暮らしの安全基金代表 小若順一



## 「痛み」の調査結果

放射能の少ない食事にすると、健康状態が良かった報告をタチアナさんにしていただきました。

その中で「痛み」がどれくらい減ったのかをまとめたのが表1です。

汚染の少ないコヴァリン村でプロジェクトに参加した子どもは23人。頭痛の子が13人いて、そのうち完全に痛みがなくなった子が5人、痛みが少なくなった子が8人。改善しなかった子はいません。

大人は24人が参加。20人に頭痛があり、改善した人が19人です。改善しなかった人が1人いますが、この人は、移住者では

最高齢の86歳の女性です。

足痛は、子どもは11人中3人が解消しました。改善した子が8人。

足痛の大人は18人いて、痛みは解消していませんが、全員が改善しています。

汚染度の高いビグニ村は、赤ちゃんを除く3家族の全員に頭痛と足痛があります。

頭痛の子は5人いて、2人は頭痛がなくなり、3人が改善しています。

頭痛の大人は11人いて、全員が改善しました。

足痛の子は5人いて、3人は足痛がなくなり、2人は改善しました。

足痛の大人は11人いて、やはり全員が改善しています。

表1 放射能の少ない食事にして痛みを調べた調査結果

コヴァリン村(2012年10月・11月～2013年10月) 調査対象:47人

<キノコと川魚をやめ、隣村の肉と牛乳を提供>大人=21歳以上

頭痛	(子ども 13人)	解消 5人	改善 8人	改善せず 0人
	(大人 20人)	解消 0人	改善 19人	改善せず 1人(86歳)
足痛	(子ども 11人)	解消 3人	改善 8人	改善せず 0人
	(大人 18人)	解消 0人	改善 18人	改善せず 0人

ビグニ村(2013年2月～2013年10月) 3姉妹の家族20人

<キノコ、ベリー類、川魚をやめ、コヴァリン村近くの肉を提供>

頭痛	(子ども 5人)	解消 2人	改善 3人	改善せず 0人
	(大人 11人)	解消 0人	改善 11人	改善せず 0人
足痛	(子ども 5人)	解消 3人	改善 2人	改善せず 0人
	(大人 11人)	解消 0人	改善 11人	改善せず 0人

この結果から、食事の放射能を減らせば、痛みが減ることは確実といえます。

実は、私は、キノコのシーズンに行ったツアーの半年後から、体験したことのない痛みを経験しました。

痛くなってから2ヵ月後、痛みがスーと軽くなり始め、1ヵ月ほどたつとほとんど痛みがなくなりました。

ところが、ほんの少し残った痛みが2週間ほどたつと気になり始めて、また痛く感じるようになりました。ただ、1ヵ月前は走れないほど痛かったのに、このときにジョギングすると、足はあまり痛くありません。痛みはあっても、改善していることは明らかだと思いました。

この痛みも、1ヵ月ほどたつとまたスーと軽くなって、しばらくするとまた痛みが出るという体験を繰り返しています。

ツアーに行った19人中6人が、4～7ヵ月後に、体験したことのない痛みや、体のこわばりを体験しています。

ウクライナの人たちは良いときを知らないで、ひどい痛みがなくなったら、痛みが解消したと思っていますが、本当は、痛みがときどきぶり返しながら良くなっているのではないかと私は思っています。

このことは、次回の調査で聞いてみます。

### ウクライナ取材までの経緯

ウクライナの健康実態を知らねばならないと思ったキッカケは、福島原発事故が起きた年の夏に見たテレビ番組です。

「キエフ病院の子どもたち 2011 - チェルノブイリから25年」というイタリア国営放送「RAI2」の番組をNHK-BSが放映し、それをネットで見ると、チェルノブ



イリ原発事故が起きた1986年生まれの女性の赤ちゃんが脳腫瘍にかかって、首都キエフの病院に入院していました。

お母さんは「私の町ミエブペトロフスカは、私と同じ時期に出産したほとんどの母親が病気の子をかかえています」と話したのです。

この母親が胎児のときに被曝していれば、脳腫瘍にかかっている赤ちゃんは、当時は卵子ですから、遺伝的影響で脳腫瘍にかかった可能性が高いことになります。

チェルノブイリ原発事故から25年たつと、現地では孫の時代に入りつつあり、遺伝子を傷つけられた影響が孫に出ているのでは、と思ったのが調査を始めた動機です。

### ガンの子を救う献身的な活動

キエフ病院で子どものガン治療を支援しているのは、イタリアの「ソレッテール」という団体なので、この団体に連絡して取材を企画し、5ヵ月後の2012年2月末にウクライナへ行きました。

ウクライナの田舎は自給生活なので、



所得が少なくても豊かな生活をしています。ところが、子どもがガンにかかって、首都キエフでガン治療を受けようとすると、親の滞在費を捻出するのが大変で、治療を満足に受けられません。

ガン治療は公的負担で行われても、親が子どもに付き添えないので、実際は治療できない子が多数いたのです。

それを何とかしようと「ソレッターレ」が、ウクライナの「ザポルーカ」という団体に協力して、キエフに無料で泊まれる「家族の家」を運営しています。

### 「ザポルーカ」の献身的な活動

ここに行くと、遺伝性の確率が高いウイルス腫瘍の子にいきなり出会い、びっくりしました。

「ザポルーカ」のスタッフとボランティアたちが、ガンの子どもたちに接する献身的な活動を見ると感動させられることばかり



で、私たちもカンパを募って13,000ドル（当時は120万円）を子どもたちのガン治療のために寄付しました。

### ガン発生率の増加

国立小児神経外科病院に行くと、脳腫瘍の赤ちゃんが多数いて、私は気分が萎えていくように感じました。



その病棟で奮闘している医師、ウクライナ小児神経科協会のユーリ・オルロフ会長から「ガン患者は増えていない。しかし人口が5200万人（1993年）から4600万人（2010年）に減っているので、ガンの発生率は高くなっている」と言われました。

「三世代同時被曝の孫への健康影響」を尋ねると、「そのような研究は誰もしていないのではないか」ということでした。

### 食事のセシウム137をゼロに

放射性セシウムの体内蓄積で、先駆的な研究者として知られるユーリー・バンダジェフスキー教授は、今はウクライナにいます。

「食事のセシウム137をゼロにすることだけが、人体を健康にするのに有効だ」と教授は述べました。

ペクチンの推進者だと思っておりましたが、「ペクチンは効果がない」と全面否定。



## 40歳代で亡くなった人たち

このような取材をした後、コヴァリン村に行き、村人から健康状態の聞き取り調査を行いました。

チェルノブイリ原発から30km圏内は、事故後まもなく、原則として強制移住させられました。

ところが、32kmぐらいのところにあつたノーヴィミール村では、事故から6年後



まで高線量のところに村民が住んでいました。そして、7年後に全員が、200kmほど南のコヴァリン村に強制移住させられたのです。



40代で亡くなった人がたくさんいたというので、お墓に行くこと、そのことがよくわかりました。



## 「足が痛い」と言う4歳の子

近くの村で取材を続けていると、4歳の子が「足が痛い」と言います。非汚染地域で生まれた小さな女の子が、足が痛いという理由は見当つきません。



## 「みんな病気よ」

それから3日後、原発から125kmほど西にあるモジャリ村の学校に行き、校庭にいた副校長先生に突撃取材して「子どもたちは元気ですか」と質問すると、あきれたような顔をして「みんな病気よ」。

「足が痛い子は？」の質問に、「いっぱいいるわよ」。



それで、校庭で元気そうに遊んでいた子どもを集めてもらい、「足が痛い子？」と質問して手を挙げてもらうと、遠慮がちに半数近くの子が手を上げました。

これには驚きました。

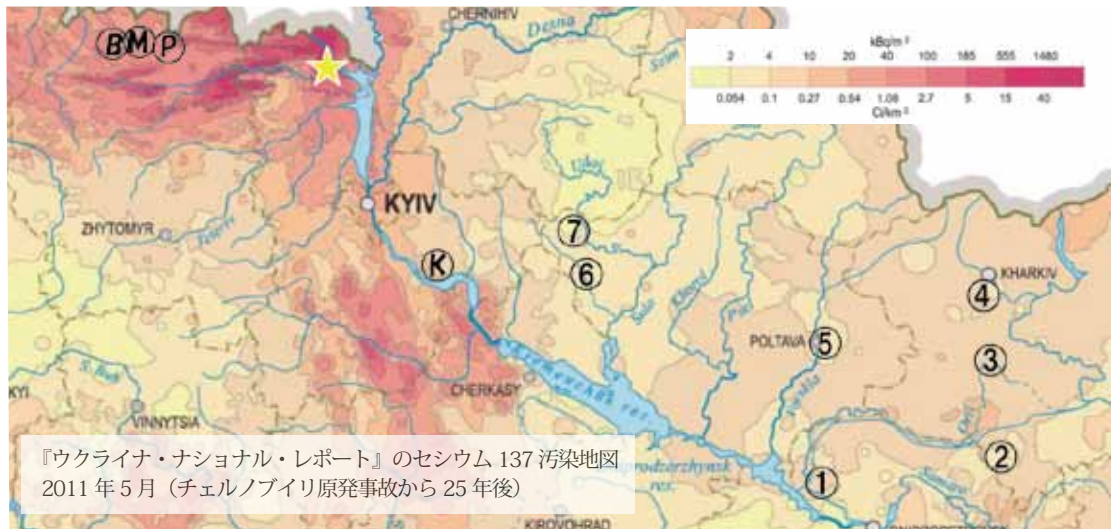
そこで、「遺伝的影響」から「痛み」の調査に切り替え、モジャリ村を回って地面に測定器を置いて20カ所を調べると、平均0.115マイクロシーベルト/時。ちょうど年間1ミリシーベルトに相当する値でした。

信じられない現実が存在することを多くの人に見てもらおうと、帰国後「痛み」の調査を行うツアーを企画して、2012年9月末から、ウクライナへ3回目の調査に行きました。

これが、痛みの調査を行うまでの経過です。

## 食事の放射能を減らして健康調査

ここから、放射能汚染のひどい食品を食べない代わりに、放射能の少ない食品を無償提供して、放射能の少ない食事を食べ続



けると痛みがどうなるかを調べながら、食品、土壌の線量を測定しました。

その結果、痛みが見事に解消し、健康状態が良くなった人が多数出てきたことを、タチアナさんが報告してくれました。

ここからは、痛みが出ている地域の放射能汚染がどうなっているかを報告します。

### 空間線量の調査

日本とウクライナの汚染を比較してみます。ウクライナの上図は、赤色が濃い場所ほど、汚染がひどいことを示しています。

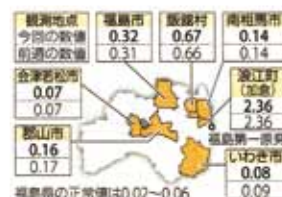


(作成：植田博)

### 汚染レベルが高い郡山市

郡山市は0.16マイクロシーベルト/時で、ウクライナで調査した村を超えていますから、福島県は対策を取らないと被害が出そうです。

では、ウクライナのオレンジ色の汚染地域にある村で、足が痛い、頭が痛いという子などのくらいいたのでしょうか。



2013.10.12 読売新聞

## 足の痛い子が6割、頭の痛い子5割



表2 ピシャニツツア村学校 9月28日 第1～第7学年 対象生徒45人

足のどこかが痛い					頭痛	のどが痛い
62%	足首	ひざ	ひざ下筋肉	太もも	47%	36%
28	27	10	10	2	21	16

ピシャニツツア村学校で学年ごとの全生徒を調べると、足の痛い子が62%。頭が痛い子が47%、のどが痛い子が36%。

## 足の痛い子が7割、頭の痛い子は8割



表3 モジャリ村学校 9月28日 第1～第6学年 対象生徒32人

足のどこかが痛い					頭痛	のどが痛い
72%	足首	ひざ	ひざ下筋肉	太もも	81%	59%
23	8	13	8	9	26	19

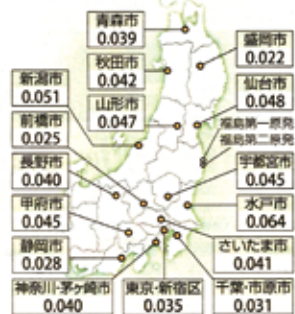
モジャリ村では、足が痛い子が72%、頭の痛い子が81%、のどが痛い子が59%。

## 新宿区、さいたま市、仙台市と同程度

非汚染地域にあるコヴァリン村の空間線量は0.03～0.10マイクロシーベルト/時です。

東京・新宿は0.035マイクロシーベルト/時、さいたま市0.041、仙台市0.048で、これらの都市は、ウクライナの非汚染地域と同程度の空間線量です。

●11日の放射線量(午前9時)  
※単位はマイクロシーベルト/時、●は測定地点。原子力規制委員会などによる



2013.10.12 読売新聞

## さいたま市の方が高い線量

私がつけている線量計でコヴァリン村を測ると0.08、さいたま市にある安全基金事務所の前で0.10くらいですから、さいたま



市の方が少し線量が高く出る傾向がありました。

そういう村で、食品中の放射能を少なくすると、痛みと健康状態がどうなったかを調べたわけです。



## 頭痛、鼻血、風邪が多い学校



表4 ◇ 10年、11年生（15～17歳）と参加した父母 計25人に健康状態を聞く

足が痛い人	1人
頭が痛い人	18人
自律神経失調症の人	5人
鼻血が出る人	13人
風邪をひきやすい人	12人
風邪でよく学校を休む人	8人
問題がない人	0人

汚染がもっと少ない村の健康状態はどうだろうかと、23ページの図で一番色の薄い地域に行って調べると、足が痛い子は1人しかいませんでした。

ところが、「頭が痛い人」と言うと、25人中18人が手を挙げました。

鼻血が出る人は13人なので、半数以上の方がよく鼻血を出しています。

風邪をひきやすい人は12人、これも約半数です。

健康に問題のない人は誰もいません。

非常に線量の低いところで明らかな健康被害が出ていることにびっくりしました。

## 食品の汚染レベルを検査

痛みの調査と並行して、食品の放射能調査も行いました（表5）。

オレンジ色の地域にあるモジャリ村学校が集めてくれたサンプルを検査機関に持ち込んで検査すると、ベリー類25ベクレル/kg、ライ麦10ベクレル/kg、牛乳5ベクレル/kg、チーズ2ベクレル/kg、ポテト2ベクレル/kgでした。

表5 食品の検査結果（第3級汚染地域）

Овруцький район село Можари  
(オブルチ地区 モジャリ村)

зразок サンプル名	Виміряна Cs-137 Cs-137 測定値 Бк/кг;л (Bq/kg,Bq/L)	Норматив вмісту 規制値
Клюква コケモモ	24.7	500
Жито ライ麦	10.0	50
Молоко 牛乳	4.7	100
Картопля ポテト	2.3	60
Сир кисломолочний Каттеджизе	1.7	100
Варення яблучне Лингожам	不検出<1.3	140
Яблука リンゴ	不検出<1.3	70
Горіхи クルミ	不検出<1.3	70
Пшениця 小麦	不検出<1.3	50
Овес カラス麦	不検出<1.3	50
Буряки 芋	不検出<1.3	40
Морква 人参	不検出<1.3	40

\*「コケモモは値が低い」「キノコ類は200～400が通常値」と検査担当者に言われた。

\*モジャリ村の学校で集めていただいた食材を、オブルチ地区保健所放射能部門で2012年9月28日に測定した。

\*測定装置は、γ線スペクトロメーター CEG-001"AKP-C"

\*サンプル量：1リットル、測定時間：1時間。

## 基準超過率が5割を超える

この地域の年次報告書を手に入れると、キノコの最大値が76,300ベクレル/kgで、最小値は35ベクレル/kg。基準は500ベクレル/kgで、基準違反率は55.9%でした。

ベリーは最高値が5,200ベクレル/kgで、最小値は36ベクレル/kg。

私たちの検査サンプルは25ベクレル/kgで、検査員さんは「見たことがない低い数値です」と言っていました。

基準はやはり500ベクレル/kgで、違反率は52.9%。

違反率が高いので、村人は高い数値のキノコやベリーを食べていることになります。

この地域は、主食というのは特にないのですが、一番よく食べるのはポテト、次に

チーズ、ライ麦とのこと。

この3つが、日本でいう主食に相当する食品です。これらは2～10ベクレル/kgなので、キノコやベリー類を食べなければ、この水準までは下げることができます。

表6 食品中の放射性セシウム137の2011年検査結果  
(第3種汚染地域オブルチ地区保健所放射能部門)

食品の名称	検査数	基準超過率	最小値	最大値
肉と肉製品	88	51.10%	18	15500
鶏肉と鶏肉製品	19	-	1.3	21
卵と卵製品	13	-	<1.3	<1.3
乳と乳製品	811	2.96%	<1.3	433
内、自家製	761	3.15%	<1.3	433
内、工場製品	13	-	<1.3	15
魚と魚製品、海産物	47	-	<1.3	54
パンと小麦粉、穀類	75	-	<1.3	<1.3
砂糖と菓子	39	-	<1.3	<1.3
野菜、果物	565	-	<1.3	3.8
内、ジャガイモ	147	-	<1.3	3.8
野生の食品	174	49.40%	<1.3	76300
内、きのこ	93	55.90%	35	76300
内、ベリー	61	52.90%	36	5200
内、ハーブ	20	10.00%	<1.3	4900
油糧植物油脂製品	16	-	<1.3	18
飲料	29	-	<1.3	<1.3
蜂蜜と養蜂製品	28	7.10%	16	3780
離乳食	519	-	<1.3	26
子ども用乳製品	20	-	<1.3	<1.3
缶詰	9	-	29	38
その他の製品	31	-	<1.3	2.5
合計	2483	6.30%	<1.3	76300

(ベクレル/kg)

### キノコとベリー類はデータなし

次にタチアナさんが住んでいるコヴァリン村ですが、年次報告書(表7)をもらうと、基準違反は一つもなく、それどころか、すべてが不検出でした。検出限界は10ベクレル/kg。

ところが報告書をよく見ると、肝心のキノコとベリー類の検査データがありません。

表7 食品中の放射性セシウム137の2011年検査結果  
(フレヤスラフメリニツキー地区衛生疫学ステーション)

調査サンプルの名前	検査数	内、有料	最大値
バックグラウンド測定	1709	129	0.018
水			
食品	240	129	<10
牛乳、クリーム、チーズ	40	29	<10
バター、練乳	9	7	<10
粉ミルク			
パン	39	14	<10
パン、穀物、小麦粉	7	3	<10
野菜など	5	-	<10
自家製(家庭菜園)の野菜と果物			
砂糖			
卵			
食肉(豚肉、鶏肉)	49	27	<10
食肉(牛肉、牛肉製品)	39	26	<10
魚と魚製品	14	6	<10
果実やベリーの缶詰			
蜂蜜	1	-	<10
植物油と動物油脂	5	2	
離乳食			
自家製ドライフルーツ			
きのこ			
薬草			
その他	32	15	<10
合計	1949	258	<10

### キノコの平均値は210ベクレル/kg

私たちはタチアナさんと一緒に森へ入ってキノコを採取し、村で食べている他の食材とともに検査に出していました(表8)。

4種のキノコの平均値は210ベクレル/kg。豚肉にはセシウム137の痕跡がありますが、数値はわかりません。

この豚肉と、不検出だった牛乳を無償提供し、キノコと川魚を食べない食事改善プロジェクトを進めたのです。



表 8 食品の検査結果（非汚染地域）

Переяслав-Хмельницький район село Ковалин  
(コヴァリン村)

эразок サンプル名	Виміряна Cs-137 Cs-137 測定値 Бк/кг;л (Bq/kg,Bq/L)	Норматив вмісту 規制値
Гриби 1-b きのこと	282	500
Гриби 2-a きのこと	211	500
Гриби 2-b きのこと	200	500
Гриби 1-a きのこと	143	500
М'ясо свинина 豚肉	痕跡検出	200
М'ясо куркти 鶏肉	不検出<10	200
Риба щука 魚	不検出<10	150
Варення з клубніки イチゴジャム	不検出<10	140
Варення клубничне イチゴジャム	不検出<10	140
Молоко 牛乳	不検出<10	100
Творог 牛乳を凝固したもの	不検出<10	100
Сметана サワークリーム	不検出<10	100
Картопля ポテト	不検出<10	60
Пшениця 小麦	不検出<10	50
Помідори トマト	不検出<10	40
огірки キュウリ	不検出<10	40

\* コヴァリン村で収集した食材をウクライナ保健省フレアスラフメリニツキー  
地区衛生疫学ステーションで、2012年10月1日に測定した。  
\* 測定装置は、γ線測定器 PУГ-91M  
\* サンプル量：0.5 リットル、測定時間：20 分間。

### コヴァリン村は 1.8Bq/kg 未満にできる

プロジェクトを進めながら、37 の食事を別の検査機関に持ち込み、検出限界値を 1.8 と 1.7 ベクレル /kg に下げて検査しましたが、すべて不検出でした（表 9）。

つまり、キノコを除けば 1.8 ベクレル /kg 未満のものしか食べていないわけで、ここまでなら、コヴァリン村では、簡単に低くできることになります。

表 9  
コヴァリン村  
食事・食材のセシウム 137

1 カツ	<1.7
2 ピラフ	<1.7
3 キャベツ酢漬け	<1.8
4 赤ボルシチ	<1.8
5 ソバの粥	<1.7
6 スープ	<1.7
7 ミルク・ヌードル	<1.7
8 グリーンボルシチ	<1.7
9 クリームとジェルニ	<1.7
10 マヨネーズのサラダ	<1.8
11 ソバの粥	<1.8
12 ココア	<1.7
13 ミルクにゆでたご飯	<1.8
14 スープ	<1.8
15 ご飯と缶詰のサラダ	<1.8
16 ミルク	<1.8
17 ボルシチ	<1.8
18 蒸し煮ポテト	<1.8
19 アプリコットジャム	<1.7
20 ミルク	<1.8
21 芋のパンケーキ	<1.8
22 缶詰のサラダ	<1.7
23 マッシュポテト	<1.8
24 サーロ（脂身）	<1.7
25 缶詰のイチゴ	<1.8
26 果実砂糖煮	<1.8
27 スープ	<1.7
28 缶詰のカボチャ	<1.7
29 オートミール	<1.8
30 ゆで芋	<1.8
31 ピーマン酢漬け	<1.7
32 チーズのバレニキ	<1.8
33 カッテージチーズ	<1.7
34 スープ	<1.7
35 缶詰の茄子	<1.7
36 種なしチェリー	<1.8
37 マカロニとカツ	<1.8

(Bq / kg)

\*保健省ボリスポリ研究所

\*2013年2月18日

## 頭痛の子の食事は 1.1Bq/kg



表 10 頭痛が多い ノヴィ・マルチノヴィチ村の食事  
(食事 1 日分に含まれるセシウム137)

No.	サンプル名	数量 (g)	測定結果 (Bq/kg)	1 食当たり (Bq)
1	肉のスープ	450	1.1	0.495
2	赤いボルシチ	400	0.7	0.28
3	蒸しジャガイモ	550	1.2	0.66
4	酢漬けトマト	350	1.5	0.525
5	ブラック・カラント・ジャム	400	1.0	0.4
合計		2150		1 日2.36

\*サンプリング日：2013年3月24日 \*ウクライナ保健省ボリスオリ防疫所

そこで、放射能汚染が一番少ない地域の村で、村長さんに、調査した子ども 1 日分の食事を作っていただき、極微量まで検査できる検査所に持ち込むと、1kg 当たり換算すると 1.1 ベクレルという結果が出ました。

日本では、一般食品は 100 ベクレル/kg で安全だとしているのですが、実際には 1.1 ベクレル/kg で被害が出ていることになります。

したがって、食品の放射能基準は、とりあえず被害が実証されていないレベルに引き下げる必要があります。つまり、現在の 100 分の 1 である 1 ベクレル/kg で規制するように改めるべきです。

## 既知の 1300 分の 1 で悪影響

食品で被害が出た線量を、人体影響のシーベルトに換算すると、0.011 ミリシーベルトとなります。

放射線の人体影響の最低量は、これまで 150 ミリシーベルトで一時的な不妊が起きるとなっていました。

「頭痛」の発生も人体影響ですから、放射線の最低作用量は 1300 分の 1 になったわけです。

## 学会で講演



こういった内容はマスコミでは取り上げられていませんが、私は学会で 2 度、招待講演をしています。

今回の講演内容は 6 月 12 日の「第 8 回アジア太平洋臨床栄養学会」での講演がベースになっています。

## 見逃されてきた健康被害

3.11 直後の日本には、線量の高い食品がたくさんあったので、2~3 ヶ月後から放射能で痛みが出ていたと考えられます。

それを医者は、ストレスや疲れなどを理由に見逃していたと考えるのが妥当です。

今は事故直後より線量が格段に低くなっているため、リスクは低くなっていますが、

それでもウクライナの実情を見ると、日本で被害が出て不思議ではありません。

ただ、ウクライナと日本では、土の条件に大きく違う点があるので、そういうことを慎重に調べ、日本で健康被害が発生しないように対策を考える必要があります。

### 驚くほど低かった土壤汚染

2013年10月に、ウクライナから驚愕の土壤汚染データが届きました。

表 11 土壤汚染

	Cs137	Sr90
㊦ ピシャニツァ村	255	26
㊧ モジャリ村	127	65
㊨ コヴァリン村	8	2.5
㊩ ノヴィ・マルチノヴィチ村	7	3

(2013年8月7日) (Bq/kg)  
ウクライナバイオ資源と自然利用国立大学  
農産物品質安全ウクライナラボ

線量の高い地域だと、セシウム 137 は 255 ベクレル / kg、127 ベクレル / kg。

これは理解できます。

ところが、タチアナさんが住んでいるコヴァリン村は 8 ベクレル / kg。

もっと線量が低いノヴィ・マルチノヴィチ村は 7 ベクレル / kg です。

7 ベクレル / kg の地域でも、作物への移行率が高ければ、異常が出るのですから、日本はきちんと監視していかなければ、いつ被害が出て不思議ではない状況です。

日本も安心しているわけにはいきません。

### 恐怖のストロンチウム 90 汚染

土壤の検査データでは、検査が難しいストロンチウム 90 が測定されていました。

ストロンチウム 90 は骨に蓄積するので、骨の間を通る神経に悪影響が出ます。

身体の中で半分になるには 50 年かかるので、食事を改善する私たちの方法でストロンチウム 90 による健康被害を改善するのは有効ではありません。

日本の土壤も、福島だけはストロンチウム 90 を農水省が低レベルまで調べて発表しています。それをみると、26 ~ 65 ベクレル / kg という高レベルの汚染は、作付けしている田畑にはありません。

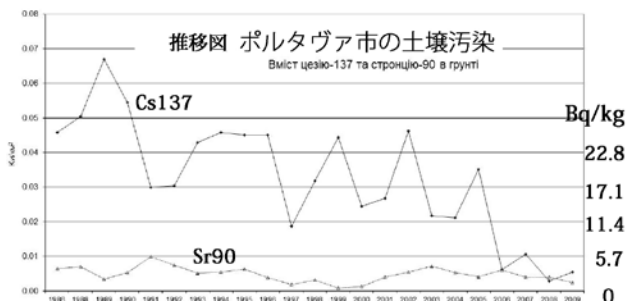
したがって、地上の汚染は、ウクライナとは比較にならないほど少なそうです。

他県は調べていないか、公表していないかのどちらかですが、重いストロンチウムが、福島以外の地域を高濃度で汚染したとは考えられません。

### 15 年後から健康でなくなった

ウクライナで「この地域の子どもの健康は、全体的に悪くなっています。10 年前、5 年前と比べると、今の方が健康状態は良くありません」と、汚染が非常に少ない地域の校長が話しました。

この地域の土壤の汚染推移図を見ると、ストロンチウム 90 は 1999 年が最低値で、それから 10 倍くらいに増加して、横ばい状態が続いています。つまり、事故後 15 年たっても危険性が增大する可能性があることを示しているわけです。



## 太平洋の魚に蓄積

日本では、原発から、ストロンチウム 90 が太平洋に出続けているので、太平洋産の魚に蓄積し続けています。

したがって、骨まで食べる煮干しなどは、太平洋産を避けなければならない時期が来ると考えておく必要があります。

また、太平洋のストロンチウム 90 汚染が、魚の骨や貝類に入って有機肥料となり、田畑を汚染する可能性もあります。

## 日本は放射性セシウムに注意を

日本で農作物の危険性を高くしているのは放射性セシウムです。

日本はセシウム汚染が少なくなったと安心する傾向があります。

しかし、ウクライナの実情を考えると、関東平野から盛岡くらいまでは安心してはいけなことがわかりました。

さいたま市にある安全基金の近くの小学校に行って、畑の土を取ってきて測定すると 200 ベクレル / kg でした。

東京の土壌は 300 ベクレル / kg、仙台市は 400 ベクレル / kg、盛岡市は 200 ベクレル / kg ぐらいです。

## 弱点が幸運をもたらした

日本は安心できる、という方向の情報もあります。

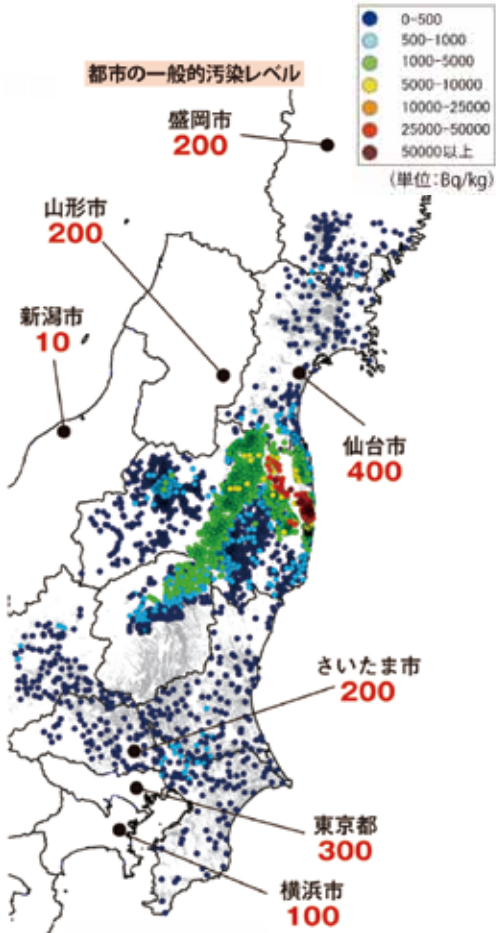
日本は化学肥料をたくさん投入してきた、世界最大の投入国でした。土の中に植物の必須ミネラルであるカリウムとカルシウムが多いので、同族元素のストロンチウムとセシウムの作物へ移行する率が格段に

低くなります。そのため、ウクライナでは被害が出て、日本では被害が出ない可能性もあります。

また、食糧自給率が 4 割なので、普通に買い物をしていると輸入食品を半分以上買ってしまうので、放射能汚染は少なくなります。

このようなことを考えながら、ウクライナを慎重に調べて、日本と比較検討し、日本で被害が発生しないようにする必要があります。

農地土壌の放射性セシウム濃度分布図



\* 出典：農林水産省 HP

\* 日本での 5 回の講演、韓国での講演に加筆しました。

## あとがき

放射能の研究者は「痛み」を調べていませんでしたが、私は「痛み」を調査しました。痛みは自己申告による調査が有効です。本人が「痛い」と言えば、医師が異常はないと思っても、痛みはあるのです。

病気と診断されていなくても、激しい痛みがおそってくれば、他のことは考えられなくなります。タチアナさんの報告で、痛みが、どれほど人を暗くし、人生を狂わせていたか、そして、痛みが減るだけで、どれほど希望が出てくるかが明らかになりました。

私たちは手探りで、ウクライナで「痛い」と言う多くの人を暗闇から救出してきました。

そして、放射能による「痛み」は1.1ベクレル/kgの食事で発症し、健康影響が出るとされていた最低線量の1300分の1で痛みが出た、という証拠を得たのです。

放射能で汚染された食品を大量に摂ると、子どもなら数カ月、大人なら4～7カ月後から、体のどこかに痛みが出ます。

食事からセシウム137の多い食材を抜くと、小さい子なら1カ月、大人なら2～3カ月たつと、出ていた痛みが減り始めます。

この情報がなかったので、福島では、痛みによる被害者が出ていたのに、医者は的外れな診断をして、治らない薬を処方してきたケースが多くあったと考えられます。

今回の情報で、福島に住み続けても被害が出ない方法の基本がわかりました。

ただし、農業は関東から岩手県まで、大きな影響を受けます。それでも、事実を受け入れて基礎調査を行い、被害者を出さないように対策を取る必要があります。

私はウクライナで、化学肥料の投入によって村ごと救い出すことを模索しています。予定どおりに成果が上がれば、日本農業・有機農業はどうすべきか、の基礎情報が得られるので、この活動にもご支援をお願い申し上げます。

日本の子どもを守るため、学校給食の食材を1ベクレル/kg未満にする活動を、さいたま市で始めています。子どもに被害を出さないことは、最優先で取り組むべき課題ですが、まだ、よい結果を出せていません。

世界初の調査ですから、他に情報がなかったので、詳細な講演録を作成しました。

この活動報告を有効に活用して、子どもに新たな被害を出さないようにしながら、すでに被害者があるなら、その人を救ってください。

2013年12月12日

食品と暮らしの安全基金  
代表 小若 順一

**活動を続けられるようカンパをお願い致します**

郵便振替で、口座番号：00160-3-512738

名称：食品と暮らしの安全基金

クレジットの場合は、ホームページから、また、お電話でお受け致します。

『放射能汚染の新事実』2013年12月20日第1刷発行  
発行者 食品と暮らしの安全基金 小若順一



オリガ 15 歳に



さいたま・事務所での二次会



盛岡交流会



仙台交流会



仙台、荒浜地区



カニ初体験  
「寺澤先生  
ありがとう」



郡山交流会



衆議院第一議員会館



議員会館食堂で  
交流会



厚労省・大臣官房訪問の前に



「血液循環療法」  
合宿で治療

NPO 法人 食品と暮らしの安全基金  
(旧称：日本子孫基金)  
〒338-0003 埼玉県さいたま市中央区本町東 2-14-18  
☎ 048-851-1212 FAX : 048-851-1214  
メール : mail@tabemono.info  
ホームページ http : //tabemono.info

頒価：700 円 (税込) 100 冊以上は 500 円  
■送料 1 ~ 9 冊は 200 円、10 冊以上は送料無料