

協議会だより

DHA・EPA協議会

〒151-0062

東京都渋谷区元代々木町 32-7

一般財団法人日本水産油脂協会内

TEL & FAX: 03-3469-6931

URL: <https://www.dhaepa.org/>E-mail: dha_epa@par.odn.ne.jp

マルハニチロ株式会社 今村 英雄

先月の協議会だよりで地球(海の)温暖化の話題がありました。また、私の前々回担当の協議会だより(2023 年 11 月号)でも、近年の夏の暑さに関して記載しました。暑さと同様、対策が必要な話題を先日、日経新聞で見つけました。夏に注意が必要な紫外線についての記載を、ご紹介したいと思います。

近年、日本国内に降り注ぐ紫外線量が増加傾向にあることをご存知でしょうか。気象庁の予測情報によると、外出自粛を促す「非常に強い」レベル以上の日はこの 30 年余りで倍増しているとの事。茨城県つくば市での定点観測データでは、地表に届いた紫外線量の 10 年あたりの増加率は 4.6%とされています。同市では 2024 年、UV インデックス(※注)が「8」以上の日数が年 63 日に及び、気象庁が観測を始めた 1990 年の 27 日から倍以上に増加しました。

この紫外線量増加の一因として挙げられているのが、大気汚染の改善による空気中の微粒子の減少です。大気中には、火山灰や霧、黄砂といった微少な液体や固体が漂っており、これらの微粒子には紫外線を吸収したり、はね返したりする作用があります。近年は環境規制などの取り組みが奏功し、化石燃料を燃やした際のすすや、工場から排出される大気汚染物質が減少した結果、地表に到達する紫外線量が増えたとみられています。

紫外線は太陽光を構成する目に見えない電磁波で、波長の長さによって A、B、C の 3 つに分類されます。波長が短いほど人体への影響が大きく、最も短い C はオゾン層などに吸収され、地表まで届きません。2 番目に短い B は一部が到達し、日焼けや皮膚がんなどの原因になります。A は比較的影響が少ないとされますが、肌の深部まで到達しやすく、しみやたるみの原因になりやすいとされています。

一方、紫外線対策は必要ですが、国立環境研究所の研究によると「適度な日光浴はむしろ健康に欠かせない」とのことです。紫外線にはカルシウムの吸収を促す働きを持つビタミン D の生成を助ける効果があるからです。同研究所では、どれくらいの時間日光を浴びると日焼けが始まり、ビタミン D の生成に効果的かを地域や時間帯ごとに公表しています。

気象庁の紫外線情報は 1 日に 2 回、天気予報を踏まえて公表されています。これらの情報を活用することで、紫外線との上手な付き合い方ができるでしょう。

昨年の夏は記録的な猛暑となり、今年も暑い夏が予想されます。紫外線対策と熱中症対策を十分に行い、また、夏バテにならないよう、しっかりと栄養(もちろん DHA・EPA も)を摂り、健康に夏を乗り切りましょう。

(※注)UV インデックスとは、オゾン層の状態や太陽の高度などをもとに算出し、強弱を「0～13 以上」までの計 14 段階で示すものです。例えば「6～7」は「強い」として日陰に入るように推奨、「8～10」は「非常に強い」、「11～13 以上」は「極端に強い」で外出を控えるよう呼び掛けています。

《幹事会のうごき》 令和 7 年 5 月 9 日(金)に本年度第 2 回幹事会を(一財)日本水産油脂協会 2 階会議室において Zoom を併用して開催した。

- ・第 28 回通常総会の出席者数が事務局より報告され開催手順等が確認された。また、総会運営に当たり、各幹事の役割が決められた。
- ・公開講演会の全ての講師が決まった旨の報告が事務局より有り、本年度事業計画の内容が確認された。
- ・株式会社イービス藻類産業研究所より退会の申し入れがあり、幹事会において了承された。

《2025 年 4 月の魚油の輸入》

出典:財務省貿易統計

2025 年 4 月			2025 年 1 月～4 月		
輸入量(トン)	金額(千円)	単価(千円/トン)	輸入量(トン)	金額(千円)	単価(千円/トン)
943	296,143	314.1	5,320	1,854,453	348.6

《魚油の国際価格》 (単位:US\$/トン)

出典:OIL WORLD

	2025 年 4 月	2025 年 3 月	2024 年 4 月
Fish oil, any orig, cif N.W. Eur	2,680	2,775	5,000

＜情報＞チリ・ペルーの漁獲量 (単位:トン)

出典:iffo

	2025 年第 21 週	2025 年第 20 週	2025 年第 21 週までの累計	2024 年第 21 週までの累計
チリ	39,237	37,307	1,107,782	917,037
ペルー	184,728	353,371	2,307,967	2,178,101