



食に関わるリスク

1. 食に「リスクゼロ」＝「100%安全」はありません ※「食」に限られません

食品やその食べ方には、なんらかのリスクが潜んでいます。水でさえ過剰に飲みすぎると、水分を腎臓で処理しきれなくなり、最悪の場合には命に関わります。

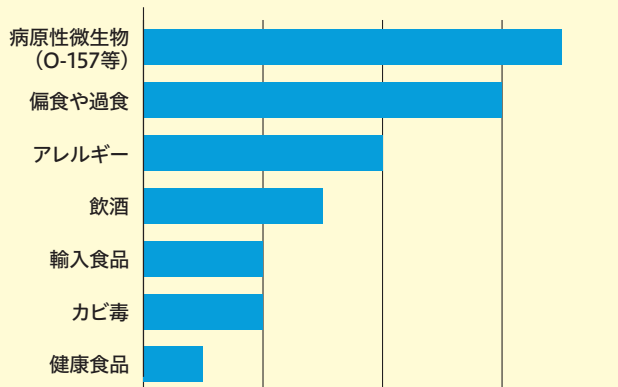
2. ハザードとリスク

有害となる可能性をハザードといいます。ハザードが存在していても、必ずしも「リスクがある(有害)」と判断されるわけではありません。リスクの影響は、使用方法や量が関係します。お酒は飲みすぎると、がんや様々な病気の原因になり健康を害する恐れがありますが、少量では、あまり心配しなくてもいいとされています。お酒の場合、ハザードは「健康への懸念」で、リスク評価は「少量では、健康への懸念は小さい」になります。

3. 私たちが、気を付けなければならないリスク

リスクは「あるか」「ないか」ではなく、「どのくらいの大きさか」で判断します。

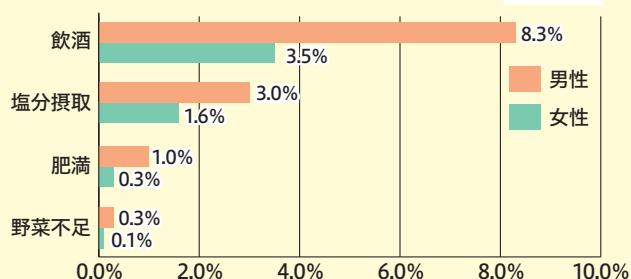
(1) 食品に関して、健康のために気を付けなければならないのは、1位「食中毒」、2位「偏食や過食」



2015年実施 内閣府食品安全委員会
「食品に係るリスク認識アンケート調査」参照



(2) 日本人におけるがん、食に関わる要因は、1位「飲酒」、2位「塩分」

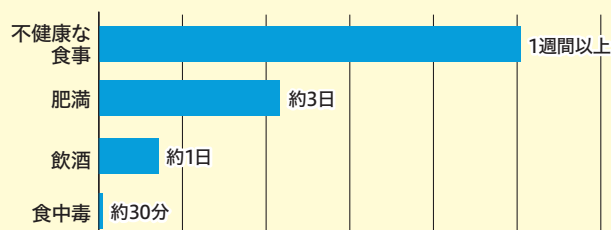


国立がん研究センター「科学的根拠に基づくがん予防」参照

(3) 健康な時間を失う要因の1位は

「不健康な食事」

【一年間に失う健康な時間 一人当たり】



オランダ国立公衆衛生環境研究所が、2006年に発表した
「私たちの食品 私たちの健康」という報告書を参照

4. 現在、流通している食品は、食品安全行政の下、リスク管理されています。

加熱、手洗いなど食中毒予防の基本をおさえ、いろいろな食品をバランスよく食べていれば、とりたてて不安になる必要はありません。