

食品添加物のこと

食品添加物は
役割や目的があって使用されます

～役割や目的の例～

保存性向上

カビや細菌などの発育を抑制し、食中毒を予防する



嗜好性向上

食品に甘味や風味を加えて、おいしくする



栄養素強化

ビタミン、ミネラルなどを補強し、栄養価を高める



食品製造に必要

豆腐を作るための「にがり」や、中華麺の「かんすい」



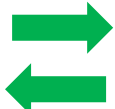
使用される食品添加物は

「人の健康を損なうおそれがない」と国が認めたものです

消費者庁

成分規格・使用基準の設定／国民一人当たりの摂取量調査などによる安全性の確保

評価依頼
結果通知



内閣府

食品安全委員会

科学的にリスクを評価する



実際に食べる量は、食品安全委員会が設定した、一日摂取許容量(ADI)よりもさらに少ない量なので、安全です。

食生活や情報入手のポイント

✓主食、主菜、副菜を基本とした
バランスのよい食事を心がけましょう

食品添加物を避けたいあまりに、偏った食事を摂り続けると健康を損なうことにつながります。

食品添加物は、現代の豊かな食生活に寄与しています。便利な加工食品なども活用しながら、バランスのよい食生活を送りましょう。

✓食品表示や公的機関の情報を
確認しましょう

加工食品であれば、使用されている食品添加物名は食品の容器包装の原材料名欄または添加物欄に表示されています。

また、食品添加物に関する情報については食品安全委員会、消費者庁などの公的機関の情報を確認しましょう。