

## 食品安全委員会委員と消費者団体との情報交換会（第3回）

1. 日時 : 平成25年7月25日(木) 10:00~12:00
2. 場所 : 食品安全委員会 委員長室
3. 出席者 : (敬称略)

(消費者団体)

主婦連合会 会長	山根 香織
(一社)全国消費者団体連絡会 事務局長	河野 康子
全国地域婦人団体連絡協議会 事務局次長	長田 三紀
日本生活協同組合連合会 執行役員	山内 明子

(食品安全委員会委員)

熊谷委員長、佐藤委員、山添委員、三森委員、上安平委員

(食品安全委員会事務局)

姫田事務局長、本郷次長、磯部評価課長、山本評価課長、植木情報・  
勧告広報課長、篠原リスクコミュニケーション官 他

### 4. 議 事

- (1) 事務局長挨拶
- (2) 出席者紹介
- (3) 「食品安全委員会の活動状況」
- (4) 「私達のからだに入るもの」
- (5) 質疑応答、意見交換会
- (6) 委員長閉会挨拶

### 5. 意見交換の主な発言 (○: 消費者団体側発言 ●: 委員及び事務局側発言)

○: 今回のお話の結論は、バランスの良い食事が大事ということであるが、油の多いものをおいしいと感じる人が多く、外食、中食では油の多いものが多いことから、高血圧や肥満などのリスクがあるが、節制しようとするより、脂肪がつきにくい、燃焼するなどをうたった健康食品や機能性食品に頼る風潮があり、何とかしたいと思っている。

○: 自分自身が健康診断で高脂血症と診断されており、今回の講義で、体質的にコレステロールを取り込みやすいのかな、気を付けようと思ったが、日常生活で取り込んだ脂肪を出すために気を付けるようなことはあるか。

●: 脂肪は、“入る” “燃やす” “出す” のそれぞれの効率に個人差がある。“入る” を止めるとうたったジアシルグリセロールを含んだ商品は、理論的には正しかったが不純物が問題となった。治療薬では、脂肪酸をβ酸化して、エネルギーに変化させるものが多い。トリグリセロールは、燃やすかリン脂質に変えて胆汁から排泄するかのどちらかであるが、胆汁として排泄を促すよ

うな治療薬はみあたらない。

○：脂肪がつきにくいなどの広告は本当なのか。

●：ある条件下で実験すれば、効果が出るが、日常生活にそのまま適用できるかは消費者側が判断しなければならない。

○：トランス脂肪酸については、メーカーの努力により、製品全体からはかなり少なくなっているが、メーカーによって含有率に差があるが問題はないのか。

●：油をたくさん取る人にはリスクはある。

○：連続講座はよい取組であり、活動状況報告の中で触れてもよかった。今回のお話を聞いて、メーカー側が努力していることもありふつうの生活をしていれば、問題がないことがわかった。ただ、脂肪が2分の1のファットスプレッドを使用しても、物足りなくて量を2倍使用すれば一緒。お話の中で脂質に偏った生活について、スナックやファストフードのポテトフライとか、具体的に挙げていただくとイメージがつかみやすい。“燃やす”とは、運動のことかと思うが、20分以上運動をしなければ脂肪は燃焼しないと聞いたことがある。トランス脂肪酸があるからマーガリンが悪くて、不飽和脂肪酸が多いことから、バターが良いというわけでない。

●：トランス脂肪酸の話をする、一般には「ではそれ以外の脂肪酸は大量に摂取しても問題ないのだな」と思われる点が難しい。

○：バターとマーガリンとどちらがよいかという点は、主婦の間でよく話題になる。

●：バターとマーガリンはカロリーとしては変わりはない。ファットスプレッドはカロリー、脂質ともに少ない。どちらがよいというより、全体的に脂肪を減らすことがよい。農林水産省、厚生労働省が出している食事バランスガイドにもあるように、個々について考えすぎるとバランスが崩れてしまう。理想的な日本型食生活とは、和食に動物性食品、果物、乳製品を加えたもので、バランスよく摂取し、運動して燃やそう、というもの。TVなどでは、バランスよく、では面白くないので、特定の食品や栄養素を取り上げがちであるが。

●：運動など、体が緊急にエネルギーを必要とする時にはまず糖を使う。トリグリセリドを燃やすには一定の代謝処理が必要なので、ある程度の運動をしないといけない。

○：菓子パンなどの添加物として使用されているアルミニウムの規制に関して、5%の子供が取りすぎる可能性があるので規制する、との事であるが、その

食生活に驚いた。栄養表示に関しては、食品安全委員会はどのように考えているか。

- ：表示は消費者庁の管轄であるが、色々な団体等が様々な目的で表示を求めているため、表示スペースが限られている中、何かを表示事項として規定すれば別の面がマスクされて見えづらくなる、という事態にならないか心配。
  - ：食品と同じで、一つを表示すると他の面がおろそかになる可能性はある。カロリーや塩分などは除き、あまり表示しすぎると全体としての食事バランスが悪くなるのではないかと個人的には思う。
  - ：海外ではトランス脂肪酸や栄養表示が義務化されている国もあるが、例えば米国でカロリー表示があるからと言って国民すべてがスリムとなったわけではない。
- ：表示など、すべて行政が規制して解決するのは無理であり、受け取り手が勉強しなければいけないということ。
- ：脂肪摂取について WHO の目標が 1% で、米国、欧州等で 7% 摂取している国もあるようだが、いったい何を摂取すれば 7% という高い数値になるのか。
  - ：食生活、習慣がそもそも日本とは違い、ファストフード、ポテトフライだけではなく、たとえばベーコンを炒めた油を別の食品に使って料理したり、1日2食で、いわばドカ食いすることも一般的。アメリカの学校を経験したが、子供の給食でもピザなど油の多いものしか選択肢になかった。
  - ：昔は質素な食生活をしていたはずだが、やはり油は嗜好性が高いということだろう。一日一食がよい、という本も出ているようだが。
  - ：一般的にはお昼にしっかり食べ、夜は軽くとるのが理想的である。米国では平均を取っても、日本人の米（50kg）より大量の食肉を摂取しているようだ。
- ：連続講座について、食品の安全と管理措置がどうなっているのか興味があり、参加した。資料もお話も分かりやすかったが、企業のお客様相談室の方が多数参加されていたようで、リスクコミュニケーションの手法等を知りたいという目的で参加されていたように思う。主婦がターゲットであれば、内容はすごく良いと思うが、企業にとっては少し物足りなかったのかもしれない。また、最後の方のスライドを時間の関係で急いで話されたのがもったいなく、リスクの相対化について等も時間を取ってきちんと聞きたかった。ネットで文字情報は色々得られるが、先生の解説があるというのが大事、やり取りを聞くことも勉強になる。

- ：こちらとしては、企業の方が多く来られるとは想定しておらず、メーカーの関心に沿うものをと考えていたものではない。ターゲットとしては、主婦のオピニオンリーダー的な方に来ていただき、正しい知識をお持ちいただき、できれば得た知識を周囲に広げていただければ、と考えて始めたもの。食品に関する情報は、各論として各自が何らかのきっかけがあつて、知識を深めていくという方が多く、体系的な勉強はしていない、というニーズがあつたのではないかと思う。
- ：ターゲットを定めていたのであれば、敢えてターゲット外の方のニーズに沿う必要はないと思うが、コミュニケーションは大事だと思うので、場合によっては参加者同士の意見交換などがあつてもよいと思う。
- ：連続講座は映像を撮っているので、何らかの方法で情報提供を考えている。
- ：機能性食品の規制緩和に関して危機感を持っている。食品安全委員会はどう考えているか。
- ：例えば、長い食経験で安全とされている米などについて、評価はしていない。食品添加物や遺伝子組み換え食品は食品安全委員会で評価し、安全が確認されてから流通しているので問題ない。特保については、効果については評価していないが、安全性についてはきちんと評価し、用法用量を守れば問題ない。一方、特保以外のいわゆる健康食品については、効果については関知しないが、単一の物質を大量に摂取することに関して危険かもしれないことに留意すべきと考えている。
- ：農水産物に機能表示をするという案もあるようだが。
- ：育種的に例えばトマトのリコピンを増やす品種を開発する、等であれば、サプリメントのように単一の物質だけ強化されることはないので、リスクはないと考えられる。
- ：栄養表示では、繊維が多い、リコピンが多い等を表示するのであれば、5項目（エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、ナトリウム）についても表示しなければならないルール。農産物は収穫時期や生産者により成分にばらつきがあるので表示が難しいということではないか。また、余談ではあるが、農産物の機能表示といっても、どの農産物も何らかの機能をもっている。
- ：野菜に含まれるβカロテンは癌を予防するとされているが、βカロテンの大量投与実験では、実際には肺がんが増加したと言う報告がある。機能としては、βカロテンは体に良いが、摂取量によっては効果が異なる場合もある。野菜をどんなに頑張っても過剰摂取にはならない。カテキンについ

でも、サプリメントとして過剰摂取すると、肝障害になるリスクがある。もちろん日本茶に含まれているカテキンを飲んだ程度の量では全く問題はない。

●：牛乳はたくさん飲み過ぎてもカルシウム過剰にはならないが、カルシウム製剤は過剰に摂取すると結石などのリスクとなる。欠乏すると病気になる食品はあるが、摂取によって特定の効果がある、という食品は基本的にないのではないか。効果が実証されれば、医薬品となる。

○：連続講座の村田先生の講義を聴き、きちんと勉強して、正しい知識の下で食品を選ばないとお金ももったいないと感じた。食品の機能性については、効用ばかりに注目せず、摂取する量やバランスについて考えることが重要ではないか。

(以 上)