

# 食の安全 食品添加物 VOL 1



## お刺身に食品添加物？

以前テレビ番組で、お刺身のトレイの裏側に、添加物の名前が書いてあるシールが貼ってあるのを紹介していました。

生食用鮮魚類の加工では、化学的合成品である添加物（次亜塩素酸ナトリウムを除く）を使用しなくてはならないと定められています。

しかし、保存を良くするために何かを加えた場合には、鮮魚ではなく加工食品の扱いになります。

また、JAS法では、お刺身は単品なら生鮮食品ですが、いくつかの盛り合わせになったものは加工食品の扱いになり、何かを加えてはいけなという決まりは、ないのだそうです。



商品名 鯖切落し

名称	鯖切落し<生食用> (魚介類加工品)
原材料名	キハダ、動物油脂、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)
原料原産地	フィジー

写真/マグロ切落し(中トロ)とトレイ裏側の表示。

一部のマグロの切り落としには、食味を良くして乾燥を防ぐ植物性または動物性油脂、酸化して黒変するのを防ぐ酸化防止剤、日持ちを良くするpH調整剤などが使用されています。

外国産のイカソーメンでは、大腸菌や寄生虫対策で、次亜塩素酸を使った殺菌をおこなうので、味がなくなってしまうため、それを補つ調味料アミノ酸等)や保存料ソルビットの表示が見られます。

生食用の鮮魚でもこのように、いまや私たちの食生活に、食品添加物の使用はあたりまえどころか、欠かせないものになっています。



品名：いかそうめん(生食用)  
原材料名：やしいか、あおりいか(ベトナム)、食塩、調味料(アミノ酸)、添付醤油原材料の一部に小麦、大豆(遺伝子組み換えでない)を含む  
内容量：100g  
消費期限：別途記載  
※ そのままお召上がりください  
保存方法：用冷蔵4℃以下  
製造者



## 食品添加物とは

「食品添加物」という言葉は、第二次世界大戦後から使われるようになりました。

食品衛生法第では「添加物とは、食品の製造の過程において又は食品の加工・保存の目的で、食品に添加、混和、浸潤その他の方法によって使用するものをいう。」と定義されています。

具体的には、食品の製造や加工のために必要な製造用剤。食品の風味や外観を良くするための甘味料、着色料、香料など。食品の保存性を良くする保存料、酸化防止剤など。食品の栄養成分を強化する栄養強化剤などの目的で使用されます。

もちろん食品衛生法で定められたもので、毒性試験の結果、1日許容摂取量(ADI)の範囲内で使用されていますが、年齢や個人差によっても、受ける影響には違いがあるでしょう。

また複数の添加物が体内で別の化合物をつくる可能性も考えられます。

過去に人工甘味料のチクロが発ガン性の疑いで、使用禁止になったように、今使用されているものが危険なものだったと、後でわかるケースも否定できません。

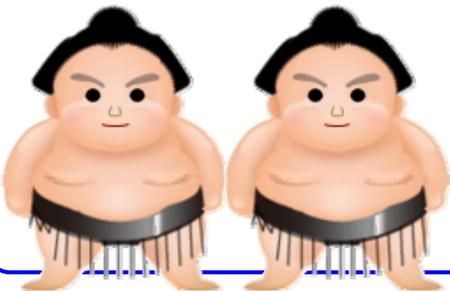
私たちはこのような食品添加物を1日約10g種類にして60種類を食べているといわれています。合計すると年間では約4Kg、一生(80年)では320Kgにもなります。【次号に続く】

## 口にする食品添加物の量

1年間 = 約4kg  
赤ちゃんひとり分



一生(80年) = 320kg  
重量力士ふたり分



水分補給は体内浄化(デトックス)の第一歩です。有害物質はミネラルが不足していると、より体内に蓄積されます。良い水とサンゴの豊富なミネラルが有害物質の排泄を助けてくれます。