

# 釣り魚を食べる際のガイド

『釣り魚を食べる際のガイド（以下ガイド）』はオンタリオ州による政府刊行物で無料。釣りをする人やアングラが、釣った魚を安全に食べる方法についてアドバイスします。これは、特定の魚において環境汚染の影響が見られるために、防護手段として行われています。本書におけるアドバイスに従っていただくことは、誰にでも大切ですが、特に出産適齢期にある女性および15歳未満のお子さんに極めて重要です。これらの方は特定の魚で発見される汚染物質に、非常に注意を払う必要があります。

魚は主に天然資源省が集め、環境省で試験しました。魚類消費についての勧告はカナダ保健省が開発したガイドラインに基づきます。

ガイドにおける勧告は皮や肝臓をはじめとする内臓、魚卵などからのものではなく、魚の切り身(魚肉)から検出する汚染水準に基づいたものです。内臓や魚卵などの汚染はずっと悪い可能性があります。通常は食用にしないためです。ガイドはオンタリオ州内2200ヵ所以上から

釣り魚で最も一般的な種類へのアドバイスを集めました。

英語とフランス語で用意した無料のガイドをご希望の場合、あるいは質問がある場合は環境省、スポーツフィッシュ汚染監視プログラム (Sport Fish Contaminant Monitoring Program: **416-327-6816**) またはオンタリオ州からフリーダイヤルで **1-800-820-2716**、あるいは次のページの住所までご連絡ください。



## ガイドの使用方法

ガイドはオンタリオ州南部、北部、五大湖周辺に分かれています。それぞれの場所に対して、各河川や湖で見つかる一般的な魚類の多くについて食用消費アドバイスを行います。

魚を釣ったら、頭から尾ひれまで魚全体の長さを測ります。釣った魚の名前は、冊子中心のイラストのページをご覧ください。

魚を釣った場所の消費表を調べてください。

消費表(下記に例を示します)には、場所、魚種、大きさの幅があります。それぞれの魚種について消費アドバイスは二行にわたります。一行目は一般人口、そして二行目は出産適齢期にある女性および15歳未満の子どもの注意を要する人口に対するものです。

あてはまるサイズ幅の下にある数が、特定の場所で釣った、その大きさの魚を一ヶ月に食べてよい食事数を示します。このサイズ幅、魚種、場所以外から釣り魚を食べない場合は、表示されている数が一ヶ月に消費できる食事の最大数です。

		Length/ Longueur	15 6"	20 8"	25 10"	30 12"	35 14"	40 16"	45 18"	50 20"	55 22"	60 24"	65 26"	70 28"	75 30"	>75 cm >30"
<b>Lake / Lac</b>																
Township/Canton, County/Cité		453712/794206														
Northern Pike <sup>5</sup> Brochet <sup>5</sup>						8								4		
		8	4							0						
Walleye <sup>5</sup> Doré <sup>5</sup>						8										
		8	4													
						4										
		4	0													

### 様々な大きさ、魚種、場所の魚を食べる場合

様々なサイズの幅、魚種、場所で釣った魚を食べる場合は、各食事の一ヶ月の合計を算出して

ください。一ヶ月に消費した各食事からの一ヶ月の合計割合を下記に示します。全食事の合計は1を超えないようにします。

消費表の数	アドバイス	一ヶ月の合計割合
8	一ヶ月8食まで	1/8
4	一ヶ月4食まで	1/4
2	一ヶ月2食まで	1/2
1	一ヶ月1食まで	1
0	食べない	-

### 市販の魚や釣り魚を食べる場合

市販の魚を食べる場合については、カナダの基準を満たすよう、カナダ食品検査庁が検査を行っています。大半は汚染の度合いは低いのですが、市販の魚を定期的に食べていて、釣り魚を食べる場合は、釣り魚の消費量を減らす必要がある可能性があります。ガイドの6ページをご覧ください。

詳しい情報は下記に連絡してください。

**Sport Fish Contaminant Monitoring Program**  
**Ministry of the Environment**  
 125 Resources Road  
 Etobicoke, ON M9P 3V6  
 Tel: 416-327-6816 または 1-800-820-2716  
 E-mail: sportfish.moe@ontario.ca  
 www.ontario.ca/fishguide