

普段の食事でADIを超えないのか!?

「ADI」とは意図的に食品に使用される物質について、一生毎日摂取しても健康への悪影響がないとされる一日あたりの摂取量の事です。食品添加物はADIに基づき食品ごとに使用量を定めることで安全性を確保しています。もしも食品添加物をADIまで摂取した場合どのくらいの量の食品を食べることになるのかみてみましょう。

例 体重50kgの人が使用基準上限までソルビン酸(*)を添加したハムを食べた場合…

※細菌の増殖を抑制する保存料

① 体重50kgの人のADIを求める

•ソルビン酸のADI…25mg/kg(体重)/日

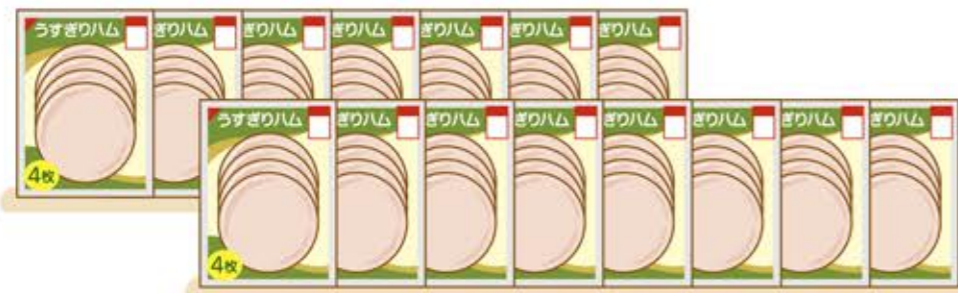
$$25(\text{mg}) \times 50(\text{kg}) = 1250(\text{mg})$$

② ①のADIをハムの量に置き換える

•ハムへの使用基準…1gあたり2.0mg以下

$$1250(\text{mg}) \div 2.0(\text{mg}) = 625(\text{g})$$

毎日625gのハム(スライスハム約60枚分)を食べても健康に影響が出ない計算になります。



結論!

普段の食事から、様々な食品をバランス良く摂取していればADIを超える心配はありません。

あんあんニュース

制作:食品安全推進委員会 監修:コープ北陸事業連合

コープ北陸は、富山・石川・福井の3生協で取扱う商品を企画する事業連合です。商品の仕入れや仕分けなどの事業機能を協働し3生協の力を結集することで、より安全・安心で、より安い商品の供給をめざしています。取扱い商品の安全確認業務も担っています。

食品安全推進委員会とは

組合員、学識者、コープ北陸役員からなる委員会です。コープ北陸の安全確認業務がしっかり行われているか、対応が適切かなどの監査を行っています。

組合員さんの声 Q & A

実際に安全政策部に寄せられた質問にお答えします!

Q ふじりんごの果肉が茶色く溶けたようになっていました。どうして?

A 蜜腐れによるものです。ふじりんごの蜜は、収穫から時間の経過とともに果肉の中に吸収され散っていきませんが、蜜が多いと全て吸収されず残った蜜は茶色く変色し、傷んでしまいます。産地では、出荷の際に光センサーでチェックし変色などがあるものは除去していますが、変色がごくわずかだとセンサーが感知しないことがあるため、出荷後に蜜腐れが進んだものと思われる。交換などの対応をさせていただきますのでお申し出ください。



あんあんくん 第70話 正しいマスクの外し方

