

## 食の安心学習会開催報告

日 程：2022年10月10日（月）10：00～12：00  
場 所：メイン会場／ボルファートとやま 2階ホール  
          サテライト会場／とやま生協 東部センター・西部センター  
          Zoomによるオンライン参加  
参加人数：ボルファートとやま 39名  
          東部センター 6名、西部センター 7名  
          オンライン 23名                   合計 75名

### ■ 講演：楽しみながら学ぶ食品の安全－食品添加物を中心として－ 講師：堀口 逸子 氏（東京理科大学薬学部薬学科 教授）

▼絶対に安全という食品はあるのでしょうか？WHO と FAO の二つの国際機関が出しているレポートによると、リスクがない食品はありません。リスクはありますが、十分に安全が保たれている食品が安全な食品です。ジャガイモを例にすると、ジャガイモの芽の中にはグリコアルカロイドという殺虫成分が多く含まれているため、芽を取り除いて食べましようと言われていました。グリコアルカロイドは、芽だけではなく葉や皮や普段食べているところにも、どの部分にも含まれていますが、「含まれる量」が部位によって異なります。安全かどうか、身体に害があるかどうかは、グリコアルカロイドが含まれているかどうかではなく、含まれている量がどの程度かが大事になります。量が少なければ全く問題ありませんが、量が多いとお腹を壊すなど食中毒の症状が出てしまいます。



▼食品の安全確保の方法は2つあります。1つは「農場から食卓までの一貫した対策」です。生産者が農畜産物を創る「生産」のところで食の安全が考えられており、GAP という食品の安全を1つの柱にする認証制度があります。また、食品が消費者に届くまでの「加工・流通」は HACCP で管理しています。HACCP では、食品工場や店内でどういう食材がいつ入ってきて、いつ冷蔵庫に入れたといった記録をつけて監視していく作業があります。国内では2019年の食品衛生法の改正で HACCP が義務化になり、2021年6月から完全施行されました。食品の安全確保のもう1つの方法は「リスクアナリシスの導入」です。リスクアナリシス（分析）は、リスク評価とリスク管理、リスクコミュニケーションの3つの柱から成っています。日本では、リスク評価の役割は内閣府食品安全委員会が、リスク管理は農林水産省、厚生労働省、消費者庁他が、リスクコミュニケーションは全ての人達が担っています。基本的には、リスク評価をきちんとして、リスク管理された食品しか市場に流通していません。

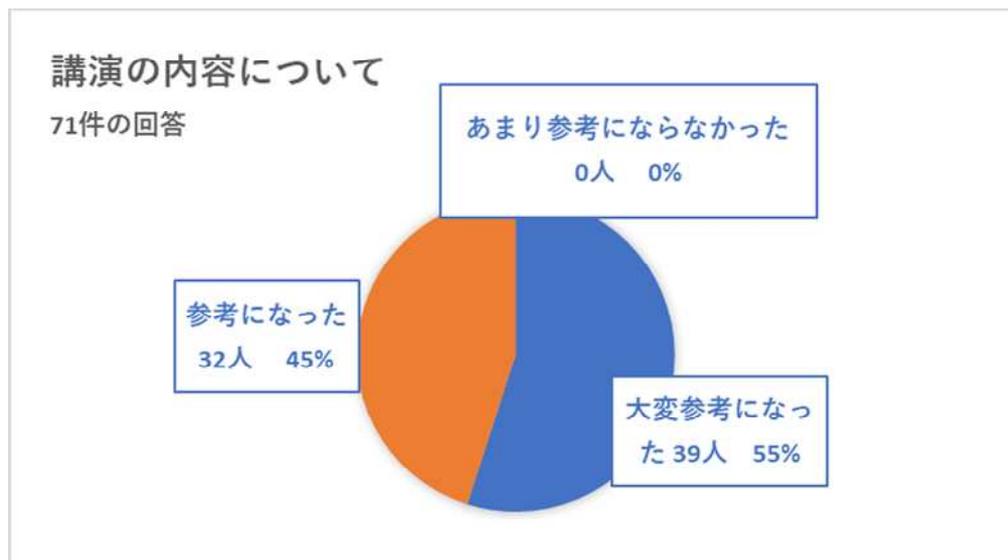
▼食品に含まれる食品添加物は、毎日食べても体に有害となる量は含まれていません。また、摂取された食品添加物は体外に排泄されます。対外に排泄されることも食品添加物として使用が許可される条件の1つです。私たちは、たんぱく質、炭水化物、脂質、ビタミン、ミネラルという栄養物質だけを体に入れているのではなく、栄養にならない非栄養物質も体に入れています。非栄養物質とは、食物繊維、アルコール、医薬品、食品添加物、水銀、ヒ素、カドミウム等です。非栄養物質の多くは、消化管で吸収され、肝臓を通過し、肝臓の薬物代謝酵素系で不活性化（解毒）され、尿や糞とともに排出されます。（例外としては食物繊維と医薬品があります。）ただし、同時に多量の異物が体内に入った場合は、処理できなくなります。

▼食品の安全については、食品添加物や農薬の話も大事ですが、まずは食品の安全を確保する仕組みや制度をきちんと理解しておくことが大事です。日本で生きていくには、日本のルールをしっかりと知っておくことが大事です。

## ■ 参加者のご意見・ご感想

- ・一般的に添加物は良くないイメージがありましたが、「量」が大事だということがわかりました。
- ・「食品添加物は悪」や「無添加食品だけが安心安全」という昔からの思い込みを捨てなければ、安全・安心な食品を自分で選ぶことができないということが判りました。具体的な事実やデータに基づいたお話だったので大変分かりやすかったです。ありがとうございました。
- ・リスク評価について、とても勉強になりました。ハザードや曝露の意味についても改めて学ぶことができました。堀口先生のお話から、日本の食品安全の仕組みについてきちんと理解しなければならないと感じました。
- ・添加物の安全性についての説明は、販売者側の視点からのお話だと感じました。健康に関する、医師が書いた本などたくさん読みましたが、全く問題がないとは考えられません。毎日摂取したらそれを解毒する肝臓が疲れますし、その辺りのアドバイスもあれば良いと思いました。
- ・オンラインだと参加できる確率が上がるので開催をしていただけることは大変ありがたいです。今後ともぜひ続けていただきたいです。

### 【アンケート評価】



### 【学習会の様子】



赤と青の色紙を使用し、クイズに答えました。



各会場とつないで、質疑応答を行いました。