

## 「ミネラルウォーターと水道水」

ミネラルウォーターの成分については、各地の消費者センター等でテストを実施し、水道水と比べ、特にミネラルが多いとはいえないとの結果が出ています。しかし、ミネラルウォーターの人気は高く、最近では2ℓのペットボトルを購入し、ご家庭で飲用するケースが増えています。

この背景には、何となく水道水よりも優れているとの思いこみがあるのではないのでしょうか？

- ・ミネラル含有量は銘柄により様々（水道水より低いものも）

名古屋市消費者センターでは、市販されている各ミネラルウォーター類と水道水の成分を比較した結果、マグネシウムはすべて水道水を上回っていたものの、ナトリウムは3種類、カリウムは5種類、カルシウムは5種類の銘柄が水道水を下回ったそうです。

- ・細菌テストはすべてクリア（ただし、水質管理は水道水の方が、より厳しい）

ミネラルウォーター類の中には、「殺菌、除菌等を実施していない」旨をラベルに記載しているものもあります。日本の水道水は、水道法により、水質基準、施設基準、水質検査が規定され、さらに水源や水道施設、その周辺の清潔の保持を国および地方公共団体（水道事業体）に義務付けられています。

これに対し、ミネラルウォーター類は、食品衛生法により、水質基準や製造基準、水質検査が定められています。しかし、水源管理の規定はありません。水質基準の項目も水道水より少なく、水源の汚染が心配されるところです。

- ・水道水はおいしくないの？

水道水を飲みたくない理由の一つとして、トリハロメタンや残留塩素の存在が取り沙汰されています。トリハロメタンとは、炭素原子の周りに塩素、臭素、ヨウ素、水素が結合した有機ハロゲン化合物の総称で、塩素と水中のゴミや有機化合物などが結びついて生成されることがあります。トリハロメタンの1種であるクロロホルムが体に悪影響を及ぼすとされていますが、トリハロメタンも塩素も水道水の水質基準で含有量が規制されているため、通常問題はありません。

また、トリハロメタンや残留塩素は沸騰状態を3分程度続けることでほとんど除去できるとされています。ご家庭でも、是非ためしてみてください。

\*\*\*\*\*

### 【汲み置き水】

#### <家庭でできるじょうずな水の使い方>

災害時や渇水時には、一時的に断水することも十分考えられます。そんなときに、御家庭で簡単にできる飲料水の備蓄方法のひとつとして「汲み置き水」があります。

汲み置き水は、清潔で蓋のできる容器（ポリ容器）に口元まで水をいっぱいに入れ、直射日光を避けて涼しい所に保管します。

また、水道水には消毒のための塩素が含まれていますが、この塩素は、保管条件によって違いますが、1日～2日程度でなくなってしまうので、その後は、お掃除や洗濯などにご利用ください。

○汲み置き水をそのまま飲むことはおやめください。

