

何ができるか考えよう！ 親子で学ぶ 食と暮らしの安全

 **消費者庁**
Consumer Affairs Agency, Government of Japan
内閣府食品安全委員会
厚生労働省 農林水産省

平成30年夏号



消費者庁

みんなに「暮らしのなかにこんなトラブルがありました。気をつけてください」と伝えたり、よくないものを売っている会社には、「トラブルをなくすようにしてください」と注意や命令を出したりして、みんなが安心してものを買って、安全に役立て、安心して暮らせるように働くのが消費者庁です。

食品安全委員会

わたしたちは、毎日、食べものを食べて生活しています。その食べもののなかに、体にとって有害なものが含まれていたら、安心して食事ができません。そこで、わたしたちの健康を守るために、有害となるものを科学的に調べて、食べても安全かどうか評価するのが食品安全委員会です。

みんなが安全に食べて暮らしていくために
国はどんなことをしているのかな。

厚生労働省

みんなの生活をよりよくするために、いろいろな仕事をしています。食品の安全を確かめたり、病気を予防したり、働きたい人に仕事を紹介したり、働く人が安全で快適に働ける環境をつくる仕事や、お年寄りや体の不自由な人のための仕事をするのが厚生労働省です。

農林水産省

みんなが生きていくために、ぜったいに必要なのが「食べもの」。安心してちゃんと食べていけるように、それを生み出す地域や、農業・林業・水産業・食品産業が、ずっと元気でいられることが大切です。それを支えるのが農林水産省です。

ブースの紹介

何ができるか考えよう！ 親子で学ぶ、食と暮らしの安全

皆さんの生活にかかわる食の安全や暮らしの安全について、一緒に学び、自分でできること、気をつけることを考えてみませんか？
自由研究に役立つミニセミナーにも参加してください。
消費者庁の「子どもを事故から守る！プロジェクト」シンボルキャラクター、「アブナイカモ」と記念撮影もできます！

ミニセミナーについて

消費者庁「Q&A で学ぼう！食品中の放射性物質」、消費者庁「こんなこと、アブナイカモ?! -身近な危険を知ろう-」、内閣府食品安全委員会「ばい菌バイバイ！～学ぼう防ごう食中毒～」、厚生労働省「きみの手洗い大丈夫?」、農林水産省「ジャガイモを安全においしく食べよう～食中毒を予防するためにおうちでできること～」といった充実のセミナーを実施します。

ステージプログラム

知ろう！考えよう！ 親子で学ぶ、食品中の放射性物質

小学生やその保護者の皆さんに、放射線の基礎から、食品中の放射性物質への対策や現状について、タレントの皆さんも交え、わかりやすく説明します。この機会に日頃の疑問や不安を質問しましょう。



スケジュール

夏休み2018
宿題・自由研究大作戦 わくわく教室
・東京会場 7月28日(土)13:00～
・大阪会場 8月3日(金)13:00～
・仙台会場 8月10日(金)13:00～

お話しする先生
神戸学院大学
研究支援センター
研究支援グループ
磯部 久美さん

※スケジュール・セミナーテーマは変更になる場合もあります。ご了承ください。

※スケジュールは変更になる場合もあります。ご了承ください。

安全に食べて暮らしていくために、みんなには何ができるかな。次のページをみてみよう

安全に食べて暮らしていくために、みんなに知ってほしいのはこんなこと！

安全に食べるために

食べものの「安全」について学ぼう その1

食べものの「安全」ってどんなこと？

食べものを食べて、おなかがいなくなったりぐあいが悪くなったことはないかな？ 食べもので体のぐあいが悪くなったりしないようにすることが、食べものの「安全」を守ることだけど、「ぜったい安全」という食べものはないんだ。どんな食べものも、取りあつかい方をまちがえたり、食べすぎたりすると、体のぐあいが悪くなることがあるよ。だから、みんなもうちでは、肉や魚などの生ものは冷蔵庫に入れたり、しっかり手洗いしたり、肉の調理は中まで火を通すなど、食べものを正しく取りあつかってね。そして、いろいろな食べものを好き嫌いをしないで食べることが大切なんだ。

食べものの「安全」はみんなで守っているよ

お店にはいろいろな食べものが売られているね。

保護者の皆様へ

水、糖、塩など、人体に必要なものでも、食べものは全てに危害要因（ハザード）があり、量に応じて人体に及ぼすリスクの大きさが変わります。天然のものでも人工のものでも、食品のリスク（健康への悪影響が起きる可能性とその程度）は、身体に取り込まれる量によって決まるので、これをゼロにすることはできません。しかし、消費者の健康を守るため、安全が確保された食品でなければ流通は許されません。

食品の安全を確保するためには、まず、食品中に含まれる危害要因を、どのくらい食べた場合に、どの程度の健康への悪影響が起きるかを科学的に評価します。そして、この評価の結果や消費者、事業者等関係者の意見も踏まえて、健康に影響がでない量より少なくなるように摂取量を管理してリスクを低減するための、政策・措置（規格や基準の設定など）を決定、実施しています。

3つの決まりを守って食中毒を防ごう

①ばい菌を「つけない」

●手をしっかり洗おう 手にはいろんなばい菌（菌やウイルス）が付いているよ。食中毒をおこすばい菌を食べものに付けないように、ごはんの用意をお手伝いするときや食べる前には、かならず石けんで手を洗おう。

●食べものもしっかり洗おう 野菜や魚、貝にもばい菌が付いているよ。水道水などのきれいな水を流しながらしっかり洗おう。ためた水で洗うのはやめてね。

●使った道具をしっかりと洗おう 生の肉や魚を切った包丁やまな板は洗剤できれいに洗おう。熱いお湯をかけるとばい菌をやっつける効果もあるのでやってみよう。

②ばい菌を「増やさない」

●すぐに冷蔵庫、冷凍庫にしまおう ばい菌の多くはあたたかくて、じめじめして、栄養があると、ど

保護者の皆様へ

ばい菌を「つけない」「増やさない」「やっつける」という3つの決まりをお子さんと一緒にしっかり守っていただと共に、食品の購入から食べて片付けるまで、ご家庭でできる食中毒を防ぐ6つのポイントも実施してください。①買い物 消費期限を確認する。肉や魚などは汁が他の食品に付かないように分けてビニール袋に入れる。②家庭での保存 冷蔵や冷凍の必要な食品は、持ち帰ったらすぐに冷蔵庫や冷凍庫に保存する。冷蔵庫や冷凍庫に詰めすぎない。（詰めすぎると冷気の循環が悪くなる）③下準備 調理の前に石けんで丁寧に手を洗う。包丁やまな板は肉用、魚用、野菜用と別々にそろえて使い分けると安全。④調理 生の肉や魚、貝や卵に触った後は石けんで手を洗う。肉や魚は十分に加熱。中心部の色が変わるまで（75℃で1分間以上）の加熱が目安。⑤食事 食べる前に石けんで手を洗う。清潔な食器を使う。作った料理は、長時間、室温に放置しない。⑥後片付け すぐに食べないものは清潔な容器に保存する。温め直すときも十分に加熱。時間が経ちすぎたものはもったいなくても捨てる。



食べものの「安全」について学ぼう その2

自然にも危険なものはいっぱいあるよ

ジャガイモには、芽、皮やみどり色の部分に、たくさん食べるとおなかをこわす毒が多く入っているよ。ジャガイモの芽、皮やみどり色の部分は、調理する前にしっかり取りのぞいてから食べてね。また、毒を増やさないよう、ジャガイモは涼しくて光の当たらない場所で保存してね。



みどり色に変わったジャガイモ（左）と色の変わっていないジャガイモ（右）

毒をもったあぶないキノコや植物には、食べても安全なキノコや野菜にそっくりで、おとなでもまちがえてしまうものもあるよ！お魚にも毒をもったのがいるよ。だから、公園や空き地にはえている知らないキノコや草は、食べられそうに見えても、絶対にとったり、口にしたらりしちゃダメだよ。

保護者の皆様へ

食品には、自然由来の多くの成分が含まれていて、その中には、毒性を有する成分などが含まれている場合があります。動物や植物の自然毒は、誤って食べた場合、健康に影響を及ぼしたり、死に至る危険性があります。また、手軽に美味しく食べられる便利な加工食品は、毎日の食生活の中で、なくてはならないものとなりました。加工食品には、製造の過程または加工・保存の目的で保存料、甘味料、着色料、香料など様々な食品添加物が使用されています。食品中の微生物の繁殖を抑え、食中毒のリスクを減らす等、食べものを無駄なく安全に流通させるためにも食品添加物は使用されています。

食品添加物は、人の健康に与える影響を食品安全委員会が科学的に評価し、健康を損なうおそれのない範囲内で、厚生労働省が成分の規格、食品添加物を使用できる食品やその最大量等の使用基準等を設定し、使用が認められています。これらの規格基準は、国産品であれ輸入品であれ、日本国内に流通する全ての食品に適用されます。

食品中の放射性物質について知ろう

食べもののなかの人工の放射性物質はどのくらい？

放射線は目に見えないけど、すごく高いエネルギーをもっているんだ。放射能はこの放射線を出す力。この力をもったものが放射性物質だ。じつは食べものにはもともと自然の放射性物質が入っていて、だれでも昔から放射線を受けているんだ。

食べものにはどのくらいの放射性物質が入っているんだろう。自然に受けている放射線は1年で1ミリシーベルトくらいだ。日本のお店で売っている食べものや飲みものは、放射線が体のぐあいが悪くならないように、入っている人工の放射性物質の量が、この数字より少ないものしか売ってはいけないというルールがあるよ。

農家の人は、田畑の放射性物質を取り除く、米や野菜を作るときに肥料を入れる、牛には放射性物質の量をしっかりと管理したエサを食べさせるなど、わたしたちの食べものに放射性物質がたまらないように工夫しているよ。

保護者の皆様へ

2011年3月、東京電力福島第一原子力発電所の事故により不安を感じた方もいらっしゃると思います。7年が経過し、現在では、生産者をはじめ関係者のご努力等により、食品中の放射性物質は低減され、流通している食品は安全なレベルが保たれています。食品の安全を確保するための基準値や基準値が守られていることを確認する検査、そして各種調査結果の正確な情報に触れていただきたいと思います。



安全に暮らすために

こんなことアブナイカモ

花火でのやけどに注意しよう

花火をするときに注意すること

- 火を使うので、必ず大人と一緒にやろう。
- 火を使うときは、必ず水の入ったバケツを近くに置こう。
- 花火は絶対に振り回さないようにしよう。
- 打ち上げ花火や噴き出し花火は、途中で火が消えても絶対にのぞき込まないようにしよう。
- 火が移りやすい素材の服や、露出が多いサンダルなどの靴を避けるなど、服装にも注意しよう。
- 花火のパッケージなどに書いてある注意事項を読んで、安全に正しくやろう。

自転車に乗るときの事故に注意しよう

自転車に乗るときに注意すること

- 自転車に乗るときは、サイズの合ったヘルメットを正しくかぶろう。
- くつのひもや服、かばんなどの持ちものが自転車にひっかからないよう確認しよう！
- 運転中に足を投げ出すなど、危険なことはやめよう！
- 自分の体に合ったサイズの自転車に乗ろう。
- ブレーキレバーの幅を手の大きさに合うように自転車屋さんで調整してもらおう。
- ハンドルやブレーキ、ペダルやタイヤを点検しよう。
- スピードを出さないようにするなど、交通安全ルールを守ろう。



子どもを事故から守る！プロジェクトシンボルキャラクター

保護者の皆様へ

1～14歳の子どもの死因の上位に「不慮の事故」があります。残念ながら、長年にわたってこの傾向は変わっていません。このような現状を踏まえ、消費者庁では、子どもを不慮の事故から守るため、「子どもを事故から守る！プロジェクト」を推進しています。シンボルキャラクターの「アブナイカモ」とテーマソングによる親しみやすい啓発活動に加え、子どもの事故に関する情報や豆知識について「子ども安全メール from 消費者庁」を週1回配信しています。また、子どもの事故防止に役立つさまざまな情報について「消費者庁 子どもを事故から守る！Twitter「@caa_kodomo」」も発信しています。



公園などの遊具で遊ぶときの事故に注意しよう

公園などの遊具で遊ぶときに注意すること

- 施設や遊具の対象年齢を守って、遊ぼう。
- 遊具ごとの使い方を守って、安全に遊ぼう。
- 遊具で遊んでいるときは、ふざけて他の子どもを突き飛ばしたりしないようにしましょう。
- ブランコなど動く遊具で遊ぶときは、人が周囲にいないかよく確認しよう。
- 服のひもなどが首にからまる場合があるので、服装やかばんなどの持ちものに注意しよう。

海や川、プールなどでの水遊び中の事故に注意しよう

海や川などで遊ぶときに注意すること

- 子どもだけで海や川などで遊ばないようにしよう。
- 天気の悪いときや悪くなりそうときは、海や川に行かないようにしましょう。
- 落ちたり、おぼれたりする危険な場所がないか確認し、危険な場所では遊ばないようにしよう。
- 川で遊ぶときや、釣りをしたり、ボートに乗るときは、ライフジャケットを正しく着よう。

プールなどで遊ぶときに注意すること

- 子どもだけで遊ばず、大人に付き添ってもらおう。
- プールや水遊び場は足元がぬれていて、滑りやすいので気をつけよう。
- ため池、はい水こう、じょう化そうなども、落ちたり、おぼれたりする危険があるので、遊ばないようにしよう。

なまえを書いてね

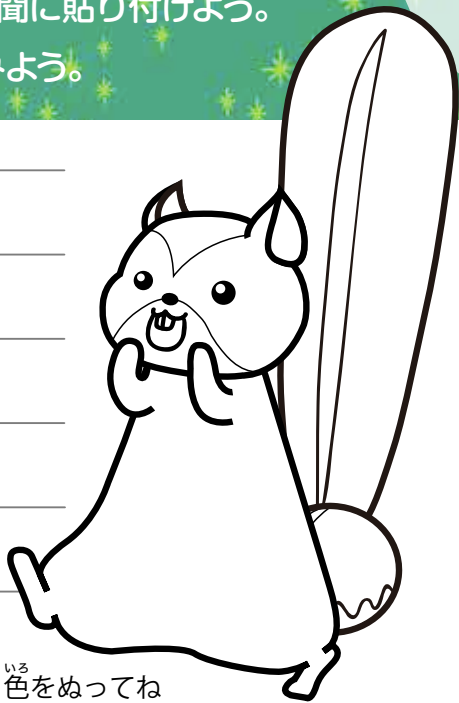
の「食と暮らしの安全を守る」新聞

きょう勉強したことで、とくに気をつけようと思ったもんだいを2つえらんで、下の新聞に貼り付けよう。
こたえはみんなが書いてね。わからなかったらブースの人たちに聞いてみよう。

き
気になった
は
もんだいを貼ってね

こたえ
○か×か

りゆう
その理由は…



いろをぬってね

き
気になった
は
もんだいを貼ってね

りゆう
その理由は…

こたえ
○か×か



いろをぬってね

食と暮らしの安全についてわかったこと、これからやること。



いろをぬってね

かんせい
ぜんぶ完成したら
ブースの人に
スタンプをもらおう！



かえ
うちに帰ったら、かぞく
家族みんなで「食と暮らしの安全を守る」ための
ほかのもんだいもやってみよう。

こんなことも調べてみよう

こうじょう
工場で作られたパンは、ふくろ
袋をあけないとなかなかカビないけど、どうしてだろう？
(ヒント：てん加物がいっぱい入っているから、じゃないよ。)