

食品表示を読む大切さについて

2017年4月「はちみつ」で乳児死亡の衝撃的なニュースがありました。子どものためを思って「はちみつ」を与えていたことを思うとやるせない気持ちになります。

日常的に普通に食べられる「はちみつ」ですが、1987年厚生労働省から『乳児ボツリヌス症の予防対策について』という通知が出され、その中で「1歳未満の乳児に対しては、蜂蜜の摂取は回避すべき」とされました。ほとんどの「はちみつ」ではラベルのどこかにそのことが記載されていると思います。しかし、現在の食品表示法には表示項目が多くて全てを確認することは大変なことです。

●食品表示の重要性

食品の表示は消費者へ必要な情報提供として法律で記載が義務付けられているものが多くあります。賞味期限や消費期限、冷蔵・冷凍・常温などの保存方法、アレルギー物質の情報や食べる時の加熱調理の必要性などは、その食品を安全に食べるための大切な情報です。

●枠外の表示にも目を向けて!

枠に囲まれた「一括表示」を見る方は多いと思いますが、それ以外の表示についても確認するように習慣付けてはいかがでしょうか。食品表示からは、「食塩相当量」を代表とする栄養成分や食品添加物など、ずっと食べている食品で、今まで知らなかったことが発見できるかもしれません。冒頭のはちみつへの注意喚起情報や、生肉にはしっかりと熱を通してほしいことなど、重要なことが書かれていることがあります。また、日本人は食塩の過剰摂取が問題になっていますが、同じような食品でも食塩相当量を比較すると意外な違いがあることも分かります。

ご注意! 消費者庁が子どもへの食べ物で「ピーナッツ」等も注意喚起をしています。

今年2017年3月15日に消費者庁が『食品による子どもの窒息事故にご注意ください』との注意喚起を出しています。その中で「ピーナッツなどの硬い豆・ナッツ類は、誤って気管支に入りやすいため3歳頃までは食べさせないようにしましょう。」と呼びかけがされています。過去には凍らせたこんにゃくゼリーや、お餅による窒息事故も起こっています。食品への記載のある・なしに関わらずご注意ください。

2017年
6月3週
(24号)

東海コープからの

おいしくって、
安全なおはなし

