

## 食の安全のために

### 全国の生協が取り組んできたこと

2000年に、全国の生協が「食品衛生法の改正と充実を求める請願署名」活動に取り組み、組合員と職員が力を合わせて全国で1370万筆もの署名を集め、国の食品安全行政に大きな影響を与えました。

その結果、2003年に「食品安全基本法」が制定され、食品添加物などのリスク評価を行う「食品安全委員会」が設置されました。



## 食品添加物の使用について

### コープこうべの考え方

1 2013年に「食品添加物自主使用基準」を見直しました。食品添加物については、食品安全委員会が科学的知見に基づいてリスク評価を行っているため、**国が認可した食品添加物の基本的な安全性は確保されている**という考えを基本にしています。



2 しかし、一部の添加物については安全性を担保するデータが十分でないため、**「使用しない」とする添加物…12品目**  
**「必要性や有用性を十分に検討し、使用の可否を判断する」添加物…42品目**を設定し、これら54品目が使用された食品については取扱いを控えるなど使用を制限し、国に対しさらなるリスク評価の精度向上を求めています。

コープこうべ 食品添加物自主使用基準

人間は経験的に、食べられるものと食べられないものを判別してきました。食品は多数の天然の成分からできていますが、そのすべてについて安全性が科学的に調べられたわけではありません。それに比べると、食品添加物は、むしろ安全性についてよく調べられている成分と言えるかもしれません。

食品添加物は人類の長い歴史の中で、食品を保存したり、加工したりする際に使用されるようになってきたもので、私たちの豊かで便利な暮らしに欠かせないものです。また、一日の摂取量は、ADI(一日摂取許容量)と比較してかなり低いこともわかっています。

「なんとなく怖い」と避けるのではなく、正しい情報を見極め、おいしく、バランス良く、毎日の食事を楽しみましょう。



### ごあいさつ

新年あけましておめでとうございます。

今回、前回と連続で「安全な食べもの」をテーマにしました。食べものの安全性を考えると、「量が問題」ということは共通の認識になったかと思います。でも、心配なのは体内への「蓄積」。1回で食べる量は少なくとも、毎日食べ続けると「蓄積」していずれ悪さをするのは…とご心配の声をいただきます。私たちの体には「代謝」や「排泄」の機能があります。体に良くないもの、栄養にならないものは分解・体外に排出するしくみです。しかし、この機能も一定量を超えると、きちんと対処できなくなり、健康危害をまねくおそれがあります。そこで「無毒性量」や「ADI」が重要なのです。

前回の「化学物質」についての特集では、読者のみなさまからさまざまなご意見を頂戴し、その反響におどろいています。今年も、「くろまと」をきっかけに、ご家庭や職場で食の安全について語り合えるような話題提供に努めてまいります。



商品検査センター  
センター長  
古山 みゆき

イラスト/浦嶋 克己

商品検査センターの情報を皆さんに伝える /

# くろまと CHROMATO

「くろまと」のネーミングの由来は、分析機器クロマトグラフからです。



## 最初に使われた食品添加物は岩塩だった!?

昔からヨーロッパでは、肉からハムやベーコンを作る際、「岩塩」を使っていました。

岩塩を使うと美味しそうな色になって風味が良くなるだけでなく、食中毒が起きにくくなることを昔の人は経験から知っていたのです。これは、岩塩の中の硝酸塩が肉の塩漬け中に亜硝酸塩に変わり、その亜硝酸塩が働いたためであることがわかっています。

現代では、亜硝酸塩の一種である**亜硝酸ナトリウム**が、同じ働きをもつ食品添加物として使われています。今号では、この亜硝酸塩のお話を中心に、気になる食品添加物の「役割」や「安全性」について考えていきたいと思います。



# 「安全な食べもの」について考える vol.2 「食品添加物」を考える

CHROMATO くろまと

2015.1  
Vol.54

コープこうべ  
商品検査センター発行

発行/2015年1月 印刷/徳島南堂印刷  
〒658-0081 神戸市東灘区田中町5丁目3-20  
TEL (078) 453-0116

# 食品添加物 Q&A

答えは下をご覧ください

問1

ハムやソーセージに  
食品添加物として使われる  
亜硝酸ナトリウムには、  
どんな働きがあるでしょう？

- ①肉の色を固定し、色調を良くする
- ②風味を良くする
- ③細菌の増殖を抑える

亜硝酸ナトリウムには、肉自身が持っている赤い色を固定して色調を良くする働きとともに、獣臭さを取り除いて風味を良くし、細菌の増殖を抑える働きがあります。特に、恐ろしい食中毒菌として知られるボツリヌス菌の増殖抑制効果があります。



問3

日本の伝統的な食品には  
食品添加物は使っていなかった？

- ①はい
- ②いいえ

日本の食卓に欠かせない豆腐は、1000年以上昔に中国から日本に伝えられたと言われており、当時は海水から採取した「にがり」を使用して製造していました。また、こんにやくにはアクを抜き雑菌を防ぐために「消石灰(水酸化カルシウム)」が欠かせませんが、昔は草木灰が使われていました。

その他、食品にきれいな色をつけるため、くちなしの実やシソの葉などの植物も利用してきました。



問2

体内で作られる  
亜硝酸塩のもっとも大きな  
摂取源となっている食品は  
次のうちどれでしょう？

- ①水道水
- ②野菜
- ③ハムやソーセージ

人間の体内でつくられる亜硝酸塩の量は、ハムやソーセージから摂取している量の数十倍もあることがわかっています。この大きな原因となっているのは、野菜に含まれる硝酸塩です。

ただし、野菜は、硝酸塩のリスクよりも健康へのプラスの影響の方が大きいと考えられており、積極的に食べるのが推奨されています。

お申し出事例

ロールキャベツを作ったが、  
よく煮ても  
肉が赤いままで  
気持ちが悪い



一緒に調理した野菜(たまねぎ・キャベツ)の中に含まれている硝酸塩が亜硝酸塩に変わり、肉の成分と結合したためです。ハムやソーセージに発色剤(亜硝酸ナトリウム)を使用するのと同じ現象で、見た目が赤いだけで、食べても何の問題もありません。

他に、シューマイやハンバーグ、すき焼きなどでも、同じようなお申し出がありました。



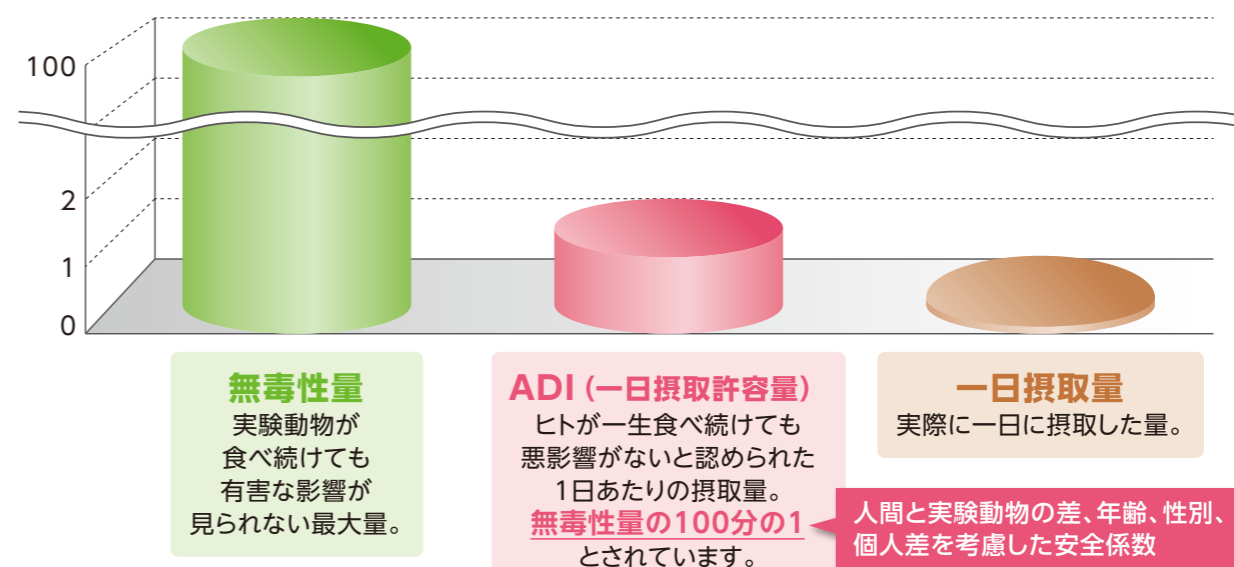
実は亜硝酸塩は、  
食品を原料に  
人間の体の中でも  
作られています。

でも、やっぱり食品添加物は  
なんとなく怖いなぁ...



食品添加物は、食品とともに毎日食べ続けるものですので、種々の試験結果をもとに安全性が確認された上で、国により使用が認められています。

- 1 動物実験で動物が、毎日食べ続けても影響が出ない **無毒性量** を定めます。
- 2 種の違いや年齢などを考えて、**無毒性量** を100で割った値を **ADI(一日摂取許容量)** と定めます。
- 3 摂取量が **ADI** を十分下回るよう、**使用基準** が定められます。



亜硝酸ナトリウムの使用基準

亜硝酸ナトリウムの使用基準は、ハム・ソーセージなどの食肉製品では「亜硝酸イオンとして最大残存量が1kgあたり70mgまで」と定められています。

実際の使用量

コープスの発色剤を使用した食肉製品の検査(2014年度)では、亜硝酸イオンの検出範囲は、1kgあたり3~38mgでした。使用基準が守られているかを検査で確かめています。

食品添加物の摂取量が  
ADI(一日摂取許容量)を超えたらどうなるの？

ADIは「毎日、一生食べ続けても悪影響のない量」ですので、仮にADIを超えた日が数日あったとしても、心配する必要はありません。また、厚生労働省の個々の添加物の摂取量の調査結果(平成23~25年度)では、日本人の添加物の摂取量は、各ADIを下回り、そのほとんどがADIの1%未満でした。

