

た あんぜん まな 食べものの「安全」について学ぼう その1

保護者の皆様へ

水、糖、塩など、人体に必要なものでも、食べた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。

た あんぜん 食べものの「安全」って、どんなこと？

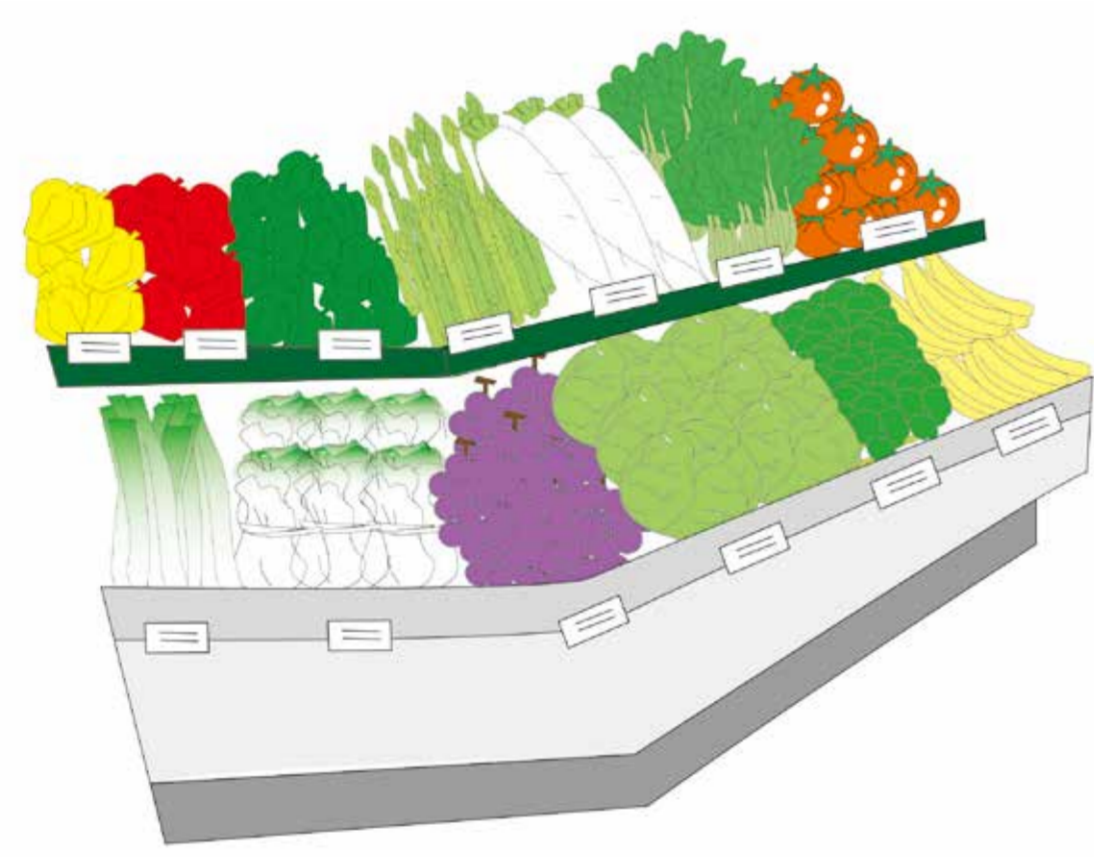
食べものを食べて、おなかがいたくなったりぐあいが悪くなったことはないかな？ 食べものを食べて体のぐあいが悪くなったりしないようにすることが、食べものの「安全」を守ることだけど、「ぜったい安全」という食べものはないんだ。

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もあるよ。だから、みんなもおうちでは、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しないで食べることが大切なんだ。



4

た あんぜん まも 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。野菜、肉、魚、お菓子、おそうざい。これらの食べものは、作るときや作った後に守らないといけないルールがあるんだ。

日本では、食べても安全な量を科学的に調べて、国がルールを決めて、ルールが守られているかも調べているよ。

農家の人たち、食品会社の人たちなどは、力を合わせて、「安全」な食べもの作って届けているよ。

だけど、みんなが買い物したり、おうちで料理をしたり、食べたりするときに、食べものの取りあつかい方が悪いと体のぐあいが悪くなることもあるから、みんなも気をつけようね。そして、好きなものばかりを食べたり、嫌いなものを食べなかったりすると、体に必要な栄養がとれなくなることがあるよ。いろいろな食べものを好き嫌いをなく食べることが大切なんだ。

食べものの安全を守る主役は、君たちも含めたみんな、ひとりひとりだよ。

