
QA89 野菜をゆでたり洗ったりすると放射線量が減りますか。家庭菜園の野菜は大丈夫ですか

これまで述べたように、放射性物質濃度が食品衛生法に基づく基準値を超える食品は、出荷制限などにより流通させないことになっています。このため、市場で販売されている野菜に関し、特別な調理法を行う必要は基本的にありません。

なお、熱によって放射性物質が低減することはありませんが、放射線医学総合研究所によれば、「野菜を洗う、煮る（煮汁は捨てる）、皮や外葉をむく、などによって、放射性物質による汚染の低減が期待できる」とのことです。

放射性物質が特に気になる方は、参考にしてください。

家庭菜園で栽培した野菜に含まれる放射性物質の濃度は、その周辺地域で生産・出荷されているものと似かよっていると考えられます。

したがって、その所在地において出荷制限、摂取制限が行われていないかを確認した上で食べるようにしましょう。

出典：消費者庁「食品と放射能 Q&A」（第8版）より作成

出典の公開日：2013年9月2日

本資料への収録日：2014年3月31日

改訂日：2015年3月31日