

1. 食品添加物とは

食品衛生法では次のように定義しています。

『添加物とは、食品の製造の過程において、または食品の加工や保存の目的で食品に添加したり、混ぜ合わせたり、浸み込ませたり、その他の方法によって使用するものをいう。』

食品添加物には化学的に合成されたものと、天然のものがあります。平成7年の食品衛生法の改正により、次のような分類になりました。
(添加物数は2015年6月30日現在)



- 指定添加物：厚生労働大臣が安全性と有効性を確認して指定した添加物。新しい添加物は、天然も合成も指定添加物になります。
- 既存添加物：長年使用されてきた天然添加物として厚生労働大臣が認めたもの。
- 天然香料：動植物から得られる食品の着香を目的にした添加物。
- 一般飲食物添加物：一般に食品として飲食に供されているもので、添加物として使用されているもの。

2. 使用した食品添加物は原則としてすべて表示します

近年、食生活の向上にともない、加工食品は多種多様となり私達の食生活に重要な部分を占めるようになりました。そこで、これらの加工食品について、より良く内容を理解し選ぶ時の参考とするために、より詳しい表示が求められてきました。

諸外国では食品添加物を合成品も天然物も区別せず、同様に扱っています。日本でもこの国際的慣例に従って、平成3年7月1日より使用した食品添加物は原則として、すべて表示することになりました。

くわしい表示方法等は「食品添加物一覧」を参照。

3. 食品添加物の表示例

食品表示法では原材料と食品添加物を明確に区分して表示することになりました。

表示方法としては、①添加物の事項名を設けて表示する、②原材料と添加物を記号で区分して表示する、③原材料と添加物を改行して表示する、④原材料と添加物の間に線を引いて表示するなどがあります。

①添加物の事項名を設けて表示する

原材料名	豚ばら肉、砂糖、食塩、卵たん白、植物性たん白、香辛料
添加物	リン酸塩(Na)、調味料(アミノ酸)、酸化防止剤(ビタミンC)、発色剤(亜硝酸Na)、コチニール色素

②原材料と添加物を記号で区分して表示する

原材料名	豚ばら肉、砂糖、食塩、卵たん白、植物性たん白、香辛料／リン酸塩(Na)、調味料(アミノ酸)、酸化防止剤(ビタミンC)、発色剤(亜硝酸Na)、コチニール色素
------	---

③原材料と添加物を改行して表示する

原材料名	豚ばら肉、砂糖、食塩、卵たん白、植物性たん白、香辛料 リン酸塩(Na)、調味料(アミノ酸)、酸化防止剤(ビタミンC)、発色剤(亜硝酸Na)、コチニール色素
------	--

④原材料と添加物の間に線を引いて表示する

原材料名	豚ばら肉、砂糖、食塩、卵たん白、植物性たん白、香辛料
	リン酸塩(Na)、調味料(アミノ酸)、酸化防止剤(ビタミンC)、発色剤(亜硝酸Na)、コチニール色素

4. 食品添加物は安全か？

- (1) 国連の食糧農業機関(FAO)及び世界保健機構(WHO)の合同食品添加物専門家会議(JECFA)において安全性の評価を行い、一日摂取許容量(ADI)を決定していますが、食品添加物の中には、ADIが設定されていないもの、発ガン性試験で陽性を示しているものやその疑いのあるものがあります。
- (2) 天然添加物の中には、国内外で長年使用されてきたということから、安全性が確認されていないものがあります。
- (3) 動物実験は単独の食品添加物で行われ、複数の添加物を摂取した場合の毒性(相乗毒性・複合作用)試験は、ほとんど行われていません。

合成着色料

合成着色料には、下表のような種類があります。タール系色素(〇色〇〇号)は以前25品目もありましたが、発ガン性や内臓障害などの理由で次々に使用禁止になり、現在12品目が認可されています。
天然・合成を問わず食品を着色する必要があるかどうかを考えるべきです。

日本で認可されている着色料の基準

添加物名	使用基準
食用赤色2号 // アルミニウムレーキ	カステラ、きなこ、魚肉漬物、鯨肉漬物、昆布類、醤油、食肉、食肉漬物、スポンジケーキ、鮮魚介類(鯨肉を含む)、茶、のり類、ママレード、豆類、味噌、麺類(ワンタンを含む)、野菜及びわかめ類には使用しないこと
食用赤色3号 // アルミニウムレーキ	
食用赤色40号 // アルミニウムレーキ	
食用赤色102号 // 104号 // 105号 // 106号	
食用黄色4号 // アルミニウムレーキ	
食用黄色5号 // アルミニウムレーキ	
食用緑色3号 // アルミニウムレーキ	
食用青色1号 // アルミニウムレーキ	
食用青色2号 // アルミニウムレーキ	
二酸化チタン	
鉄クロロフィリンナトリウム β-カロチン ノルビキシンカリウム ノルビキシンナトリウム	昆布類、食肉、鮮魚介類(鯨肉を含む)、茶、のり類、豆類、野菜、わかめ類に使用しないこと
三二酸化鉄	バナナ(果柄の部分に限る)、コンニャク
銅クロロフィル 銅クロロフィリンナトリウム	昆布 野菜類、果実類の貯蔵品 チューインガム その他

合成着色料の問題点

1. 世界保健機関(WHO)、国連食糧農業機関(FAO)で安全性が評価されていないものがある。(赤色104号、赤色105号、赤色106号)
2. アレルギーを誘発するおそれがあるものがある。(黄色4号、黄色5号等)
3. 変異原性等が陽性のものがある。(赤色2号、赤色3号、赤色104号、赤色105号等)

天然着色料

■ 代表的な既存添加物の着色料

色素名	原料	使用されている可能性がある食品
コチニール(赤) (カルミン酸)	エンジムシの乾燥物	清涼飲料水、ゼリー、ハム、ソーセージ乳飲料など
ラック色素(赤) (ラッカイン酸)	ラックカイガラムシの分泌物	清涼飲料水、トマトケチャップ、あめ、ジャムなど
ベニバナ黄(黄) (サフライエロー)	ベニバナの花	漬物、ガム、あめ、清涼飲料水など
アナトー(赤褐) (ビキシン)	ベニノキの種子	ハム、ソーセージ、マーガリン、魚肉漬物、米菓など
ビートレッド(赤) (ベタニン)	ビートの根	冷菓、菓子類など
モナスカス色素(赤) (モナスコルプリン)	紅こうじカビの生産する色素	かまぼこ、珍味、魚肉漬物、アイスクリーム、紅酒など
カラメル(茶) (メラニン)	糖 類	ソース、清涼飲料水、しょうゆ、ウイスキー、アイスクリーム、プリン、昆布佃煮、そばつゆ、コーラ、コーヒーなど
クチナシ黄(黄) (クロシン)	くちなしの果実	中華麺、パン、珍味、卵巻き、栗きんとんなど
ブドウ果皮色素(紫) (エノシアン)	ブドウの果皮	アイスクリーム、清涼飲料水、ゼリー、ガムなど

その他、一般飲食物添加物の着色料に、ウコン、パプリカ粉末、アズキ色素などがあります。

天然着色料の問題点

1. エンジム・ラックカイガラ虫を始め、食用でないものがある。
2. 天然着色料を使うために、他の添加物(酸化防止剤、金属封鎖剤、乳化剤など)を併用していることがある。
3. 重金属など不純物の残留のおそれがある。
4. 溶解性が悪いので使用量が多いものがある。