

第2回「食と健康の未来フォーラム」開催レポート

テーマ:豊かでサステナブルな食生活のために ～食品添加物についてみんなで考えよう～

味の素株式会社(社長:西井孝明 本社:東京都中央区)は、皆様が常に正確な知識と情報を得られるよう、食と健康に関するリスクコミュニケーションを推進し、相互理解を深めながら安心して暮らせる豊かな社会づくりへ貢献していくことを目指し、9月1日(水)19時よりオンラインにて第2回「食と健康の未来フォーラム」を開催しました。

今回は、『豊かでサステナブルな食生活のために～食品添加物についてみんなで考えよう～』と題し、各界の有識者がパネリストとして登壇し、のべ2,700人を超える視聴者の皆様と、クイックアンケートやチャットを通じ食品添加物の不安や有用性、客観的な情報を選択することの重要性について意見交換を行いました。チャットでは3,000件以上の意見が寄せられ、食品添加物、食の安全への関心の高さが伺われました。

■開催概要

タイトル:第2回「食と健康の未来フォーラム」

テーマ:豊かでサステナブルな食生活のために～食品添加物についてみんなで考えよう～

日時:2021年9月1日(水) 19:00～21:00 ※オンライン配信

■登壇者

モデレーター:下村 健一氏(令和メディア研究所主宰、インターネットメディア協会リテラシー部会担当)

パネリスト:

唐木 英明氏(東京大学名誉教授、公益財団法人 食の安全・安心財団理事長)

齊藤 俊二氏(株式会社セブン-イレブン・ジャパン QC・物流管理本部 QC 部総括マネジャー)

西井 孝明(味の素株式会社 取締役 代表執行役社長)

ゲスト①(20代女性モデル)

ゲスト②(20代男性タレント、一児の父)

開会挨拶

～皆様と対話を重ね、食品添加物についてさらに議論を深めたい～



西井孝明(味の素株式会社
取締役 代表執行役社長)

食と健康の課題、あり方については様々なテーマがある中で、昨年に引き続き今年も食品添加物をテーマにいたしました。

昨年度の事後アンケートでは1割強の方が、食品添加物の安全性について理解でき、考え方が変わった一方、不安が解消されない方が3割強いらっしゃいました。よって、主催者として今一度、食品添加物をテーマとし、不安の背景、さらには安全性だけでなく有用性まで議論し、一緒に理解を深めていきたいと考えています。今年は、皆様との対話を重視しチャットでのご参加もできるようにいたしました。フォーラム後にはより多くの方の不安が払拭され、皆様の食生活が豊かになることを願っております。

第一部

～食品添加物をめぐる不安はどこからくるのか～

下村健一氏(以下、下村):まず、前回のアンケートを振り返ります。食品添加物の安全性について、フォーラム前には安全性に不安があったが、後には安全だと思ったという、意識が変わった方が14%ほどいました。一方で、安全性について理解はできたが、まだ不安が残っているという方が22%、安全性自体に疑問が残っているという方が12%いらっしゃいました。

さらに、食品添加物などの「無添加」表示についても、終了後でも25%の方が、「無添加」「不使用」表示を意識して購入する、と回答しています。

■開会直後の視聴者クイックアンケート

Q1:食品添加物についてどの程度ご存じですか？

1. 主な食品添加物の用途や役割まで知っている 42.5%
2. 保存料や酸化防止剤など、名前くらいは知っている 47.7%
3. あまり知らない 10.8%

(n=704)

Q2:食品添加物に不安を感じますか？

1. 不安を感じる 44.2%
2. どちらともいえない 29.6%
3. 不安は感じない 26.2%

(n=713)

■チャットコメント(一部抜粋)

- ・体内に蓄積されないのか
- ・食品添加物は危険なものだから成分表記されているのでは
- ・危険だから摂取量が決められているのでは

論点1:そもそも食品添加物って？

食品添加物は加工食品に必ず必要なもの

現在の食生活に寄り添い、暮らしを豊かにしている

下村:昨年のアンケートでは、不安の一因としてそもそも食品添加物が何か分からない、という声がありました。

唐木英明氏(以下、唐木):食品添加物は目的を持って食品に加えるもので、偶然に混入する農薬や汚染物などは食品添加物ではありません。食品添加物の主な目的は加工食品を作るため、具体的には4つの役割があります。①食品の製造または加工のため、②食品の品質を保つため、③食品をおいしくきれいにするため、そして④栄養価を高めるためです。食品添加物のおかげで、全国どこのスーパーやコンビニでも同じ品質の加工食品を手軽に購入できるのです。食品添加物がなくなったら、加工食品はほとんどなくなります。

ゲスト①(20代女性モデル):例えばペットボトルのお茶などすぐに購入して飲めるというような便利な時代です。生活していくうえで加工食品を必要としているので、食品添加物が必要不可欠になっているということですね。不便な時代には戻りたくないけど、安全性についての不安はあります。

論点2:不安はどこからきている？

食品添加物の安全性では「量の概念」が重要

日常生活で許容量を超えて摂取することはまずあり得ない

下村:危険だから量が決められているのでは？という不安の声も届いています。

唐木:どんな化学物質も「量と作用の関係(量の概念)」があって、大量に摂取をしたら危険ですが微量なら安全です。例えば、水、食塩、砂糖も摂り過ぎれば体に悪影響があります。「食塩は危険か？」と考えるのではなく、どのくらいの量だったら安全かを考えることが大事です。食品添加物も同じで、「量と作用の関係」に基づいて安全な量しか使っていません。

ゲスト①(20代女性モデル):例えば、忙しく過ごしていて時間がなくて、手軽に食事の準備を済ませることが続いてしまった場合、知らず知らずのうちに摂取しすぎてしまっているということはないのでしょうか？



唐木 英明氏(東京大学名誉教授、
公益財団法人 食の安全・安心財団理事長)

唐木:さまざまな実験の結果から、発がん性のあるものや体内に蓄積されるものは食品添加物から除かれます。次に、健康被害のない安全な量を見つけます。これを「無毒性量」といいます。その1/100の量が一日摂取許容量(一生の間、毎日食べ続けても、健康に害がない量)なので、気付かないうちに超えてしまうということはあり得ません。

食品添加物は多くの食品に入っていますが、それらを全て食べたとしても一日摂取許容量を超えないように、食品ごとに使用基準を決めます。市販の食品を検査して、使用基準が守られているのかも確認します。こうして気が付かないうちに危険な量を摂取しないように厳しい規制が行われているのです。また、このような微量の食品添加物を何種類も同時に摂取しても健康への被害がないと、科学が保証しています。

下村:「科学が保証」ということは、どの国でも基準は同じですか？

唐木:この基準は世界でほぼ共通しています。なぜなら食品は世界で流通するのでその国だけ基準が違っていると輸出入ができなくなるからです。その調整は国際機関が行っています。だから日本だけが違っているということはありません。

ゲスト①(20代女性モデル):国が認めている食品添加物は、どこかの国だと500なのに、日本だと1,500あるというような話も耳にしたことがありますか…。

唐木:その原因の一つは食品添加物の数え方の違いです。国によって化学構造がよく似た化学物質を一つの添加物に数える場合と、それぞれの化学物質を別の添加物に数える場合があります。ビタミンや香料を添

加物にしている国と、添加物に入れないで別の規制をしている国があります。食品添加物の数だけを問題にするのではなく、その中身を詳しく見る必要があります。

第二部

～食品添加物の有用性、正確な情報の見極め方とは～

論点3:食品添加物とコロナ禍とSDGs

コロナ禍で顕在化した食の課題

食品添加物は食品ロスの削減に貢献

下村:このコロナ禍で買い物に行く頻度が減り、買いだめによる各家庭での長期保存やデリバリーの増加など、食生活の行動様式にも変化がありました。齊藤さん、コロナ禍になって変化を感じることはありますか？

齊藤俊二氏(以下、齊藤):コロナ禍になり家庭での食事が増えていと思います。当社では、簡単においしく食べることができる冷凍食品や、少量で使い切れるカット野菜などの売り上げが増えました。さらにプチぜいたくなどの需要から、スイーツや高価格帯のおにぎりなども人気があります。こういった消費行動の大きな変化を、強く認識しています。



齊藤 俊二氏(株式会社セブン-イレブン・ジャパン
QC・物流管理本部 QC 部総括マネジャー)

西井孝明社長(以下、西井):加えて、外出機会が減っている中で、運動不足から低カロリーなものを選んだり、塩分の多いものを控えようといったような健康意識の高まりも感じています。さらに家で食事をすることが多くなり、食べ残しなど廃棄する量が増えていることを気にされている印象があります。

下村:食べ残しというと、食品ロスにも直結してくる問題もあるかと思えます。日本では年間612万トンの食品を廃棄している現状があります。セブン-イレブンでは食品ロスへの対策で食品添加物が関係する取り組みはありますか？

齊藤:当社では、店舗による販売期限切れによる廃棄を減らす目的で、フレッシュフードの長鮮度化の取り組みを2009年から実施しています。代表的な事例として「食事サラダ」をあげると、これまで人の手によって盛り付け包装していましたが、新たにガス置換包装機を導入することで、長鮮度化を実現し、食品ロス削減にもつなげました。ここで使用している窒素、炭酸ガスが食品添加物にあたります。商品のおいしさを長い時間維持できることが可能になり、販売期限も延長することができました。

下村:味の素社の取り組みはいかがですか。

西井:お弁当やお惣菜などの中食、外食店で提供されるメニューなどに、冷めても風味が落ちない、食感を持続さ



せるような工夫として、食品添加物を活用し、おいしく食べられる時間を長く保つ商品を開発しています。

ゲスト②(20代男性タレント):企業の方針を応援するという意味で、買い物は投票だと思っています。食品ロスも、食品添加物も、取り組みも把握して買物をしたいです。

下村:買い物は投票！食品企業への投票は、単に「添加物を使っているか否か」だけではなく、「どういう方法でどんな社会貢献をしているのか」が基準になってきているんですね。続いて行政の話へ移りますが、表示制度に関する検討会が開催されているようです。

唐木:食品の表示を取り扱う消費者庁で、食品添加物の表示の検討会が行われました。そして「人工」と「合成」という言葉が食品添加物に対する誤解を広げているということで、この2つの言葉を削除することになりました。また、食品添加物は危険という情報が大量に流されているため消費者は不安になり、どちらかといえば「無添加」を選ぶという現状があります。ところが現在の「無添加」は、食品添加物が入っているけれど消費者の誤解がある一つか二つだけを除いたものが多い。そこで「無添加」や「不使用」という表示が誤解を招かないようにするためのガイドラインを作る検討が始まっています。

斉藤:当社は流通代表として検討会に参加しています。消費者へ誤解を与えないように「保存料・合成着色料は不使用です」といった表示をなくし、現在は自社のホームページで安全・安心の取り組みを発信しています。

■食品添加物の有用性に関する現場からのビデオメッセージ

・介護の現場での食品添加物の必要性について～日本栄養士会 柿崎 明美様

高齢になると食欲が落ちたり、飲み込みが悪くなったりと、様々な症状が出ますが、症状に合わせた食事ができることが大切。飲み込みやすさの段階に応じた市販の介護食の活用も提案し、在宅介護を必要にする方はレトルト食品、乾物などの保存性の高いものを買って置きするように勧めています。食品添加物は今や食生活に欠かすことができないものと考えています。

・災害現場での食について～災害派遣医師ハートフル川崎病院 初雁 育介先生

20年ほど前は被災地では、まともな食事がなく乾燥した栄養食を食べながら、国境なき医師団としての活動を行っていました。しかし、最近の日本の災害地支援の食事の質は非常に向上しました。種類が豊富で、水で作れるものもあり、被災地にこうした様々な種類の食事を提供できるようになったのも、食品添加物のおかげだと感じています。

■チャットコメント(一部抜粋)

- ・介護食の添加物は重要度が高い。流動食などが増えていくから
- ・介護食まで頭が回らなかった。重要ですね。勉強になった
- ・災害や保存食目的としてはいいと思う。非常食は大切
- ・災害の時は心細いし、ストレス。食事が美味しくなるだけで救われる

論点4:正しい情報の選択とは？

人間は危険情報をキャッチしやすい

情報源の確認が大切なポイント

下村:では最後に、情報の選択について考えてきましょう。食品添加物に限らず、最近では流れてくる情報を何でもそのまま信じてしまいがちです。

ゲスト①(20代女性モデル):私たち世代は SNS などに向かってくる情報を受け取ることが多く、自ら積極的に情報を取りに行くことをあまりしない傾向にあります。SNS でも正しい情報発信をしていただけると届きやすいと思います。

ゲスト②(20代男性タレント):メディアの情報よりも SNS を信じてしまう傾向もあるので、フェイクニュースを信じてしまう方も多いし、極端な意見であっても受け入れてしまうこともあるので、行政や企業から正しい情報を届けてくれると、世代を超えて情報が伝わり、いい流れができるのでは、と思います。

斉藤:当社ではこれまで積極的に情報発信をしていませんでしたが、昨年の本フォーラムへの参加をきっかけに積極的に情報発信を心がけ、お客様の「不安」を解消し、「安心」に繋がられるようにしています。SNS も活用して、さらに情報発信に力を入れていきたいと考えています。

唐木:食の安全を判断するうえで情報はとても大切です。食品添加物に関する誤った情報の大部分はインターネット経由です。人間はもともと危険情報を受け入れて用心しますが、逆に安全情報は無視する性格を持っています。安全情報を広めようとしたら危険情報の10倍以上を出さないと伝わらない。さらに情報発信者が信頼を得ないと受け入れられないということを感じています。

下村:情報の受信力を鍛えることも大切で、メディアリテラシーを身につけていくべきだと思います。さらに情報は誰が発言するか、というのもすごく大切なポイントで、皆が聞く耳を持ってくれる方が分かりやすい言葉で正しい情報発信をしてくれたらと思います。こういった議論をする場を作ることも大切な取り組みだと感じています。最後に開会直後と同じ「食品添加物に不安を感じるか」というクイックアンケートをします。開会直後は【不安を感じる】が44%、第二部終了後には【不安を感じる】が19%と生活者の意識に大きな変化が見られました。

■閉会直前の視聴者クイックアンケート

Q3:食品添加物に不安を感じますか？

1. 不安を感じる 19.2%
2. どちらともいえない 32.1%
3. 不安は感じない 48.7%

(n=608)

総括

ゲスト①(20代女性モデル):今日のディスカッションを経て、改めて自分なりに情報収集をしていきたいなと思いました。そして情報を得た後は、皆さんの選択だと思います。ご自身の考え方や正義は、他の方に強要するものではないと思っているので、たとえ自分が無添加主義で、隣で食品添加物を摂取している方がいたとしても受け入れる気持ちでいて欲しいと思います。

ゲスト②(20代男性タレント):「食品添加物は危険」という情報だけを鵜呑みにしている方々もいらっしゃると思いますが、知識を持った上で「やっぱり不安だ」と感じている方もいると思います。それは、親として子を思う気持ちや、それぞれの考え方、家庭の方針で良いと思います。今日は自分の考え方を広めるためではなくて、このディスカッションを見ていただいて、改めて考えるきっかけづくり、選択肢を増やしていただけるといいなと思って参加しました。あまり決めつけすぎず、柔らかい頭で食について考え、知識を得たら自分でどうしていくか決めて、それを他人に強要することなく、個々の多様性を尊重していけたらと思います。

唐木:食品添加物は危険という先入観が出来る、先入観に一致する情報だけを見つけて安心するという心理的なバイアスが起きます。そうすると食品添加物は安全という情報は信じられなくなり、そんなことをいうか方は何か怪しいと思ってしまいます。こうして先入観がますます強くなるのは、私自身も含めて誰にも起こりません。自分の意見と違う情報にも目を通して、何が正しいのかを総合的、科学的に判断する。そんなことをぜひ考えていただきたいと思います。



下村 健一氏(令和メディア研究所主宰、
インターネットメディア協会リテラシー部会担当)

下村:溝を埋めるために、どこに溝があるのかを知ることが大切だと思います。そういった意味でも今日は、「なるほどね!」という気づきがあったかと思います。そして、それに対して今後私たちがどういった情報を出していくべきなのか、それぞれの立場で考えていかなければいけないですね。

西井:生活者を交えた議論の場を引き続きしっかり持っていきたいと思います。安全性の問題以外にも食品ロスの削減に食品添加物が役立つ、あるいは役立つことができるかもしれないという話がありましたが、食の未来という視点では、2030年以降の温室効果ガスの問題や、人口増加により食糧システムを支えきれなくなるかもしれません。豊かな食生活、健康寿命の延伸につながるような生活を送るためには、技術的なイノベーションが必要だと考えます。多くの生活者の方との「対話」の場として、来年もこの「食と健康の未来フォーラム」を続けていきたいです。

開始から終了まで2時間、途切れることなくチャットで3,000件以上ものご意見やコメント、ご質問が寄せられ、生活者の皆様に積極的に議論に参加いただき、盛会のうちに終えることができました。

※ライブ配信のため、内容には一部個人の見解や曖昧な表現も含まれております。

※発言は要約です。一部、短い補足説明の追記や、論旨の流れを整えるための順序の並べ替えをしております。