

安全なのに不安に思うのはなぜ？

2月28日(金)に石川東地域協議会で開催されたコープゼミナール「安全なのに不安に思うのはなぜ？」。参加者からは「知らないことが解決できた」「心配事が一気に安心へ変わった」などの感想が寄せられました。講演内容をギュッと絞ってお伝えします。



唐木 英明氏
東京大学名誉教授
食の信頼向上をめざす会 代表

私の食卓は安全なの？

食品添加物や農薬が怖いから、添加物不使用や無農薬のものを選んでいるわ

日本では食品の安全を守るための法律や仕組みで守られています



まずは食品の安全は守られていることを知る

法律

食品安全基本法、食品衛生法、農薬取締法など。

行政が監視指導する

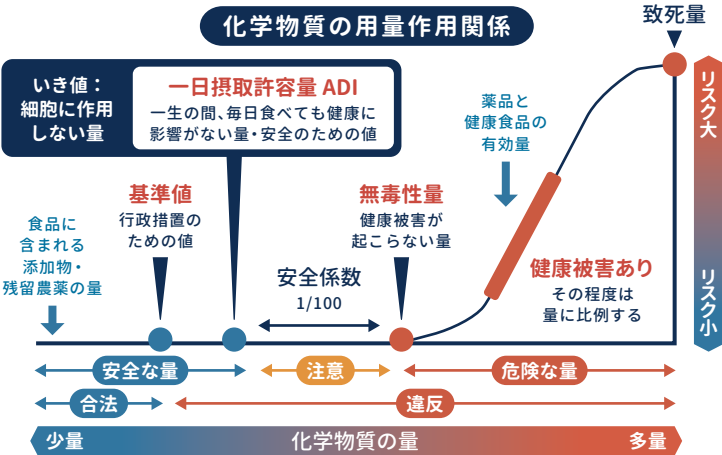
保健所などの行政機関が、法律をちゃんと守っているかを監視する。

一日摂取許容量 ADI

添加物の基準。人間が一生の間、毎日食べても健康に影響がない量を定めている。

HACCP

食品関連事業者が原材料の入荷から製品の出荷までの工程の中で安全を守るための義務化された衛生管理の手法。



「危ない」ばかり目にするのはなぜ？

でもSNSでは不安になる情報ばかり目にしてしまっただけで不安になるの

危険な情報を聞き逃すまいとするのは人間の本能なんです



人間には危険を逃れるための本能があり、正体が分からないものも危険と判断しリスクをゼロにすべきと判断してしまう。

「危険」という情報ばかりを見ているとそれが正しいと判断して確信してしまい、先入観となってしまいます。



どの情報を信じる？

実はSNSには事実とは違う「危険」という情報があふれているのですよ



じゃあ、どの情報を信用すればいいの？

誰が発信している情報かを知ろう

科学者たちのきちんとしたデータに基づいて出される行政の情報発信や新聞、テレビの情報は信用できます。

SNS

事実確認をしていない誰でも自由に発信できる

科学的なデータに基づいていないものもあり、偽の情報も。



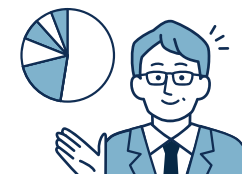
新聞・テレビ

編集者が事実確認信頼できる



行政・専門家

科学的な事実に基づいた情報を発信最も信頼できる



それでもイヤなのはなぜ？

理屈は分かったけどやっぱり添加物はイヤなんです



感情的理解と論理的理解をトータルして理解しないと納得にはつながりません



感情的(本能的)判断

- 情報がなければ感情的判断になる
- 信頼できる関係が深いほど感情的な理解が深まる

理屈は分からないけどこれがいい!
感情的理解



論理的(理性的)判断

- 情報が多いと論理的理解が高まる
- 情報元が信じられなければ疑念がわく

理屈は分かるけどそれ本当?
論理的理解



理屈は分かった! しょう!
総合的理解

信頼と正しい情報が揃って
納得 につながる

まとめ 不安をなくすには

- ① 食品の安全を守る法律による規制や仕組みがあることを知る
- ② 安全なのに不安に思う理由を知る。危険を避ける本能や先入観、情報の偏りなど
- ③ 不安解消の方法を知る。正確な情報や事実の確認などの信頼の確保

講演動画 期間限定公開! 講演 安全なのに不安に思うのはなぜ?

石川東地域協議会主催コープゼミナールで話された唐木先生の講演内容を視聴できます。

【視聴期間】
2025年5月27日(火)～6月30日(月)

