



食品添加物は食品の製造や加工をしやすくする、長く保存する色や香りをつける目的で使用されています。普段ご自身やお子さんが食べているものにどんな添加物が入っているか知っていますか？今回は皆さんに知っておいてほしい添加物についてご紹介します。

参考文献：おかあさんのための
危ない加工食品のはなし
食品の裏側②実態編



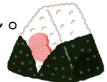
特に気を付けた1添加物6選



1

亜硝酸ナトリウム
(発色剤)

発色剤で、ハムやたらこなどの食品を美味しそうなピンク色に見せるためによく使われる。ところが、**毒性が強い**ため、添加量が厳しく制限されている。他にも、**食肉や魚肉、魚卵に含まれるアミンと結びついて、発がん性物質に変わってしまう可能性**も。



2

カラメル色素



茶色っぽい色をつける着色料で、いろいろな食品に使われる。Ⅰ～Ⅳの4種類があり、**ⅢとⅣには発がん性が認められた物質が含まれている**。しかし、食品表示ではどのカラメル色素が使われているのか消費者にはわからず、安全性が確かめられない。



3

合成甘味料
(アスパルテーム、スクラロース、
アセスルファムK)

多くのカロリーオフ食品に使われていて、糖分を減らしてカロリーを抑える。それぞれ、**脳腫瘍との関係性や免疫システムを乱す可能性、肝臓にダメージを与え免疫力を低下させる心配**がある。



4

タール色素 (合成着色料)

(赤色2号、3号、40号、102号、104号、105号、106号、黄色4号、5号、緑色3号、青色1号、2号)

菓子パン、キャンディ、かき氷シロップなどに使われ、この化学構造や動物実験の結果から、いずれも**発がん性や催奇形性（胎児に障害をもたらし毒性）**の疑いがもたれている。



5

亜硫酸ナトリウム
(漂白剤)

甘納豆、ドライフルーツ、コンニャク粉、ワインなど、見た目をよくするため食品の漂白剤としてよく使われる添加物。**毒性が強く、人間の場合は4グラム飲むと中毒症状が現れる**という。



6

安息香酸ナトリウム

清涼飲料水、栄養ドリンク、マーガリン、醤油などに使われ、細菌やカビなどいろいろな微生物の繁殖を抑える保存料。**毒性があるため食品に添加できる量は規制されており、長期間の摂取は不安を覚える添加物**である。また、ビタミンCと反応して白血病を引き起こす原因物質に変化する可能性も。



添加物のこわ〜い話

合成着色料で子どもがキレル！？

イギリスでは一部の合成着色料を使った食品について「子どもの活動や注意力に悪影響を与える可能性があります」と表示されているものがあります。イギリスの食品基準庁は、研究でこれらを摂取した子どもに多動性行動が見られたという報告を受け、この表示を義務化しました。この表示対象となった合成着色料には、現在日本でも使われているものがあります。

コンビニ食で豚の流産、奇形の子豚！？

10年ほど前、福岡県の養豚農家で死産が続いたことがありました。やっと生まれてきた子豚も奇形だったり、虚弱ですぐに死んだりしたのです。羊水はコーヒー色。農場主は豚の妊娠期間中、三食すべてコンビニの廃棄弁当を与えていました。慌てて元の穀物に替えたところ、お産は元に戻ったようです。

最後に...

成分表示を見る習慣をつけよう！



毎日口にするもの、特に子どもに与える食事は「少しでも安心安全なものを選びたい」と思われている方が多いでしょう。安全性が疑問視される添加物は、食べてすぐに体に症状は出ません。むしろ、微量でも日々蓄積されることで将来的に健康へ影響する可能性があるのです。スーパー、コンビニなどで食品を選ぶとき、**まずは手を返して裏の成分表示を見てください！**何が使われているのか知ることからやってみましょう。



海の精商品と雑穀 販売中



あらしお

240g ￥670 (税込み)



◇産地・原料・製法がちがう！

美しい自然に囲まれた伊豆大島にある製塩場所、黒潮が運ぶ清らかな海水だけを原料に、日本伝統の製塩法を継承しつつ、独自の工夫を加えて塩づくりをしています。

※一般に国産塩と思われる塩でも、外国産塩を原料として、国内で再生産した塩が多くあります。

◇成分・味が違う！

成分は塩化ナトリウムだけでなく、マグネシウム、カルシウム、カリウムといった少量微量の元素を含んでいるので、ただ塩辛だけでなく、ほのかな甘さや旨さ、コクやキレがあり、料理に使うと素材の甘味や旨味を引き出します。

旨しぼり醤油

1L ￥2200 (税込み)



◇こだわりの原材料

＊稀少な国産有機の大豆と小麦＊

国内の契約農家で栽培し、有機JAS認証を受けた大豆と小麦です。

現在、日本で消費されている大豆や小麦のほとんどは外国からの輸入品です。国産有機の大豆は、国内消費量のわずか0.032% (2017年) です。

＊伝統海塩「海の精」＊

ニガリ成分をバランスよく含んだ「海の精」が、乳酸菌や酵母菌に働きかけ、まろやかな塩味と奥深い旨味や甘味をもたらします。

玄米味噌・麦味噌

1kg ￥1700 ￥1660
(税込み) (税込み)



◇決め手は伝統海塩「海の精」！

高塩調味料である味噌の味の基本を決めてしまうのは、実は「塩」！

海水由来のニガリ分を含んだ伝統海塩「海の精」は、味噌に奥深くまろやかな塩味を与えてくれます。

◇こだわりの原材料！

国内の契約農家で特別栽培(※)された丸大豆と大麦や玄米を使用。

もちろん残留農薬はありません。ポストハーベストや遺伝子組み換えの心配のある原料は使っていません。

(※) 慣行栽培の5割以上農薬を削減して栽培。

神の前オリジナル ブレンド雑穀

450g ￥1300 (税込み)



◇岩手県産の雑穀を神の前オリジナルブレンド

葛巻町の小倉商店さんの雑穀5種を神の前オリジナルの配合でブレンドし販売しています。おいしい雑穀ご飯の炊き方レシピもお渡しします！

◇離乳食後期の赤ちゃんからお年寄りまで

鉄分豊富なアワ、身体を温めてくれるヒエ、メタボ予防に効果的なもちキビ、きれいな肌を作る高キビ、抗酸化力が高い黒米の五穀ミックスで嬉しい栄養がたっぷり。