



# 食の安全 「基本のお話」

## あなたの「それ、気になってた!」を解消する 食の安全 Q & A



### Q

『安全な食品』『安全でない食品』という考え方は適切でしょうか？  
食品のリスクをどのように捉えるべきでしょうか？



### A

#### ■ 食に「絶対安全(ゼロリスク)」はありません

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。身近な水でさえ、短時間で過剰に飲みすぎると体(腎臓)が処理しきれず、体調を崩したりまれに命に関わることもあります。

**リスクは「ある」か「ない」かではなく、「どのくらいの大きさか」で管理します。**そのため、食品単独で「安全な食品」と「安全でない食品」があり、安全な方を選ぶ、という考え方は適切ではありません。

食品に含まれる化学物質のリスクは、「**ハザード(危害因子) × 摂取量**」で考えます。ハザードは、有害の可能性(どのような危害があるか)のことです。それに対して「**リスク**」は、**使用法や量が関係します。**

【例】 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(1日ビール2杯程度)ではあまり心配しなくていいとされています。この場合、アルコールは「ハザード」ですが、少量であれば発がんの「リスク」は小さいとなります。

■ **食品に係るリスクの考え方**  
食品に不安を感じるのは、どんなときでしょうか？食品の健康リスクについて、あなたの優先順位を考えてみましょう。

〈食品に係るリスク認識調査(平成27年5月13日内閣府食品安全委員会事務局)より〉

調査の概要はこちら↓

(問) 日本の現代の食生活において、健康への影響に気をつけなければならないと考える項目はどれですか。

次の中から気を付ける必要があるものを、その必要性の大きい順に10個選んでください。



- ①病原性微生物 ②フグ毒、キノコ毒等の自然毒 ③農薬の残留 ④食品添加物 ⑤動物用医薬品の畜産物への残留 ⑥アクリルアミド、クロロプロパノール等 ⑦食品容器からの溶出化学物質(ビスフェノールA等) ⑧カビ毒(アフラトキシン等) ⑨カドミウム等の自然界の金属元素 ⑩ダイオキシン類 ⑪アレルギー ⑫遺伝子組換え食品 ⑬輸入食品 ⑭BSE(牛海綿状脳症) ⑮健康食品・サプリメント ⑯タバコ ⑰飲酒 ⑱偏食や過食 ⑲その他

食品安全の専門家(※)※食品安全委員会専門委員(161名)

一般消費者ネット調査(3,600人)

1	5	10	位	●: 11位以下	位	10	5	1
3								3
		10						5
			●				6	
	8					8		
			●			9		
			●			9		
	9					9		
	8					10		
			●			10		
			●			10		
			●			10		
2								
	4							
		6						
		7						

図: 健康の影響に気をつけるべきと考える項目の順位(中央値)

食品安全委員会が食品に対するリスク認識について行ったアンケート調査によると、食品添加物や残留農薬について、専門知識の有無による違いが見られました。食品に意図的に使用されている化学物質は、量も含めて厳しく管理されており、「ほとんどリスクはゼロ」と考えられています。

#### ■ 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

適切な品温管理、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。