

食べ物の安全は 量の問題

その2

KIDS キッズボックス BOX

食べ物の安全に“絶対”はありません。ある食べ物が安全かどうか。そこには「量」が関係しているのです。

小学校の教室で、先生が、食べ物の安全と食べる「量」のお話をしています。



食べ物には、いろいろなものが含まれています。
体に必要なもの、そうでないもの…、実にさまざまです。



ふーん。じゃあ、もしかして体に悪いものも入っていたりするの？



例えば農作物では、育つときに、土や水に入っている目に見えない悪いものが自然に取り込まれてしまうことがあります。



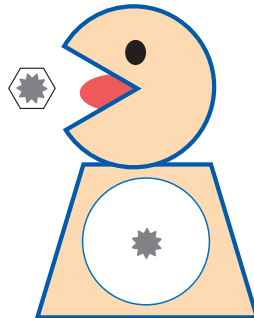
そうなんだ。そんなの心配で食べられないな…。



そんなことはありません。もし、悪いものを食べ物と一緒に体に入れてしまっても、ふだんの食事ですら量であれば、体調はふつう変わりません。ただし、一定の量を超えると体調が悪くなる可能性があります。

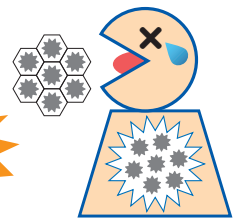
ふだんの量なら

体調は
変わらない



ただし、一定の量を越えると

体調が
悪くなる可能性



食べ物の安全には、それを食べる「量」が関係します。食事のときに気をつけることは、同じものばかり食べすぎないことです。ふだんから心がけてください。

はかせ
博士の
ひとこと

実は、食べ物が安全かどうかは、体に悪いものを「どのくらい食べたか(量)」の他に、体に悪いものが「どのくらい悪いのか(強さ)」も関係しているんじゃ。難しいかもしれないが、こちらでも勉強してみてください。

科学の目で見える食品安全 <http://www.fsc.go.jp/kids-box/index.data/2017.4.14kagakunome.pdf>



内閣府食品安全委員会 2019年7月作成

右のサイトで一緒に調べてみよう!

キッズボックス

検索

<http://www.fsc.go.jp/kids-box/>