

「食の安全ダイヤル」に寄せられた質問等(平成27年3月分)について

(1) 問い合わせ件数

平成27年3月2日～平成27年3月31日 63 件
(うち、放射性物質関連 0 件)

(2) 内訳

項目	件数	主な内容
① 食品安全委員会関係	3 件	
委員会	0 件	
リスクコミュニケーション	3 件	パブコメ(2 件)、季刊誌送付(1 件)
基本法	0 件	
② 食品健康影響評価関係	17 件	
評価全般	0 件	
化学物質系	13 件	食品添加物(5 件)、農薬(3 件)、器具・容器包装(2 件)、トランス脂肪酸(1 件)、ビタミンA(1 件)、硝酸体窒素(1 件)
生物系	3 件	豚肉の生食(2 件)、リステリア(1 件)
新食品	1 件	大豆イソフラボン(1 件)
プリオン	0 件	
その他	0 件	
③ 食品一般(リスク管理等)関係	41 件	
化学物質系	13 件	食品添加物(5 件)、トランス脂肪酸(3 件)、農薬(2 件)、メチル水銀(1 件)、器具・容器包装(1 件)、洗浄剤(1 件)
生物系	3 件	リステリア菌(1 件)、コリネ菌(1 件)、鳥インフルエンザ(1 件)
新食品	6 件	健康食品(3 件)、遺伝子組換え食品(3 件)
プリオン	0 件	
衛生関係	15 件	安全性(4 件)、輸入食品(2 件)、衛生管理(2 件)、食中毒(2 件)、異物混入(2 件)他
食品表示関係	3 件	原産地表示(2 件)、栄養成分表示(1 件)
その他	1 件	
④ その他	2 件	

(参考) 問い合わせ件数推移

H26 年										H27 年		
3 月	4 月	5 月	6 月	7 月	8 月	9 月	10 月	11 月	12 月	1 月	2 月	3 月
54	62	55	54	89	49	65	59	56	52	56	48	63

(3) 主な質問とその回答

○食品健康影響評価関係

【ビタミンA】

・現在妊娠中であり、ビタミン剤を飲んでいるが、その中にβ-カロテンが含まれている。ビタミンAの過剰摂取による胎児への影響の話聞き、心配である。

⇒β-カロテンはビタミンAの前駆体であるが、ビタミンAが体内に過剰に存在する時には、β-カロテンを経口摂取しても、ビタミンAには変換されず、そのまま主に脂肪細胞に貯蔵されるか、もしくは排泄される。なおビタミンAは脂溶性ビタミンであり、脂肪とともに小腸粘膜の上皮細胞から吸収され、肝臓に貯蔵される。

ビタミンAの過剰摂取について問題となるのは、サプリメントによる過剰摂取である。過剰摂取というのは、サプリメントとして毎日多量のビタミンAを摂ったり、偏った食生活を送ることであり、そのような食生活でなければ心配する必要はないので、バランスのよい食事を心がけていただきたい。

当委員会ホームページ内の「お母さんになるあなたへ」や、国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所の「妊娠中の食事とサプリメントについて」にQ&Aが掲載されているので、参考にさせていただきたい。また、妊娠中の栄養面についてさらにご心配であれば、かかりつけの医療機関の医師や栄養士などにご相談下さい。

【大豆イソフラボン】

・毎日、豆乳 200mlにきな粉を加えて飲んでいるが、過剰摂取は体によくないと聞いた。どれ位摂取すると危険なのか知りたい。

⇒当委員会では、一般食品からの摂取も含めて、大豆イソフラボンとして70~75 mg/日を安全な摂取目安の上限値として示している。大豆食品からの大豆イソフラボンは、その化学構造が女性ホルモン（エストロゲン）と類似しており、健康影響が考えられるが、ヒトに対する健康影響は研究段階である。

豆腐一丁で70mg程度含まれ、納豆、味噌などの昔から食べられている食品から摂る場合には特に問題はない。濃縮イソフラボンを添加している豆乳や、カプセル形態の健康食品を飲む場合は過剰摂取に繋がる恐れがあり、豆乳も一度に多くの量を飲めてしまうので注意が必要である。飲まれている豆乳の表示を確認し、上限目安を参考にさせていただきたい。また、当委員会や厚生労働省、農林水産省のホームページにも情報が掲載されているので、参考にさせていただきたい。