秋のまなびば♪報告　その②

食品の安全・安心を知る学習会

生協では、長きに渡って組合員の食品の安全・安心を守るために様々な活動やとりくみを続けてきました。食品の安全に関する国の基準も大きく改善された現代で、生協として目指していく次のステージの「食品の安全・安心」について、日本生協連の鬼武一夫さんに教えていただきました。

講師：鬼武（おにたけ） 一夫（かずお）さん
日本生活協同組合連合会
品質保証本部 総合品質保証担当
食品安全委員会 企画等専門調査会
など、政府審議会委員を歴任

今日は
・食品の安全に関して生協が取り組んできたこと
・食品の安全・安心の考え方
の2つについてお話しします。

70年間で生協が果たしてきた役割

1947年、食品衛生法は戦後に食糧確保が優先された結果、食中毒などの様々な問題が生じたことを背景に、食品を衛生的に取り扱っていくために制定されました。続いて1995年の食品衛生法改正では、従来は合成添加物のみであった安全性の審査を天然添加物についても行なうなど、生協の要請で食品の安全性を守るための様々なしくみが構築されてきました。その後、大手乳業メーカーの食中毒事故や国内におけるBSE（狂牛病）の発生など、食品の安全が脅かされるできごとが起こり、生協による1300万人の請願署名のとりくみを経て、2003年に食品衛生法の改正と食品安全基本法が制定されました。また、科学的知見に基づき客観的かつ中立公正にリスク評価（食品健康影響評価）を行なう機関として「食品安全委員会」が設置されました。リスク分析の枠組みの中で、消費者に食品の安全情報が開示され、消費者の立場からものを言える（パブリックコメント）ようになったのです。生協も食品の安全の法律改正について、欧米の行政機関の調査をもとに、国に意見書を提出しました。

2018年、食品衛生法の改正の一つに、HACCP（ハサップ）（危害分析重要管理点方式）が取り入れられました。食品に関わるすべての業者は、使用する原材料や製造方法などに応じて計画を作成し、管理を行なわければならないとしています。衛生管理が重視される理由は、人の健康を脅かす大きな原因は食中毒だからです。**健康な食生活を考えるキーワードは「衛生管理」と「食生活」です。**短期的には衛生管理、長期的には健康のための食生活。これら2つが、生協が今から取り組んでいくべき重点課題だと考えています。

そのほかには食品中の添加物、農薬、動物用医薬品などの化学物質、遺伝子組換え作物、ゲノム編集などの項目についても注視しています。科学が進歩するなかで、生協としてこれらを根拠なく否定することはできません。安全性はどこまで分かっているかをはっきりさせる、食品供給の行程全体を監視していく必要があります。

これから目指す食品の安全・安心

食品の安全・安心がある程度確保された現代において、生協のとりくみが見えにくくなっているというお声をいただくことがあります。情報化社会で科学の考え方が変わってきているなか、生協が担う役割は何か。また、SDGs（持続可能な開発目標）で生協が目指すべきゴールは何か。生協だけでなく、社会全体として食品の安全性向上に寄与するとりくみを進める必要があります。

健康は日々の食生活から

WHO憲章では健康とは、「**肉体的・精神的及び社会的に完全に良好な状態**」とされています。単に「病気ではない」という状態ではないのです。

今、日本人の2人に1人はがんになる可能性があると言われています。がん予防の6つの要因のうち、「感染」以外の

- **禁煙**
- **節酒**
- **体を動かす**
- **食生活の見直し**
- **適正体重の維持**

の5つは日ごろの生活習慣に大きく関わっているため、生活習慣病の予防などにも効果的です。

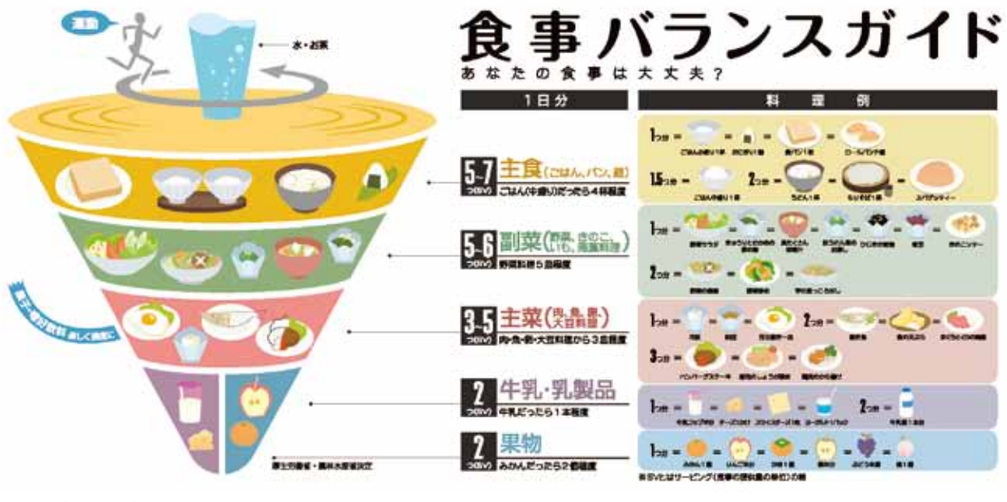
健康的な食生活への近道は結局、日々の食べ方を見直すことです。何を、どれだけ食べればよいかの指標として「食事バランスガイド」を活用しましょう（下図）。食事バランスガイドに基づいた食生活を実践している人は、死亡リスクが低くなることが調査で分かっています。目標は半年～数年単位での食生活の改善です。**日本生協連ではお米を中心に多様な食材を組み合わせた「日本型食生活」で、多品目をバランス良く摂取することを勧めています。**1日分での組み立てが難しければ、数日～1週間単位で栄養バランスを考えても良いのです。お総菜や冷凍食品、レトルトなどもうまく活用しましょう。

また、日本人は食塩摂取量が多いため、食生活について個人が自ら考え、生活習慣を変えていくための「気づき」を与えるアプローチを生協として行なっていく必要があると考えています。

あわせて、生協では食品に関する新しい情報を発信することで、皆さんの食品の安全・安心に貢献したいと考えています。

大切なのは、「偏らないこと」

食品の安全・安心を考えるとき、世の中にはたくさんの情報があふれています。食品の安全性、健康的な食生活、栄養、食べ方、情報との向き合い方、おいしく楽しく味わうこと…どれかひとつに肩入れせず、すべてバランス良く考えていく必要があります。**多様な食品を適量食べることは栄養の観点だけでなく、食品に起因するリスクを分散させるためにも、がんの予防のためにもとても重要です。**健康を追求するあまり、特定の成分や食品ばかりに注目せず、できるだけ多くの種類の食品をバランス良く食べることを心がけていきましょう。



1日に、「何を」、「どれだけ」食べたらよいかを考える際の参考にしていただけるよう、食事の望ましい組み合わせとおおよその量をイラストでわかりやすく示したもの。2005年に厚生労働省と農林水産省により定められました。