



「お母さんになるあなたと周りの人たちへ」公開

厚生労働省の「日本人の食事摂取基準」が2020年版に改訂され、また厚生労働省の「妊娠前から始める妊婦のための食生活指針」が2021年3月に改正されたことを受けて、2009年より作成していた「お母さんになるあなたへ」というリーフレットを見直し、その更新版を公開しました。

「避けるべきものを避け、それ以外は加熱・手洗いなど食中毒予防の基本をおさえましょう。同じものを食べ続けたりせず、いろいろなものをバランスよく食べましょう。」がキーマッセージです。

当委員会には、食品添加物や農薬を心配される母親の声も寄せられていることから、食品添加物と農薬の安全性の確保に関する解説や、食品安全の問題は摂取する量が重要であることも掲載しています。

また、本リーフレットのトピックスから、特に注意すべき点についてわかりやすく解説する動画

「気をつけたい妊娠中の食事」として、(1)生ハム、加熱していないナチュラルチーズなど、(2)加熱不十分な肉〔寄生虫(トキソプラズマ)〕の2本を公開しました。リーフレットと合わせてご覧ください。

以下のURLまたは右のQRコードより記事の参照およびPDF版のダウンロードが出来ます。

<https://www.fsc.go.jp/okaasan.html>



英文電子ジャーナル



食品安全委員会は、四半期毎に、英文電子ジャーナル「Food Safety」を発行しています。英語で、食品安全に関する各種論文や、食品安全委員会が取りまとめた食品健康影響評価の内容等を掲載しています。

英文電子ジャーナル「Food Safety」
https://www.fsc.go.jp/food_Safety_official_journal.html



食品の安全性に関する知識・理解を深めていただくために

食品安全委員会では、食品の安全性に関する知識・理解を深めていただくために様々な形で情報発信を行っています。

食の安全
ダイヤル

☎ 03-6234-1177

10:00~12:00 / 13:30~17:00 (土・日・祝日、年末年始を除く)

ホームページ <https://www.fsc.go.jp/>

食品安全委員会

メール窓口 <https://form.cao.go.jp/shokuhin/opinion-0001.html>

ホームページ



メールマガジン



<https://www.fsc.go.jp/e-mailmagazine/>

Facebook



<https://www.fsc.go.jp/sonota/sns/facebook.html>

Twitter



<https://www.fsc.go.jp/sonota/sns/twitter.html>

ブログ



https://www.fsc.go.jp/official_blog.html

YouTube



<https://www.fsc.go.jp/visual/youtube.html>