

今気になること

無添加って？

「無添加」と表示されている加工食品や日用品を見かけると、どのようなイメージを持ちますか？「品質が良さそう」「カラダに良さそう」と感じ、「保存料・着色料・甘味料・酸化防止剤などが添加されていない」と思いがちです。そもそも無添加と書かなければならない背景とはなんでしょね。そして本当に安全でしょうか。日本では「含有量の多い3番目まで、かつ重量比5%以上の場合のみ表示」「途中で分解されれば表示しなくてよい」など、添加されていても一定の要件下においては、表示する義務がないのです。



昨今は、保存料などの添加物に不安を感じている消費者が増え、売り上げに影響することを懸念してか、生産者は「pH調整剤」なるものを添加しているケースが増えています。これは、食品の腐敗を抑える添加物（クエン酸、フマル酸、重合リン酸塩など）を少量ずつ配合した、言わば「日持ち向上剤」なのです。「pH調整剤」として一括表示しているので、消費者は具体的な添加物名がわかりません。

そして、ここ数年非常に目立っているのは、「調味料（アミノ酸等）」という一括表示をしているケースです。一般的に、「調味料（アミノ酸等）」と食品表示があれば、グルタミン酸ナトリウムなどの複数の化学調味料が含まれています。最近では、これにリン酸塩を加えることが多くなっているそうです。リン酸塩の過剰摂取は、ヒトの腸管から血液中へのカルシウムの吸収を妨げてしまうそうです。このように何種類もの化学調味料を入れても「調味料（アミノ酸等）」という一括表示で済ませられるわけですね。

現代は、お茶にもアミノ酸という時代です。お茶にはもともと自然のアミノ酸が含まれていますが、多くの人が化学調味料の味に慣れているので、その味がプラスされると、反射的においしいと感じてしまう。それでお茶をそういう風にしてしまっているそうです。あらゆるものにグルタミン酸ナトリウムなどの化学調味料が入っているのに表示されていないのです。健康に関する情報は、溢れかえるばかりですが、本当に必要な表示を隠すことに必死であるとは皮肉なものですね。

