

「食の安全ダイヤル」に寄せられた質問等(平成19年9月分)について

(1) 問い合わせ件数

平成19年9月1日～平成19年9月30日

63 件

(2) 内訳

食品安全委員会関係	7 件
委員会組織・運営	1 件
リスクコミュニケーション	1 件
広報・ホームページ・メールマガジン	5 件
食品の安全性関係(注1)	11 件
化学物質系	4 件
新開発食品等	6 件
その他	1 件
食品一般関係(注2)	42 件
化学物質系	13 件
生物系	1 件
新開発食品等	3 件
衛生関係	13 件
食品表示関係	8 件
その他	4 件
その他	3 件

注1) 食品の健康影響評価に関する事、ファクトーシートの内容に関する事等、主として
食品安全委員会の行う科学的評価に係る事項

注2) 食品一般に関する事項及び表示や衛生管理等、主としてリスク管理に係る事項

(3) 問い合わせの多い質問等

【食品の安全性関係】

Q. ビタミンAの過剰摂取による影響について教えてください。

A. ビタミンA 過剰症には、急性と慢性の症状があり、急性の中毒症状としては、腹痛、悪心、嘔吐、めまいなどの後、全身皮膚落屑（らくせつ）がみられます。慢性の中毒症状としては、全身の関節や骨の痛み、皮膚乾燥、脱毛、食欲不振、体重減少、頭痛などが起こります。そのほかには、催奇形性、骨粗しょう症も知られています。

ビタミンAの過剰摂取は、それを含有する薬剤を大量に服用するか、含有量の多い動物性食品を多量に食べることで起こることがあります。

なお、妊娠3ヶ月以内または妊娠を希望する女性については、胎児への影響を考え、妊婦の推奨量を超えるような過剰摂取をしないよう、特に注意が必要です。

また、ビタミンAの不足による健康障害も知られていますので、バランスよい食事を心がけることが必要です。

食品安全委員会では、平成18年9月、ファクトシート（科学的知見に基づく概要書）「ビタミンAの過剰摂取による影響」を公表しておりますので、詳細についてはファクトシートをご参照ください。

<http://www.fsc.go.jp/sonota/factsheet-vitamin-a.pdf>

ビタミンAは、人の視覚、聴覚、生殖等の機能維持、成長促進、皮膚や粘膜などの保持、たんぱく質合成等重要な役割に關与する脂溶性ビタミンの一つです。ビタミンAの主な供給源は、ビタミンAそのものを含む動物性食品や、体内でビタミンAに変換されるカロテン含有量の高い緑黄色野菜で、多く含まれる食品には、「鶏レバー」、「豚レバー」、「ニンジン」、「ホウレンソウ」などがあります。