

食

品

添

加

物



北海道立消費生活センター

1. 食品添加物とは

食品衛生法第4条では、添加物は次のように定められています。

“食品の製造の過程において又は食品の加工若しくは保存の目的で、食品に添加、混和、浸潤その他の方法によって使用するもの”

次のような効果が得られる物質です。

- ・味を調える
- ・長期保存を可能にする
- ・色や香りをつける
- ・栄養成分を加えて栄養を強化する など

次のように分類されます。

食品添加物	品目数	条件
指定添加物	472 品目 (品目が決められています)	安全性と有効性が確認され、国が使用を認めたもの
既存添加物	357 品目 (品目が決められています)	我が国においてすでに使用され、長い食経験があるものについて、例外的に使用が認められているもの
天然香料基原物質	約 600 品目例示	植物、動物を起源とし、着香の目的で使用されるもの
一般飲食物添加物	約 100 品目例示	通常、食品として用いられるが、食品添加物として使用されるもの

(添加物の品目数は 2021 年 11 月調べ)

2. 主な食品添加物の使用例

種類	表示されている主な食品添加物	用途
ハム	発色剤(亜硝酸ナトリウム) 調味料(アミノ酸等) ポリリン酸ナトリウム 保存料(ソルビン酸)	肉の色を保つ 味を調える 結着剤としての肉の組織を改良する 腐敗を抑える

種類	表示されている主な食品添加物	用途
アイスクリーム	グリセリン脂肪酸エステル、レシチン(乳化剤) 安定剤(カロブیینガム) バニラ香料 着色料(β -カロテン)	乳脂肪等を均一に混ぜる 形を保ち、舌触りを良くする 特有の香りを付ける 自然の色を補う

種類	表示されている主な食品添加物	用途
梅干(調味梅干)	調味料(アミノ酸等) 酸味料 着色料(シソ色素) ビタミンB	塩分を少なくする代わりに味を調える 酸味(すっぱさ)を調整するために加える 梅干の赤い色を付ける 日持ちを向上させる

3. 表示の原則

原則的に、使用したすべての食品添加物が食品中の添加物に占める重量の割合の高いものから順に「物質名」で食品に表示されています。

4. 表示例

名称	菓子
原材料名	小麦粉(国内製造)、砂糖、植物油(大豆含む)、鶏卵、アーモンド、バター、異性化液糖、洋酒、でん粉
添加物	ソルビトール、膨張剤、香料、乳化剤、着色料(カラメル、カロテン)、酸化防止剤(ビタミンE、ビタミンC)

『添加物』表示部分 緑の部分

- ①「原材料名」と「添加物」それぞれに事項名を設ける
- ②原材料名欄に「原材料」と「添加物」を/や改行などにより明確に区分

『一括名』で表示可 ピンクの枠

まとめて表示している場合があります

複数の添加物の組み合わせで効果を発揮することが多い食品添加物や、食品中にも通常存在する成分と同じ食品添加物は、物質名の代わりに一括名で表示することができます。

【表示が認められている一括名】

イーストフード、ガムベース、かんすい、酵素、光沢剤、香料、酸味料、チューインガム軟化剤、調味料、豆腐用凝固剤、苦味料、乳化剤、水素イオン濃度調整剤、膨張剤

『用途名併記』 青の枠

使用目的や効果も一緒に表示されます

使用目的や効果を表示するほうがわかりやすいと考えられるものは、「調味料」や「保存料」等の使用目的や効果が一緒に表示されません。

【併記が必要な用途名】

甘味料、着色料、保存料、増粘剤、安定剤、ゲル化剤、酸化防止剤、発色剤、漂白剤、防かび剤又は防ばい剤

『加工助剤・キャリアオーバー・栄養強化の目的で使用される食品添加物』 表示不要

最終的に食品に残っていない食品添加物や、残っていても量が少ないために効果が発揮されない食品添加物については、表示しなくてもよいことになっています。

5. 「人工」「合成」とは表示されません

2020年(令和2)7月16日、食品表示基準の改正により、一括表示欄の食品添加物の用途名表示に「人工」又は「合成」を冠した表示ができなくなりました。

旧	新
甘味料、人工甘味料又は合成甘味料	甘味料

また、消費者庁では、2022年(令和4)3月30日に、「食品添加物不使用」・「無添加」表示等に関するガイドラインを策定しました。ガイドラインでは、何が無添加なのかあいまいな表示や、健康、安全と関連づける表示、過度に強調されている表示など、注意すべき食品添加物の不使用表示を10類型に分け、消費者が正しい商品の選択ができるよう、具体的事項を取りまとめました。

6. 「量」について考えよう

全ての食品は化学物質で構成されています。食品を食べることで人の体内に入った化学物質は、体の動きによって分解されたり、尿と一緒に外へ出るなどふつうは体内にたまり続けることはありません。しかし、摂取量が一定量を超えると体に悪影響が現れます。

どのくらいの量なら体に悪影響を与えないか、その量は化学物質ごとに異なります。それぞれに「健康に悪影響を及ぼさない量」、つまり「許容量」があります。

食品添加物や農薬にはADI※が設定され、それらが実際に使用される時の基準値は、摂取量がADIを超えないよう設定されています。

ADI (許容一日接種量)	人が一生にわたって毎日摂取し続けても、健康上の問題が生じないとされる量
-------------------------	-------------------------------------

※ ADIはAcceptable Daily Intakeの頭文字をとった言葉です。ADIは一日当たり・体重1kgあたりの量(mg/kg/体重/日)で表します。

出典:「科学の目で見る食品安全」(内閣府 食品安全委員会)P4~P5を一部加工して作成

道民の消費生活の安定と向上のために

北海道立消費生活センター案内

北海道立消費生活センターでは、消費者トラブルに関する相談を受け付けている「消費生活相談」のほか、消費者の苦情などによる生活用品の品質や食品の安全性を確かめる「商品テスト」を行ったり、消費生活に関する消費者教育啓発講座を開催しています。また、施設見学も随時受け付けていますので、お気軽にご利用ください。

北海道立消費生活センター 受付時間 平日/午前9時~午後4時30分
相談専用電話 050-7505-0999

消費者ホットライン 188 「嫌や!」泣き寝入り お近くの消費生活相談窓口をご案内

消費者被害防止メルマガ 北海道のメールマガジン [ホットな]関連情報配信中!

発行:北海道環境生活部くらし安全局 消費者安全課



北海道消費者教育PRキャラクター「かしこしか」

編集・発行 北海道立消費生活センター (指定管理者: 一般社団法人北海道消費者協会)
〒060-0003 札幌市中央区北3条西7丁目北海道庁別館西棟
TEL 011-221-0110

参考文献 「食品添加物表示に関するマメ知識」(消費者向け)(消費者庁)より加工して作成

(https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/food_sanitation/food_additive/assets/food_labeling_cms204_210408_01.pdf)

「科学の目で見る食品安全」(令和3年3月更新版 内閣府 食品安全委員会)より一部加工して作成

(https://www.fsc.go.jp/kids-box/foodkagakume/kagakume_1_8.pdf)

2022年7月作成

