

## 食品添加物はなぜ嫌われるのか

群馬大学教育学部

高橋 久仁子

### <1>はじめに

食品添加物の"危険性"をことさらに強調する書籍が時に大ベストセラーになり、食品販売の場では「無添加だから安心」の宣伝を見かける。「一見、豊かな食生活も実は怖い食品ばかり。危険な食品添加物だらけの食生活でわれわれの健康は蝕まれている」と脅かされる一方で「食品添加物は現代の食生活になくてはならないもの。安全だから心配無用」とも説明され、まじめな消費者は悩む。

食品添加物の"危険性"を強調する情報には、論理の飛躍や誇張を駆使して消費者の不安を煽るものが少なくない。食品添加物に対する誤解ならびに"危険情報"を概観し、食品添加物がなぜ嫌われるかについて食生活教育の立場から考察したい。

### <2>食品添加物に対する誤解

**その1：**使用された食品添加物はすべて食べている。

食品の製造・加工または保存の目的で食品に使用されるものは、すべて食品添加物である。したがって製造、加工の段階で使われても、喫食段階で食品に残存するものと、しないものがあるということが理解されていない場合が多々ある。

**その2：**食品添加物はすべて特殊な物質。

食品添加物は天然・自然の食品には含まれない限りなく人工的な物質、という誤解がある。食品添加物の中にはアミノ酸や有機酸、ビタミン、無機塩類など、通常の食品成分が多々あることが理解されていない。

**その3：**食品添加物は有害なものばかり。

『食品添加物公定書解説書』には「急性毒性」「慢性毒性」等の記載があり、食品添加物の"有害性"を主張するとき、その数値がしばしば引用される。日常の食生活ではあり得ない大量投与による有害性であっても「危険きわまりない」との烙印が押される。「ある物質が有害であるか否かは量で決まる」ことが無視された論が展開される。

### <3>食品添加物はインチキ・ごまかしの道具になっているのでは、という危惧

基準に従った使用方法と使用量であるなら食品添加物は無害であるとしても、インチキやごまかしの道具に使われているのではなかろうか、という疑惑がある。低品質の原料食材を、巧みな食品添加物使用術で「高級加工食品」に生まれ変わらせる、あるいは数年・数ヶ月にわたる熟成期間が必要な加工食品を短期間でそれらしく仕上げてしまう、というようなことである。

実際、食品本来の味わいや香りを変えてしまうような食品添加物の使い方もある。例えば野菜の漬物類である。野菜と食塩と「時間」が醸し出す漬物本来の深い味わいは失いたくない伝統の一つであるが、現代の漬物産業は「食品添加物の力」によってこの味わいを消し去ろうとしているのではないか。食塩で漬け込んだ野沢菜は乳酸発酵し、その酸によって緑葉は黄変し、黄

色くなった野沢菜漬けは独特の風味を呈する。現在でも家庭で漬け込まれる野沢菜にはこの伝統が受け継がれているが、スーパーマーケットに並ぶ野沢菜漬けは食用色素と保存料のおかげで青々とした要冷蔵の薄塩の、従来の野沢菜漬けとは色も味も異なる“漬け物”と化している。かつて食塩と赤ジソだけで作られた梅干しも同様であり、タクアンなどの漬物全般にこの傾向がみられる。しかしながら、それを「インチキ・ごまかし」と受け止めるか、現代の「技術力の成果」とみなすかは人によって意見が分かれよう。食塩濃度の高い昔式の漬け物は体に悪い、薄塩の漬け物は野菜の摂取量を増加させるのに効果的という考え方もあるから、保存料・着色料・調味料使用・要冷蔵の漬け物を一概に非難はしないが疑問を感じる。

#### <4>フードファディズム：Food Faddism

食べものや栄養が、健康や病気へ与える影響を過大に信じたり評価することを「フードファディズム：Food Faddism」という。適正と過大の範囲を判断することは難しく、過小評価もまた問題ではあるが、体への好影響や悪影響をことさらに言い立てる論である。健康に関連する食の情報にはフードファディズムが多々紛れ込んでいる。

フードファディズムは以下のような3タイプ、すなわち、健康への好影響をうたう食品の爆発的な流行、食品・食品成分の“薬効”強調、食品に対する不安の扇動、などがある。食品添加物が危険だとする情報のほとんどはこのタイプのタイプと言えよう。

フードファディズムが蔓延する社会的条件として次の4項目が考えられる。十分過ぎる食料が供給されていること。食べるものが絶対的に不足する社会では、選り好みする余裕はない。過剰な健康指向や、健康であらねばならぬという「強迫」が存在すること。食料の生産や製造、流通に対して漠然とした不安や不信が漂っていること。大量の情報が提供され、論理的思考を厭う人々がたくさんいること。

現在の日本は、食料自給率自体はエネルギーベースで40%という危機的状況にありながら、世界各地からの輸入で市場に食品は満ちている。さらにマスメディアを介して食に関する情報が大量に提供されている。これら情報が、事柄の真偽を慎重に確かめた知見や見解では必ずしもないことがきちんと理解されていない。メディア情報を読み解くメディアリテラシーが未熟で、自分で考えることを面倒くさがる風潮も強く、フードファディズムが生まれ、はびこる条件が今の日本にはすべて揃っている。

#### <5>誰が食品添加物を“悪者”にしたいのか？

**その1：**“売れる情報”で稼ぎたい出版ビジネス。食品添加物をはじめとする“食の不安情報”は消費者の注目を集める“売れる情報”である。“社会正義”を振りかざす一部のライターが食品添加物を“悪者”に仕立てた本を書き、出版社がそれを出版する。

**その2：**「食品添加物不使用」をウリにしたい食の提供者。食品添加物に対する妥当な理解を消費者に訴えるのではなく、「無添加」商法にはしる。

**その3：**“食品添加物有害論”で加工食品利用に警鐘を鳴らそうとする学校教員。加工食品にどのような原材料が使われているかを考える「食品表示」の教育がなぜか、「食品添加物探し」になってしまっていることがよくある。

<6> 「食生活に気を使っている」人は食品添加物を避ける？

演者が96年に行った食生活に関する調査(2254人対象)において、回答者がふだん実行していることの選択肢項目に「食品添加物を使った食品を食べない」を挙げたところ、「食生活にとっても気を使っている」と答えた66人の56%、「かなり気を使っている」とした405人の46%が、さらに「少し気を使っている」とした1441人の22%がその項目を選んだ。「あまり使わない」とした254人で同項目を選んだのは7%であった。

「食品添加物を使った食品を食べない」とした人が食品添加物を明確に理解しているか否かは不明であるが、「悪い」といわれてるから「とりあえず嫌っておこう」という風潮は随所に感じられる。

つい最近の某新聞のコラムにも「今の世の中、『手間いらず』で食事をすませることはできる。だが、食品添加物など安全が疑わしい食材がはんらんしているのも、また事実」とあった。食品添加物を「とりあえず危険なもの」としておくことが「食生活をまじめに考えていること」の一つのポーズと誤解しているのではないかと思わせる文章である。

<7>おわりに

"食品添加物は危険なもの"との決めつけはもってのほかとして、"食品製造に不可欠のもの"との断定もいかなものか。"食品添加物有害論"派の誇張した言い方も問題であるが、すべてが必要不可欠というものでなかりう。

そもそも多様な物質群から成る食品添加物を一括して「いい、悪い」と論じようとすること自体、無意味なことである。

食品添加物が嫌われる理由は必ずしも「体に有害だから」だけではない。食品添加物の有用性に対する理解を広めるには「まやかしの道具ではない」ことの説明も必要と考える。

日本学術会議 公開討論会  
食品添加物を考える

食品添加物はなぜ  
嫌われるのか

群馬大学教育学部  
高橋久仁子  
2004年10月8日(金)



## 食品添加物に対する誤解

- ①使用された添加物はすべて食べている。食べる添加物と食べない添加物がある。
- ②添加物はすべて特殊な物質。  
アミノ酸、ビタミン、ミネラル、有機酸も添加物。
- ③添加物は有害なものばかり。  
「ある物質が有害であるか否かは量で決まる」  
ことの無視。



## 食品添加物を“悪者”に したいのは誰か？

- ①「売れる情報」で稼ぐ出版ビジネス：  
「食の不安情報」は「売れる情報」。
- ②「無添加」をウリにする「食」の提供者：  
「無添加」商法。
- ③「添加物有害論」を教える学校教員：  
加工食品や外食の過度な利用に注意を促す。





## フードファディズムの 3タイプ

- ①健康効果を騙る食品の大流行  
「紅茶きのこ」「酢大豆」「野菜スープ」「ココア」
- ②食品・食品成分の「薬効」強調  
いわゆる「健康食品」全般
- ③食品に対する不安の扇動
  - 食品添加物は毒である。
  - 黒砂糖は良い・白砂糖は悪い。不安扇動情報が不安便乗商法を太らせる



## フードファディズムが 蔓延する社会的条件

- ①過剰な食料供給。
- ②過剰な健康指向・健康「強迫」。
- ③食料の生産や製造、流通に対する漠然とした不安・不信。
- ④情報の過剰提供およびメディアリテラシーの欠如。





緑茶に多く含まれる「カテキン」が細胞内のDNAを傷つけ、がんを発生させる仕組みを、三重大学医学部の川西正祐教授（衛生学）のグループが突き止めた。これまで、カテキンは動脈硬化やがんを引き起こす物質の発生を抑えるなど、数々の「健康パワー」があることが知られているが、場合によっては負の役割も持っていることが示された。

## 緑茶カテキンで

緑茶ががん発症と関連がありそうなのは、疫学調査や動物実験で指摘されていたが、人間の細胞内でどう働いているのか、緑茶に含まれる約四十倍の濃度のカテキンを与えると、通常の状態に比べ一・五―二倍、DNAが傷ついたことを示した。

## DNA損傷

02.9.26

しているのかは分かっていなかった。研究成果は、名古屋市で開かれている日本癌学会で二十七日正式発表される。DNAが傷つくと細胞のがん化に結びつくことが知られている。川西教授らは、人間

### 濃度40倍で実験

研究グループは「通常の生活で飲む緑茶の量なら心配はいらないが、大量に摂取したときの影響を、さらに確かめる必要がある」としている。

## 「純正」を求める人々の懸念

基準に従った使用方法と使用量であるなら食品添加物は危険でないとしても、低品質の食品を高級品に見せかける道具に使われているのでは？

「インチキ・ごまかし」とみるか  
「技術力の成果」と考えるか

「食品添加物を使った食品を食べない」と  
答えた人の割合 (2,254人回答：1996年調査)

食生活へのあなたの配慮	人数	割合 %
気を使わない	82	6.1
あまり気を使わない	254	7.1
少し気を使っている	1441	21.7
かなり気を使っている	405	43.2
とても気を使っている	66	56.1

「食品添加物＝危険なもの」としておくことが  
「食生活をまじめに考えている」ことの「象徴」に  
なっているのでは



## 食品添加物への妥当な 理解のために

- ◎「食品添加物」を一括して「いい・悪い」と論じることの無理
- ◎使用基準の遵守
- ◎「まやかし」の道具ではないことの説明、消費者との合意。

