

食の安全と食品添加物を考える

2025年6月20日 コープ自然派大阪総代会にて

天笠啓祐(ジャーナリスト、日本消費者連盟顧問、法政大学・立教大学元講師)



なぜ食の安全は脅かされるようになったのか？

食の工場生産化・大量流通化

大規模工場で製造する加工食品の増加

ファミリーレストラン・ファーストフードといった調理しないレストランの増加

加速するネット販売

貿易自由化・促進

食品輸入促進が目的

規制緩和による食品添加物の増加

粗雑な輸入食品添加物が増大（不純物が増加）

なぜ食の安全は脅かされるようになったのか？

複雑化するフードチェーン

変わる食料安全保障

農薬汚染の拡大と残留基準緩和

食料輸入の増大が招く農薬残留の増加

尿検査で全員から農薬検出

いま問題になっている農薬は、グリホサート、ネオニコチノイド

新たにPFAS農薬が拡大、RNA農薬も登場

農薬なのに食品添加物になっているものも

トランプ政権で新たな圧力が(例、ジャガイモ)

なぜ食の安全は脅かされるようになったのか？

遺伝子組み換え食品に続きゲノム編集食品が登場

安全性に不安な食品が次々と食卓へ

ゲノム編集食品ではトマトに次いで、マダイ、フグ、ヒラメも

表示もされず選択できない

フードテックの登場

昆虫食、細胞培養肉、微生物蛋白

ゲノム編集昆虫、iPS細胞を用いた細胞培養肉、微生物の蛋白質

食品添加物とは？

食品衛生法(1947年)第4条第2項による定義

「食品の製造の過程において又は加工若しくは保存の目的で、食品に添加、
混和、浸潤その他の方法によって使用するものをいう」

食品添加物は安全か？

動物実験のデータに安全係数をかけて承認している

10分の1 × 10分の1 = 100分の1

安全かどうかは基本的に分からない

動物での評価の限界（人間とは違う）

多種類の添加物を毎食摂取することで、総量は大きい

相加・相乗効果による心や体への影響

予防原則が必要

食品添加物の現状

1、その需要は約326万トンに達する（食品添加物と同じ働きをする食材を含めて、以下同様）

国民一人当たり約27キログラム、

1日あたり74グラム、一生（80年）では2トン強

2、甘味料が約60%を占めて、ダントツに多い

その約60%を異性化糖が占めている

3、調味料が約11%で、甘味料と合わせて71%に達する
味にかかわる添加物が多い

食品添加物の現状

4、2番目に多いのが品質改良剤で約14%に達する

その半分以上を加工でん粉が占めている

5、利益を上げているのは香料である

香料の需要はわずか1.39%なのに対して、

売り上げは4位の11.98%

6、調味料では分解系とエキス系が増えている

蛋白加水分解物、酵母エキスなどが増えている

(分解や抽出に塩酸を用いるものも)

食品添加物の展開

第1は、「国際汎用添加物」という名で、次々と承認

指定添加物の承認数は476品目(2024年3月1日)(2005年361品目)

既存添加物は357品目(2024年3月1日)

指定＋既存添加物(計833品目)

国内承認制度の緩和

貿易の促進優先

第2は、輸入食品添加物の増大、特に中国産

ビタミンに国産なし

第3は、海外産は製造方法が不明、ブラックボックス化

増える違法な遺伝子組み換え食品添加物(例、ビタミンC)

食品添加物の展開

第4は、輸入食品添加物には不純物が多く、輸入の際に、
チェックも規制もない

不純物に規制なし・監視なし

有機塩素系食品添加物(スクラロース、
赤色104(サクランボ)、105号)

第5は、多くの場合、添加物同士が混ぜ合わされ、納品されている
食品添加物の混合化進む

ビタミンCと安息香酸Naで発癌物質のベンゼンができる



食品添加物の展開

第6は、表示が簡略化

一括表示と簡略表示で読み取れないものが多い
物質名表示でないため誤解を与える

イーストフード、加工でん粉、カラメル色素、ビタミンCなど

第7は、表示しなくてよい添加物がある

キャリーオーバーと加工助剤

第8は、表示制度が改正され、「無添加」「不使用」表示が使えなくなり、

消費者の知る権利が奪われている

食品添加物の展開

第9は、遺伝子組み換え食品添加物が増えている

遺伝子組み換え作物から作られる添加物

カラメル色素、トレハロース、乳化剤のレシチン、ビタミンE

遺伝子組換え微生物に生産させる添加物

アスパルテーム、イノシン酸、グアニル酸、ビタミンC、

各種アミノ酸



名称 / 即席カップめん

原材料名 / 油揚げめん (小麦粉、植物油脂、食塩、チキンエキス、ポークエキス、醤油、たん白加水分解物)、味付豚肉、味付卵、味付えび、糖類、醤油、食塩、ねぎ、香辛料、たん白加水分解物、ポークエキス、チキンエキス、野菜エキス、加工でん粉、調味料 (アミノ酸等)、炭酸 Ca、かんすい、カラメル色素、増粘多糖類、乳化剤、酸化防止剤 (ビタミンE)、カロチノイド色素、香辛料抽出物、ビタミンB2、ビタミンB1、スモークフレーバー、酸味料、香料、(原材料の一部に乳成分を含む)

食品表示から食品添加物を見る

どのような添加物か、表示では分からない

国産か輸入か分からない(現在は大半が輸入)

輸入添加物に関しては製造方法を知るすべもない

(相手国任せ)

不純物に関しては規制も監視もない

原材料と添加物のどちらか分かり難いものが増えた

例、加工でん粉、蛋白加水分解物

食品表示から食品添加物を見る

一括表示からは読み取れない具体的な物質

イーストフード、ガムベース、かんすい、酵素、光沢剤、酸味料、調味料、豆腐用凝固剤、苦味料、乳化剤、pH調整剤、膨張剤、軟化剤、香料

簡略名表示が多い

VC、VE、OPPなど

食品表示から食品添加物を見る

警告表示がほとんどない

多動症の原因として、EUが警告表示求める食品添加物

赤色40号、102号、黄色4号、5号

（米国では赤色3号が禁止に）

カリフォルニア州では日本製ポテトチップは発がん性で警告表示



BEST BEFORE: SEE PACKAGE (DD/MM/YYYY)
NET WT. 1.9 OZ. (54g)

WARNING: Consuming this product
can expose you to chemicals including
Acrylamide, which is known to the State
of California to cause cancer and birth
defects or other reproductive harm.

For more information go to
www.P65Warnings.ca.gov/food.

Vals Vivaraise (ヴァルス ビヴァレー) (炭酸入り)

名称: ナチュラルミネラルウォーター / 原材料名: 水 (鉱泉水)
内容量: 1.25l / 賞味期限: 2014年3月18日 / 原産国名: フランス
採水地: ヴァルス・レ・バン / 輸入者: 株式会社 オーバー
ーズ 東京都世田谷区代田5-11-10

- 本品はEUの厳正な基準により容器詰めされていますので、殺菌処理していません。
- 7歳未満のお子さまは本品の飲用を控えてください。
(フッ素濃度: 1.5mg/l)
- 開栓後は冷蔵庫にて保存し、お早めにお召し上がりください。
- 温度変化によりミネラル成分が結晶・沈殿する場合がありますが、これには問題ありません。
- 破損のおそれがありますので、強い衝撃を与えたり、冷凍庫での保管は避けてください。
- ボトルが変形する場合がありますので、凍らせないでください。

成分表示 (100mlあたり)

エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物:	0
ナトリウム	38.1mg
カルシウム	2.22mg
マグネシウム	1.35mg
カリウム	3.38mg
重炭酸塩	110mg
塩化物	2.46mg
亜硫酸塩	4.51mg
硝酸塩	1.0mg未満
フッ化物	0.17mg

硬度: 111mg/l pH: 6.4

お客様相談室: 0120-522-582



キャップ
フィルム



ラベル



PET

イーストフード

塩化アンモニウム、塩化マグネシウム、グルコン酸カリウム
グルコン酸ナトリウム、酸化カルシウム、焼成カルシウム、
炭酸アンモニウム、炭酸カリウム(無水)、炭酸カルシウム、
硫酸アンモニウム、硫酸カルシウム、硫酸マグネシウム、
リン酸三カルシウム、リン酸水素二アンモニウム、
リン酸二水素アンモニウム、リン酸一水素カルシウム、
リン酸一水素マグネシウム、リン酸二水素カルシウム

加工でんぷん

アセチル化アジピン酸架橋デンプン、アセチル化リン酸架橋デンプン、
アセチル化酸化デンプン、オクテニルコハク酸デンプンナトリウム、
酢酸デンプン、酸化デンプン、リン酸モノエステル化リン酸架橋デンプン、
リン酸化デンプン、リン酸架橋デンプン、デンプングルコール酸ナトリウム

EUが乳幼児用のミルクやベビーフードなどに用いることを禁止

ヒドロキシプロピルデンプン、ヒドロキシプロピル化リン酸架橋デンプン

キャラメル色素

①キャラメルⅠは糖類をのみを加熱して作る昔ながらの製法

②キャラメルⅡは糖類に亜硫酸を加えて加熱

日本では使用が禁止されている

③キャラメルⅢは糖類にアンモニウム化合物(THI)を加えて加熱

④キャラメルⅣは糖類に亜硫酸とアンモニウム化合物(THI)を加えて
加熱

日本では③と④が大半で、いずれも発がん性が疑われている

避けたほうがよい食品添加物

発色剤・亜硝酸ナトリウム（ハム・ソーセージ・明太子など）

増粘多糖類・カラギナン（不純物に発がん性）

甘味料・アスパルテーム（ネオテーム、アドバンテーム）、

スクラロース、アセスルファムK

（アスパルテームは発がん性、スクラロースは不純物に
発がん性、すべて難消化性でカロリーゼロ、そのため
腎臓に影響。また脳は反応してインシュリンを分泌し
糖尿病になりやすい）

甘味料・ステビア



避けた方がよい食品添加物

保存料・ソルビン酸、ソルビン酸カリウム、(BHA、安息香酸Na)

抗生物質・ナイシンとナタマイシン(保存目的)

栄養ドリンク



栄養ドリンク

オロナミンCドリンク	清涼飲料	
眠眠打破	清涼飲料	
リポビタミンA	医薬部外品	安息香酸Na
アリナミンゼロ	医薬部外品	安息香酸Na
ユンケル皇帝液	医薬品	安息香酸Na＋パラベン
ビタラッシュ内服液	医薬品	安息香酸Na

避けたほうがよい食品添加物

タール系色素 (赤色、黄色、青色、緑色)

現在使われているのは赤色2号、3号、40号、102号、104号、
105号、106号、黄色4号、5号、青色1号、2号、緑色3号
の12種類

米国では赤色3号が禁止に

EUでは食品添加物と多動症の関係で警告表示求めている

赤色40号、102号、黄色4号、5号

カラメル色素 (Ⅲ、Ⅳ型)、コチニール色素、

カロチノイド色素 (カンタキサンチンが目の網膜に影響)

避けたほうがよい食品添加物

食品添加物では防かび剤とされているが、農薬そのものの
ジフェニル(ビフェニル)(1971年)、
OPP(オルトフェニルフェノール)(1977年)、
TBZ(チアベンダゾール)(1978年)、
イマザリル(1992年)、
フルジオキシソニル(2011年)、
アゾキシストロビン(2013年)、
ピリメタニル(2013年)、
プロピコナゾール(2018年)、

主に米国からの輸入かんきつ類に用いられている、リンゴやジャガ

イモにも

避けたほうがよい食品添加物

臭素酸カリウム

(小麦粉改良剤、現在使用的是山崎製パンのみ)

加工でん粉の一部

可能な限り少ない方がよい食品添加物

アルミ化合物(硫酸アルミニウムカリウム、硫酸アルミニウムアンモニウム)

カルシウムの流失を加速 pH調整剤・リン酸塩 (Na) ・ビタミンE

人工的な味覚 調味料 (アミノ酸等)、グリシンなど各種アミノ酸

製造年月日 15. 6.11

+ 211

製造者(株)ヴィ・ド・フランス
町田店

 **VIE DE FRANCE**



東京都町田市原町田6-3-20 TK町田ビル2階
☎042-732-7441

原材料名：パン・トマト・タマゴサラダ・ツナサラダ・ハム・レタス・辛子マーガリン・マヨネーズ・胡瓜・コーン・枝豆・乳化剤・増粘多糖類・調味料（アミノ酸等）・グリシン・酢酸Na・リン酸塩（Na）・酸味料・pH調整剤・着色料（ウコン・カロチノイド・コチニール）・香料・イーストフード・V. C. 酸化防止剤（V. C. V. E）・発色剤（亜硝酸Na）・香料抽出物・V. A.（原材料の一部に乳成分・大豆・豚肉・ゼラチン・りんごを含む）

合成着色料・合成保存料は使用していないのが売り物のサンドイッチ

パン、トマト、タマゴサラダ、ツナサラダ、ハム、レタス、辛子、マーガリン、マヨネーズ、キュウリ、コーン、枝豆、乳化剤、増粘多糖類、調味料(アミノ酸等)、グリシン、酢酸Na、リン酸塩(Na)、酸味料、pH調整剤、着色料(ウコン、カロチノイド、コチニール)、香料、イーストフード、VC、酸化防止剤(VC、VE)、発色剤(亜硝酸ナトリウム)、香辛料抽出物、VA、(原料の一部に乳成分、大豆、豚肉、ゼラチン、リンゴを含む)

食品表示・種苗表示

改悪される食品表示

原料原産地表示

製造地表示(輸入小麦でも国内製造)

食品添加物表示

無添加・不使用表示の規制へ

合成・人工・化学の文字使用が禁止

遺伝子組み換え表示

不使用表示を奪う混入率0%の設定

ゲノム編集食品には表示がない

消費者の選択権がない

子どもにとって(家族にとって)大事な なこと

表示を確認する(わかる範囲で)

基準の明確な生協の食品を選ぶ

市販の食品では自然の色が大事、きれいな色にだまされない

人工的な味やうま味ではなく、素材そのものの味を

外食は少なく、素材から調理、手作りを増やす

有り難うございました

食の安全を守り、生物多様性を守り、
未来の世代を守るため、
1日3回も、世の中を変えるチャンスがあります！

