

どうやって守るの? 食べ物の安全性

～知ろう、話そう、考えよう～



ご家族の方も、
お子様といっしょに
お読みください

内閣府食品安全委員会

『食べ物の安全性』って、 どういうことだろう？

① 健康にくらすには、食事が大切

私たちは、生きるために、いろいろなものを食べています。健康でいるためには毎日バランスの良い食事をとることが大切です。同じものを食べ過ぎたり、足りないものがあると体の調子が悪くなったりします。また、私たちが食べている食品には豊かな栄養分のほかに健康に悪い影響を与えるものが含まれていることもあります。しかし、みんなの健康に悪い影響が出ないように、大勢の人たちが「食べ物の安全性」を守っています。

② 何に注意したらよいのだろう？

私たちのまわりには、数多くの食べ物があります。その中から選ぶときに、私たちは「食べ物の安全性」をどこまで考えているのでしょうか？
「安全」なものだけを食いたいのですが、どんな食べ物も「100%安全です」とはいいきれません。それでは、何に注意したらよいのでしょうか？

「食べ物の安全性は、みんなの健康を守るためにも、だいじなことなんだよ」



「このパンフレットでは、その考え方や、守る仕組みを紹介します。みんな、しっかり勉強してくださいー！」

心配なことがあるかな？

目に見えなくても細菌やカビが食べ物に付いていると食中毒をおこすことがあります。作物を育てるには農薬が必要だけど、安全なんだろうか？ 魚には『メチル水銀』が含まれているから、体に良くないのでは？ いろいろなことを見たり、聞いたりすると不安になるよね？



食べ物に菌が付いたりその菌が増えたりしないように、食べ物を作っている人、売っている人は加熱をして菌を死滅させたりしているんだよ。そして、みんなの家でも同じ注意が必要だよ。



野菜などの作物を害虫や病気から守るために必要な農薬は、科学の目で安全性が確かめられたものが使われていて、農家の人も必要な時に必要な量しか使わないし、食べ物に残っていても問題ない量も決められているんです。



マグロやメカジキのように大きい魚にわずかに含まれている『メチル水銀』は、お腹の赤ちゃんの神経系が発達する時に影響をあたえることがあるので、妊娠中のお母さんは、そういった魚を食べ過ぎないように気をつけた方が良いでしょう。でも魚自体は大切な栄養源なので、子供も大人もきちんと食べた方が良いでしょう。



『食べ物の安全性』は、どういう考え方で守られるの？

① 食べ物の安全性を守るために

「食べ物の安全性」を守るために大切なことは、食べ物に含まれているいろいろなものの良い点と悪い点を知って、私たちの健康に悪い影響が出ないようにすること。良い点とは、もちろん、どんな栄養分があるかということ。そして、悪い点とは、どのような食べ方をするとどのくらい健康に悪いのかということ、これをリスクといいます。

② リスクとつきあうための考え方

日にちがたって傷んでしまった食品や、ジャガイモの芽に含まれる毒などを食べると、お腹をこわしたり、具合が悪くなったりすることがあります。このような、人の健康に悪影響を及ぼす「食品の状態」や「食品中の物質」を、食品の安全性における「ハザード（危害要因）」といいます。こういったハザードを含む食品を食べたとき、「私たちの健康に悪い影響が出る可能性とその度合い」のことを「リスク」といいます。このリスクを調べ健康に悪い影響を与えないようにルールを作り、みんなで努力するという考えが「リスク分析」です。

「ハ」の話は、
ちょっと難しいかな？」



「少しでも
わかりやすく
なるようにたとえ話で
説明してみます！」



ハザードとリスクを、君が自転車に乗る場合にたとえてみましょう。道がでこぼこだったりすれば転んでしまう可能性が大きいですね。このような事故を起こす原因になると考えられることが、事故の『ハザード』にあたります。



それでも、君が転んでしまう確率は100%じゃない。でも50%くらいはあるんじゃないかな？ 転んだら、君はヒザをすりむくかもしれないし、骨折しちゃうかもしれない。この転ぶ確率と、どれくらいケガをするのかという程度を表す言葉が『リスク』なんだ。



こんなリスクを防ぐために、あらかじめ『ハザードがあるか』『それはどんなことなのか』などを調べるのが大事なんです。食べ物の場合、調べるものには、たとえばこんなものがあります。



●害のある生物	食中毒菌、ウイルス、寄生虫など
●化学的な物質	農薬、食品添加物など
●新しい食品	遺伝子組換え食品など

リスク分析ってな～に？

📌 リスク分析には3つの柱があります

リスク分析のしくみには3つの柱があります。1番目は、食べても安全かどうか科学的に調べて決める「リスク評価」です。2番目は、このリスク評価をもとに、食べても安全なようにルールを決めて、みんなで守るようになる「リスク管理」です。そして3番目の柱が、この2つについて、食べ物を作る人々、売る人、買って食べる人たちや役所が、それぞれの立場から意見を出して話し合う「リスクコミュニケーション」です。「リスク分析」ではこの3つのすべてがとても大切です。

📌 調べる人とルールを作る人は別々です

たとえば、安全な家を造るためには、設計する人、実際に建てる人、電気・ガス・水道工事をする人など、専門家の協力が必要です。同じように、リスク評価とリスク管理も、それぞれ専門的な知識や経験を持つ人々が別々に行います。そして調べたり、決めたりする時に、リスクコミュニケーションによって、みんなが理解し、納得できるように話し合うのです。このようにしてリスク分析は行われています。

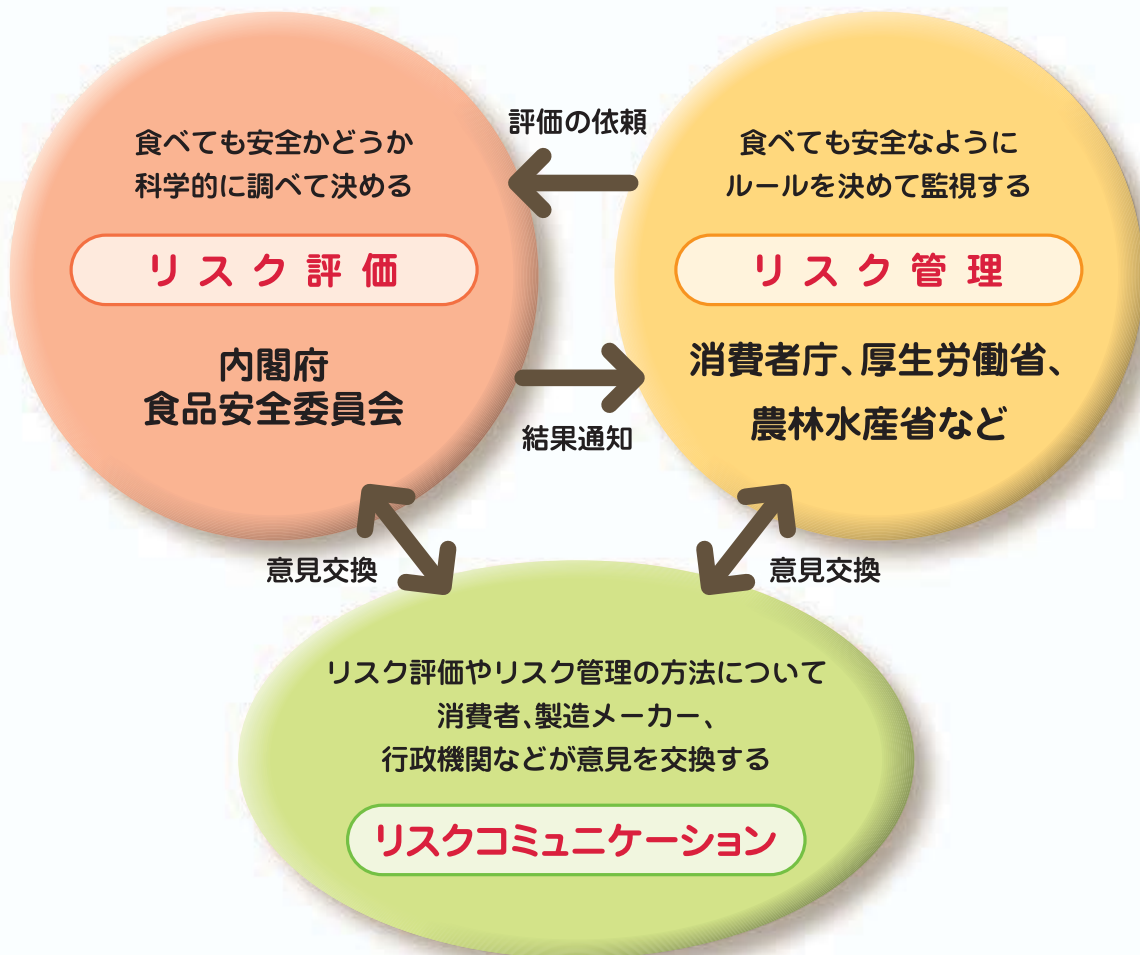
「3つの柱の
どれもが、
リスク分析には
同じように
重要なんだよ」



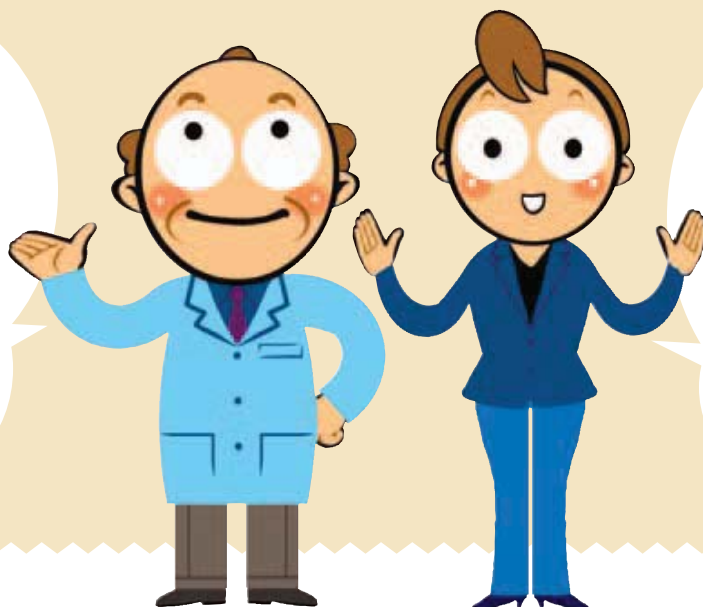
「3つの
柱だけにかたより
すぎないように、
3つの柱が
支え合うしくみに
なっているんです」

リスク分析の3つの柱

食品の安全を守る仕組み



「食べ物のリスク評価とリスク管理は違う組織で行って、独立性をもたせているのが日本のしくみなんだ」



「もちろん、専門家じゃない人の不安や心配も、リスクコミュニケーションで話し合ってリスク分析にかかしていくようになってくるのよ」

食品安全委員会は、 どんなことをやっているの？

① 第一の仕事はリスク評価です

食品安全委員会のいちばんの仕事は「リスク評価」です。ある食べ物に含まれるハザードを食べることで「どれくらい食べたら害が出てくるか」つまり「どのくらいの量なら一生食べ続けても害が出ないか」などについて、科学的に調べて話し合い、評価をします。評価するハザードは、リスク管理を行っている機関から頼まれたものが中心ですが、食品安全委員会が「評価する必要がある」と考えれば、リスク評価を行います。これらの評価結果は、リスク管理機関でのルール作りのための基本になります。

② ほかに大切な仕事があります

リスク評価の内容や結果について、食べ物を作る人、売る人、買って食べる人などに説明したり、その人々の意見を聞いて話し合う「リスクコミュニケーション」も、食品安全委員会の大切な仕事です。毎週開かれる委員会の会議は、誰でも聞きに来ることができますし、ホームページで見てももらうこともできます。また、食中毒が発生した時などには、国民に被害や不安が広がらないように科学的な情報をいち早く伝える「緊急時対応」という重要な仕事も行います。

「リスク評価は、
1年に100件以上の
ハザードについて
行っているんだよ」



「このように、
食べ物の安全性に
ついて説明するのも、
リスクコミュニケーション
のひとつなんです」

何についてリスク評価は行われている？



食品安全委員会では、食べ物に含まれるいろいろな物質や生物などについて、安全かどうか、科学的な考え方からリスク評価を行っています。それらにはこの表のようなものがあります。

● 食品添加物	食べ物をくさりにくくしたり、味や香りをよくしたりするために使われる物質のことです。
● 農薬	野菜などにつく虫や菌の退治や、畑に雑草が生えないようにしたり、農作物の成長を良くするために使う薬のことです。
● 動物用医薬品	牛、豚、にわとり、養殖する魚などに使われる医薬品のことです。その肉などに残っている可能性があるので評価しています。
● 器具や容器包装	食べ物を作る時に使う器具や、食べ物を入れたり包んだりするもののことです。食べ物とふれるため評価しています。
● 化学物質や汚染物質	料理中に食べ物の成分が変化してできる物質や、食べ物の中の水銀、カドミウムなどです。
● 微生物ウイルス	食中毒の原因になる目には見えない小さな細菌や、さまざまな病気のもとになる生物のことです。
● プリオン	BSEという牛の病気の原因となり、人間にも伝達する病原体について評価します。
● かび毒自然毒	かびが作り出す毒や、ふぐ、きのこなどの生物が持つ毒のことです。
● 遺伝子組換え食品	他の生物の遺伝子を組み換えて作られた農作物や、それを使った食べ物のことです。
● 新開発食品	これまでにあまり食べられていない食べ物や、食べられていても、錠剤やカプセルにするなど形態が異なっている食べ物のことです。
● 肥料・飼料	農作物を育てるために畑にまく肥料や、牛、豚、にわとり、魚に食べさせるえさのことです。



この中のひとつのものを評価するだけで、何年もかかることがあるんだ。科学的に正しく結論を出すのがいちばん大切なんだよ。



これが食品安全委員会の構成です

食品安全委員会

委員7名。この委員が中心となって、食べ物のリスク評価の決定やリスクコミュニケーション、緊急時対応などの仕事を行います。

食品安全委員会事務局

食品安全委員会や専門調査会の活動をささえます。約100人の人が働いています。

専門調査会

専門分野ごとに全部で14があり、専門委員は、のべ240名です。食べ物の中のハザードやリスクについて詳しく調べたり、リスク評価の案をまとめています。リスクコミュニケーションや緊急時対応のための専門調査会もあります。

企画

リスクコミュニケーション

緊急時対応

化学物質などをリスク評価するグループ

食品添加物、農薬、化学物質など

生物などをリスク評価するグループ

微生物、ウイルス、かび毒・自然毒など

新しい食べ物などをリスク評価するグループ

遺伝子組換え食品、新開発食品、肥料・飼料など



食品安全委員会には、国会で認められた7人の委員がいます。委員はみんな、食べ物に関係する分野の専門家です。そして、専門の分野ごとにいろいろなことを詳しく調べるのが専門調査会。ここでは、200人以上の科学者などが委員会に協力しています。さらに、委員会や専門調査会の活動をささえるための事務局があります。

まとめ

食べ物の安全性について、 もっと知り、もっと考え、 もっと話し合しましょう



食べ物の安全性とは何か、食べ物の安全性を守るために、食品安全委員会が行っていることやそのしくみ、わかってもらえたかな？ 食べ物をできるだけ安全に作ったり、食べたりする努力はみんなでなければならぬし、みんなもできるんだ。



だから、みんなも、**食べ物の安全性**についていろいろな意見を聞き、調べ、自分で考えたり、家族や友だちと話し合ったりしてほしいんです。そして、**自分で安全な食べ物を選ぶようになること**。これが、みんなが健康に生きていくためにとても大切なことですから。

食べ物の安全性についてわからないこと、知りたいこと、心配なことがあったら、**食品安全委員会**に電話やメールで聞くこともできるんだよ。**ホームページ**には子ども向けのコーナー『キッズボックス』もあるから、家族の人といっしょに見てみよう！



知りたいこと、聞きたいことは
食品安全委員会の“**食の安全ダイヤル**”へ！

 03-6234-1177

(受付は月曜～金曜の午前10時～午後5時。祝日と年末年始はお休みです)

●食品安全委員会ホームページ <http://www.fsc.go.jp/>

(このホームページから、電子メールを送ることもできます)

どうやって守るの? 食べ物の安全性

～知ろう、話そう、考えよう～



発行:内閣府食品安全委員会

URL <http://www.fsc.go.jp/>

〒107-6122 東京都港区赤坂5-2-20
赤坂パークビル22階

電話:03-6234-1166 FAX:03-3584-7390