

袋に非表示でも添加物まみれの食品に注意！着色料、甘味料、合成化学物質…

以下はスーパーやコンビニエンスストアで販売されているお菓子などの包装に書かれている表示ですが、この中に添加物は「何種類」あるでしょうか？

「原材料：小麦粉、加工デンプン、砂糖、小豆、食塩、保存料（ソルビン酸）、カロテン色素、黄色4号、甘味料（スクラロース、ステビア）」

ソルビン酸、黄色4号、スクラロース、ステビアの4つと答えた方は、残念ながら誤りです。答えは6つです。加工デンプンもカロテンも添加物だからです。

添加物について学ぶため、ここに登場した6つの説明をしておきましょう。

(1) ソルビン酸

有名な合成保存料です。「合成」とは、色々な化学薬品を混ぜ合わせて人工的につくることです。食品中でカビや細菌（英語ではバクテリアといいます）が繁殖するのを抑制する作用があります。ソルビン酸カリウム、ソルビン酸カルシウムというのもあります。作用はソルビン酸と同じです。

(2) カロテン色素

単にカロテンともいいます。黄色の合成着色料です。カロテン色素はトマト、人参などに含まれているビタミンAの作用をする物質ですが、ここで使用されているカロテン色素は人工的に合成されたものと考えられます。天然の植物から抽出されたカロテン色素もありますが、高価ですから合成品がよく使われます。合成着色料だと気づく人は、ごく少数ではないでしょうか。イメージが良いためによく使われ、むしろ健康に良いのではと勘違いされがちです。

合成カロテン色素も天然のカロテン色素も同じではないかと思われるかもしれませんが、大きく異なります。合成カロテン色素には合成に使用した色々な化学薬品、副生物などの不純物の問題があるからです。この点については改めて詳しく説明します。

(3) 黄色4号

有名な合成着色料です。きれいに着色でき、コストも安いのでよく使われます。

(4) スクラロース

よく使われている合成甘味料です。サッパリとした甘さが特徴で、清涼飲料水などにもよく使われています。合成甘味料といえばサッカリンが有名ですが、有名すぎて嫌われてしまいました。ちなみに紛らわしいのですが、砂糖の主成分であるショ糖のことを英語でスクロースといいます。

(5) ステビア

ステビアという植物から抽出したものです。南米のパラグアイが原産で、日本では食に供されたことはない植物です。この添加物は、いくつかの化合物の混合物です。

以前は日本で栽培されたこともありますが、日本で使用されているステビアはほとんどが中国産です。中国はステビアの一大産地です。

(6) 加工デンプン

多量に使われている合成化学物質です。多くの消費者は普通のデンプンだと勘違いしていますが、こんなふざけた名称は許されません。筆者は合成デンプンと呼んでおります。

現在食品には、「合成」の表示はありません。例えば、よく使われている合成保存料であるソルビン酸は「保存料（ソルビン酸）」などと表示されています。「合成保存料（ソルビン酸）」とは表示されていません。ですから、どれが合成添加物かは普通の人にはわからなくなっています。というよりは、わからなくしたのです。「合成」と書くと消費者に嫌われて売れないからです。

(文=小薮浩二郎/食品メーカー顧問)