

長崎県立江戸食育教室



in 佐々中学校

平成30年9月22日

食品安全ファイブリーグ

冊子「科学の目で見える食品安全」に関連した言葉を出題する「ファイブリーグ」を行います。

A

B

C

D

E

例題

今日、ジュニア食品安全教室を
開催する学校は？

A

B

C

D

E

A

佐

B

夕

C

中

D

学

E

校

県内の中学生からの質問です。

Q: カップラーメンやコンビニ弁当ばかりを
食べ続けたら、体に悪いですか？

なぜ、そう思いますか？

食品安全ファイブリーグ第1問

食品を製造するときに、
着色や保存などの目的で
食品に加えられるもの。
漢字5文字で答えよ！

--	--	--	--	--

食

品

添

加

物

食品添加物って何？

製造や加工に必要：凝固剤、膨張剤、安定剤など

味をつける：甘味料、酸味料、調味料

色をつける・鮮やかに見せる：着色料、発色剤

香りをつける：香料

腐敗を抑える：保存料、酸化防止剤 など



食品添加物って
体に悪いもの？

ある化学物質を、**人が一生にわたって**
毎日、摂取し続けても健康上の問題が
生じないとされる量

ADI

Acceptable Daily Intake

食品安全ファイブリーグ第2問

ADI の日本語訳は、

「一日■■■■■」

漢字5文字で答えよ！

--	--	--	--	--

食品安全ファイブリーグ第2問

ADIの日本語訳は、

「一日■■■■■」

漢字5文字で答えよ！

摂

一日

撰

取

許

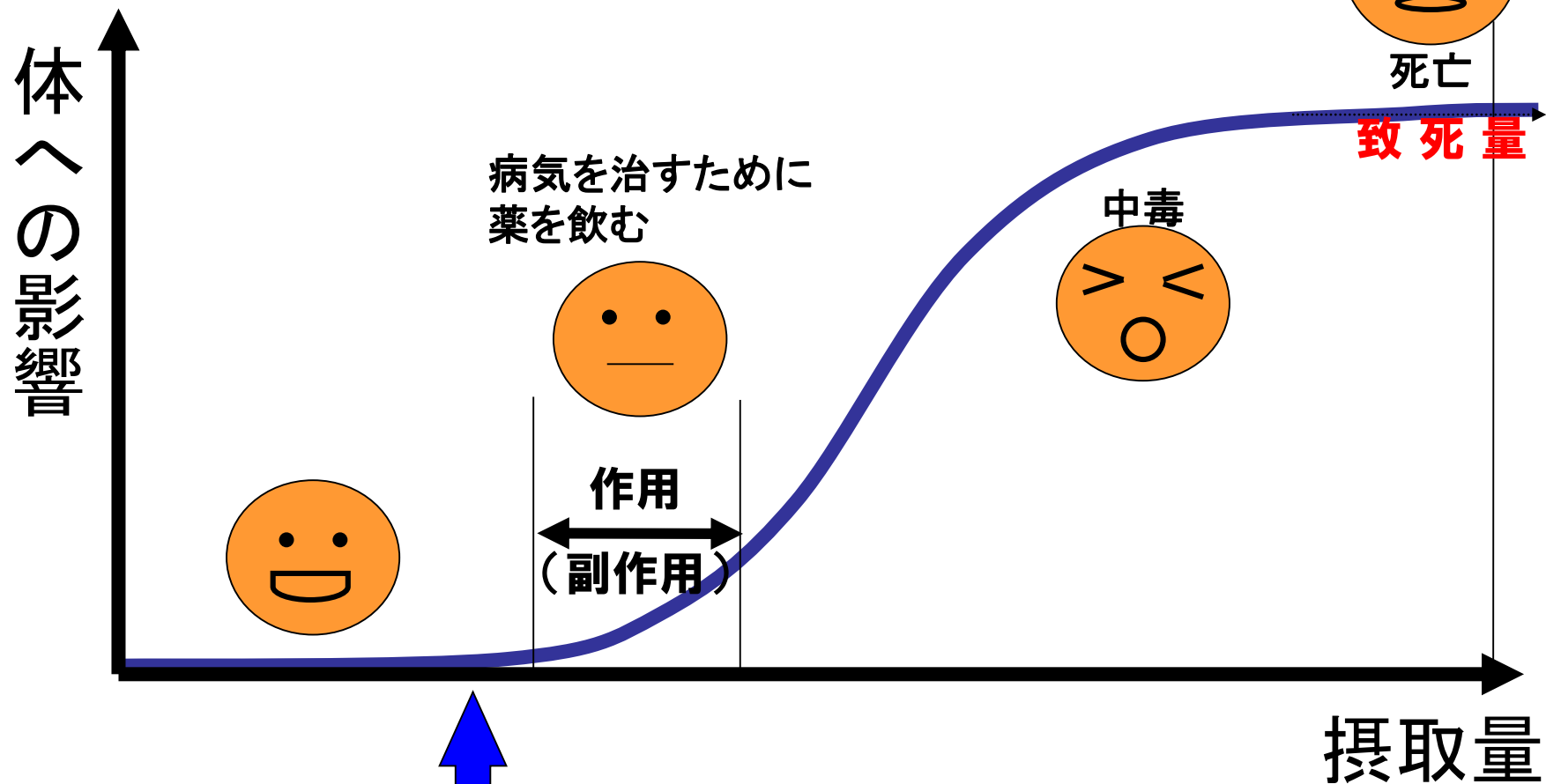
容

量

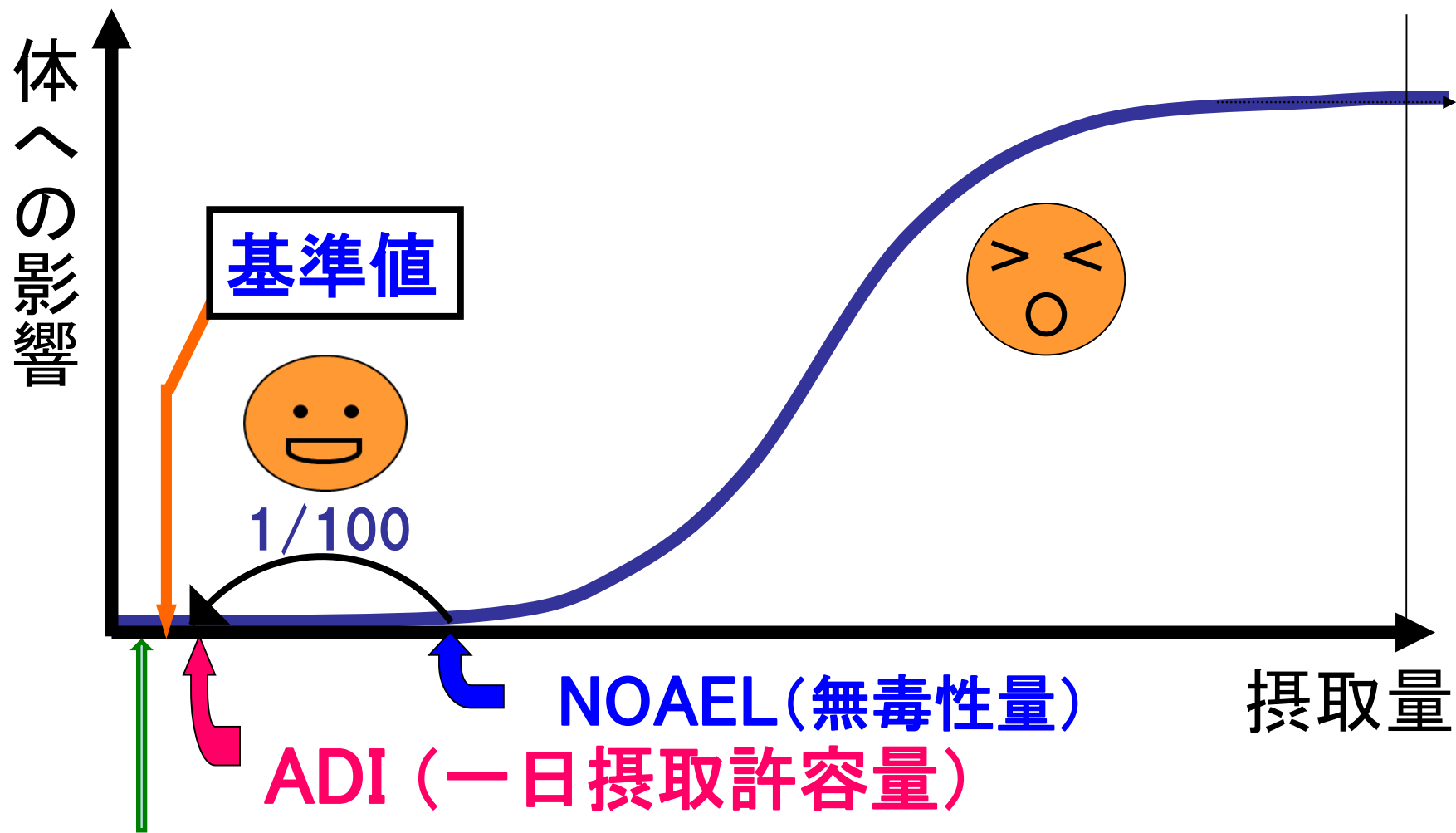


「量」について、
考えよう

化学物質の量と体への影響



化学物質の量と体への影響



実際に皆さんが食べる量

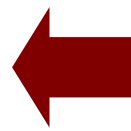
皆さんからの質問です。

Q: 残留農薬って何ですか？

農薬は、効果を発揮した後、だんだんと分解して、なくなっていくます。
しかし、収穫する時にまだ残っている可能性がります。 ➡ **残留農薬**



販売したときに基準値を超えないように使い方も決めてられています。



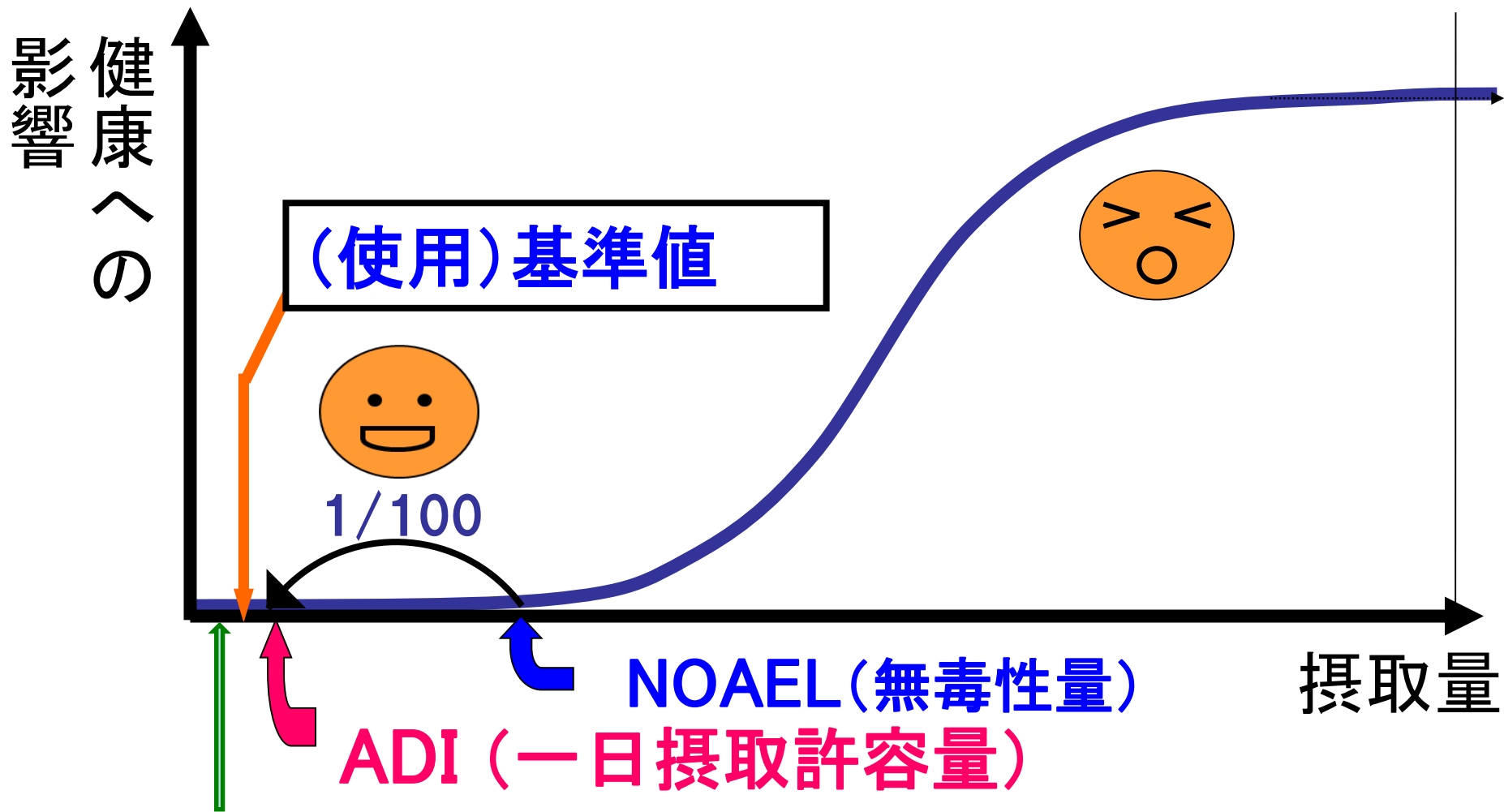
残っていたとしても、絶対に悪影響の出ない量

残留基準

県内の中学生からの質問です。

Q: 農薬が残留した食品を食べたら
どうなるのですか？

化学物質の量と体への影響



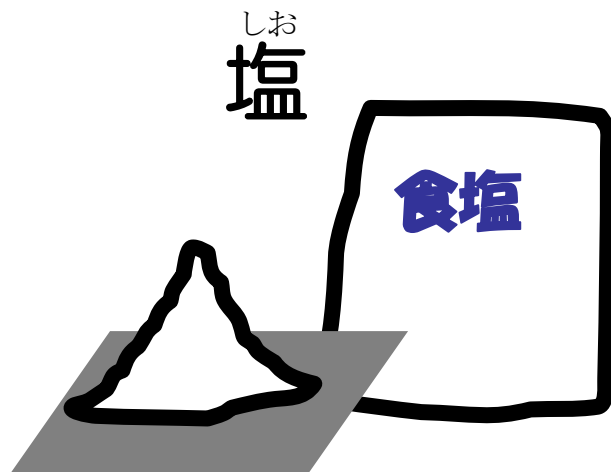
実際に皆さんが食べる量

何の人数、割合でしょう？

	総数	人数	割合(%)
20代	201	0	0.0
30代	384	2	0.5
40代	592	35	5.9
50代	591	106	17.9
60代	1,014	303	29.9
70代以上	1,173	622	53.0
計	3,955	1,068	27.0

食品の安全性を考える上で重要なこと

量によっては害となる可能性がある



ビタミンA



大事ななのは量の問題！

何の件数、人数でしょう？

年	件数	人数
平成10	3,010	9
平成11	2,697	7
平成12	2,247	4
平成13	1,924	4
平成14	1,850	18
平成15	1,585	6
平成16	1,666	5
平成17	1,545	7
平成18	1,491	6
平成19	1,289	7

年	件数	人数
平成20	1,369	4
平成21	1,048	0
平成22	1,254	0
平成23	1,062	11
平成24	1,100	11
平成25	931	1
平成26	976	2
平成27	1,202	6
平成28	1,139	14
平成29	1,014	3



身近な問題、食中毒

食品安全ファイブリーグ第3問

食中毒予防の3原則

細菌を 「つけない」

「■■■■■」

「やっつける」

ひらがな5文字で答えよ！

--	--	--	--	--

い

や

さ

な

い

私たちの手には、
こんなに細菌が・・・



(写真提供:長崎国際大学 健康管理学部)

細菌やウイルスってどんな形？

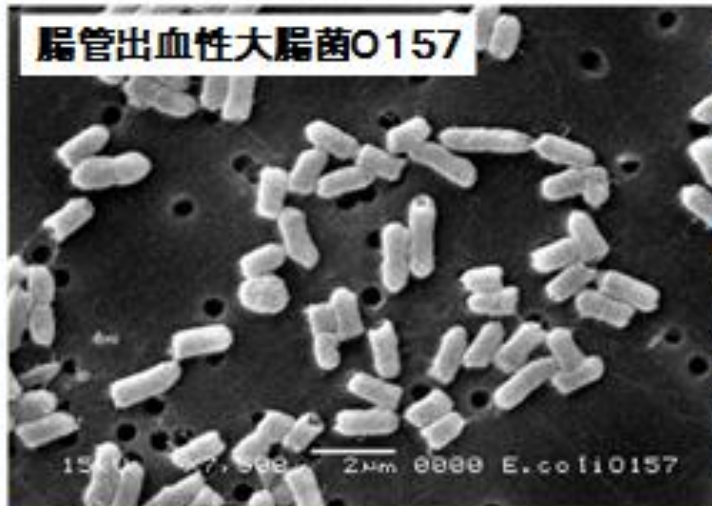
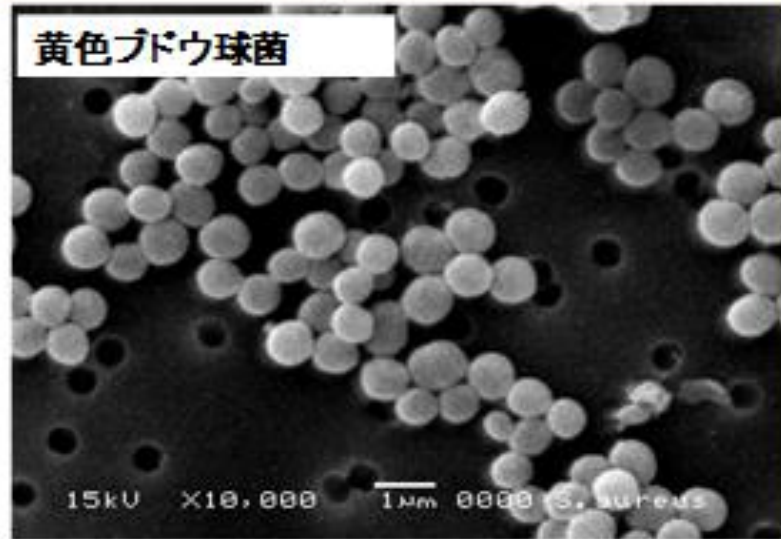
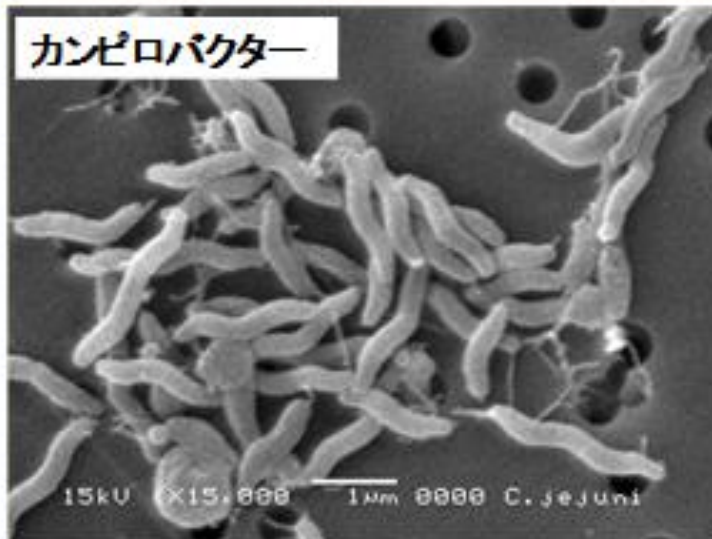
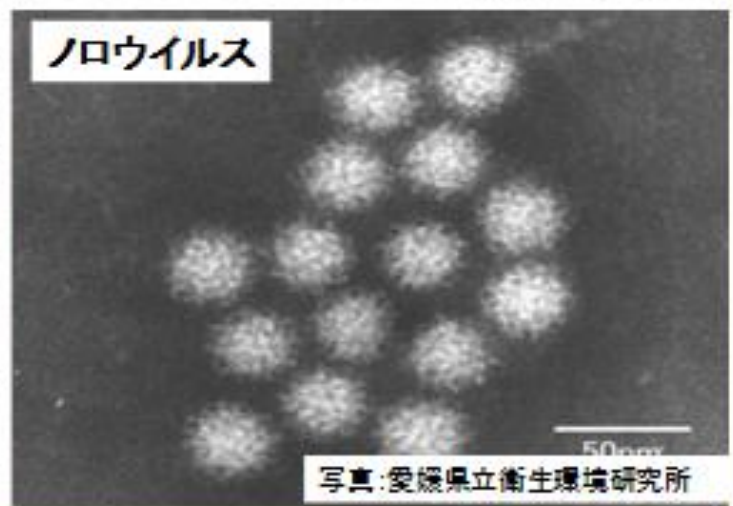
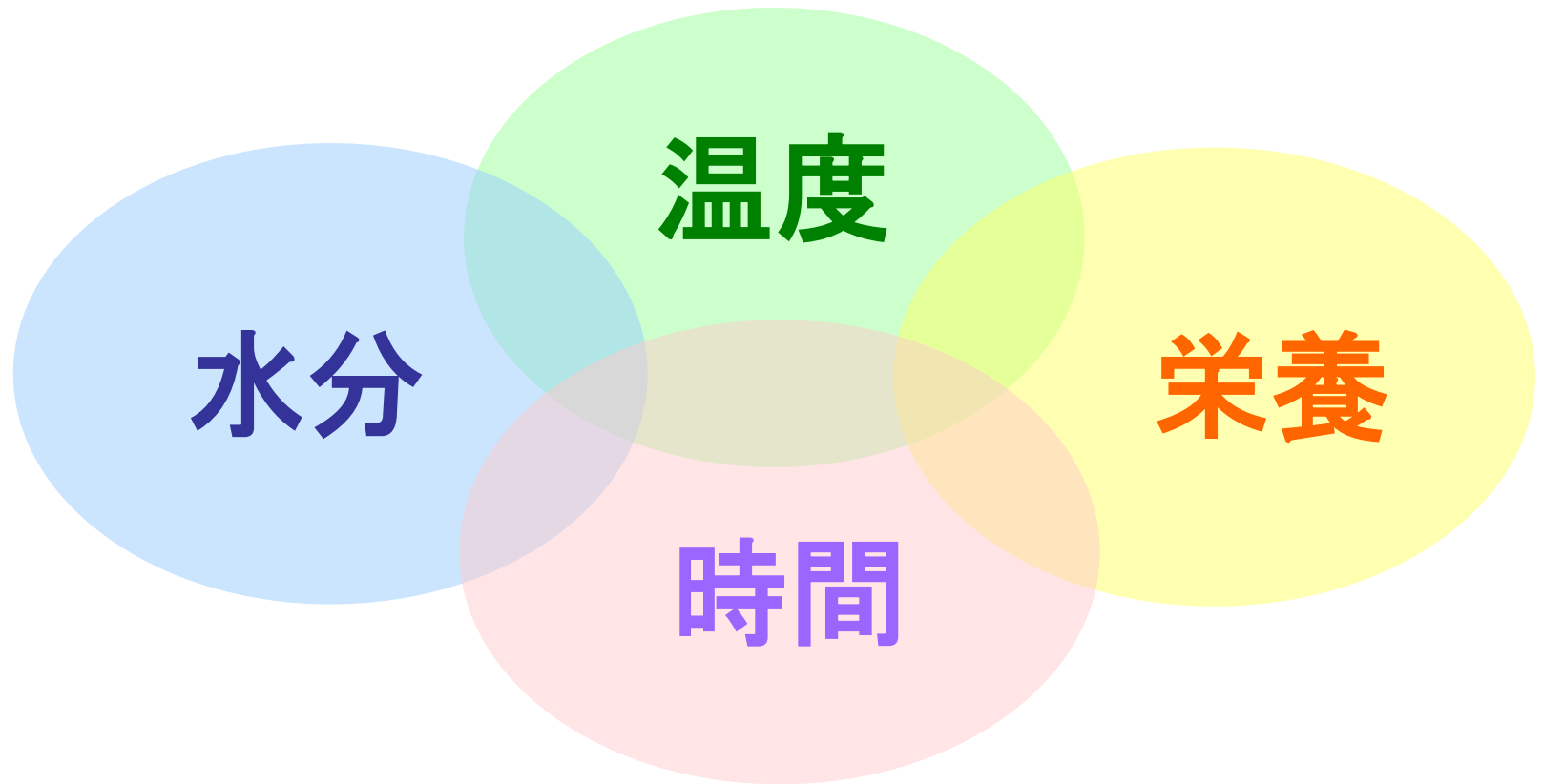


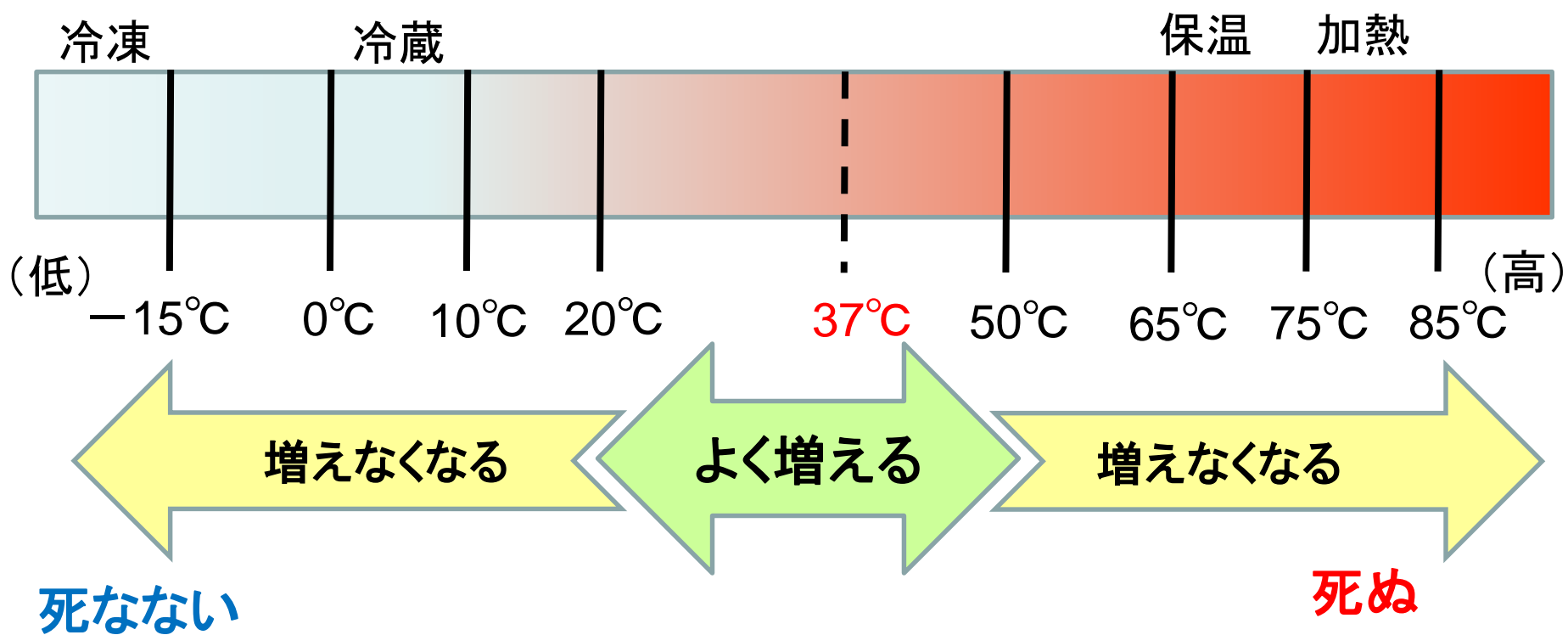
写真3枚:内閣府食品安全委員会



細菌は倍々に増えます ~ 4つの条件



細菌の増殖と温度



しょくちゅうどくさいきん

食中毒細菌を

つけない！ ふやさない！ やっつける！

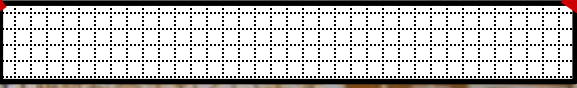
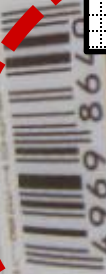




食品の表示、
見たことある？

カップヌードル カレー

<http://cupnoodle.jp>



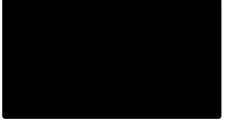
物員が含まれていはいは。小麦 そば

卵	乳成分	落花生	えび	かに
豚肉	鶏肉	牛肉	いか	さけ
さば	いくら	あわび	大豆	やまいも
カキ	くるみ	ごま	まつたけ	りんご
オレンジ	バナナ	もも	キウイ	ゼラチン

電話 0120-923-301 受付9:00~17:00
東京窓口/〒150-8524 東京都新宿区新宿3-28-1
大阪窓口/〒532-8524 大阪市淀川区西中島4-1-1
<http://nissin.com>

100%植物性
※開封後は冷蔵保存してください
※吹きこぼれや火傷の原因となります。取り扱いにはご注意ください。
※調理は必ずお湯を注いでください。
※ごみに出す際は、区分けして分別してください。
※開封後は必ずお湯を注いでください。
合成保存料、着色料は使用していません。

食品安全ファイブリーグ第4問

本品の原材料には下表の内、枠内
が、で塗られた ○○○○○
物質が含まれています。
カタカナ5文字で答えよ！

--	--	--	--	--

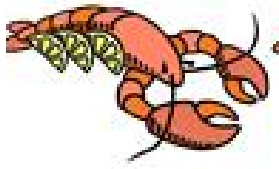
ア

シ

ル

ギ

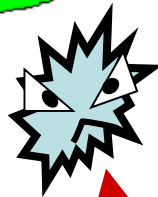
ー



たんぱく質



体が敵と判断



過敏な免疫反応を起す体質

かゆみ

じんましん

吐き気

せき

呼吸困難

血圧低下

必ず表示するもの（7）

小麦 卵 乳 えび かに

そば 落花生

表示をした方が いいもの（20）

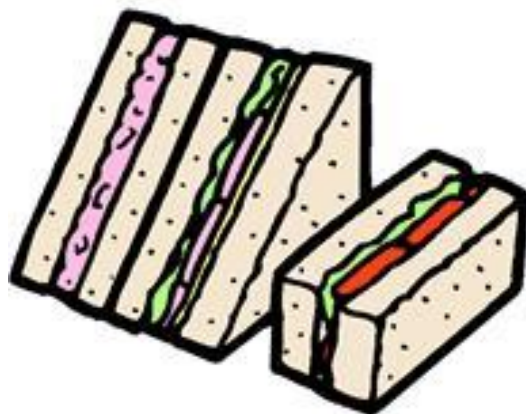
あわび、いか、いくら、オレンジ、
キウイフルーツ、牛肉、くるみ、
さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、
豚肉、まつたけ、もも、やまいも、
リンゴ、ゼラチン、カシューナッツ、
ごま



皆さんからの質問です。

Q: 賞味期限と消費期限には
どういう違いがあるのですか？

この食品には、賞味期限と消費期限、どちらがついているのでしょうか？



コンビニで
売っている
サンドイッチ

賞味期限

消費期限

この食品には、賞味期限と消費期限、どちらがついているのでしょうか？



スナック菓子

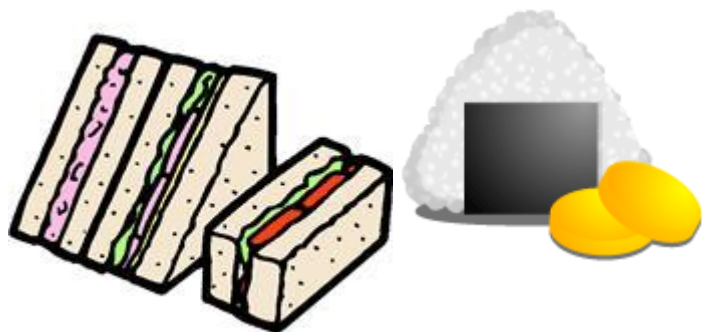
賞味期限

消費期限

どんな食品についているの？

消費期限

弁当
サンドイッチ
お惣菜など



賞味期限

スナック菓子
カップめん
缶詰など



県内の中学生からの質問です。

Q: 消費期限や賞味期限が過ぎた食品を食べると体にどんな影響があるの？

この食品には、賞味期限と消費期限、どちらがついているのでしょうか？



スーパーで
売られている卵

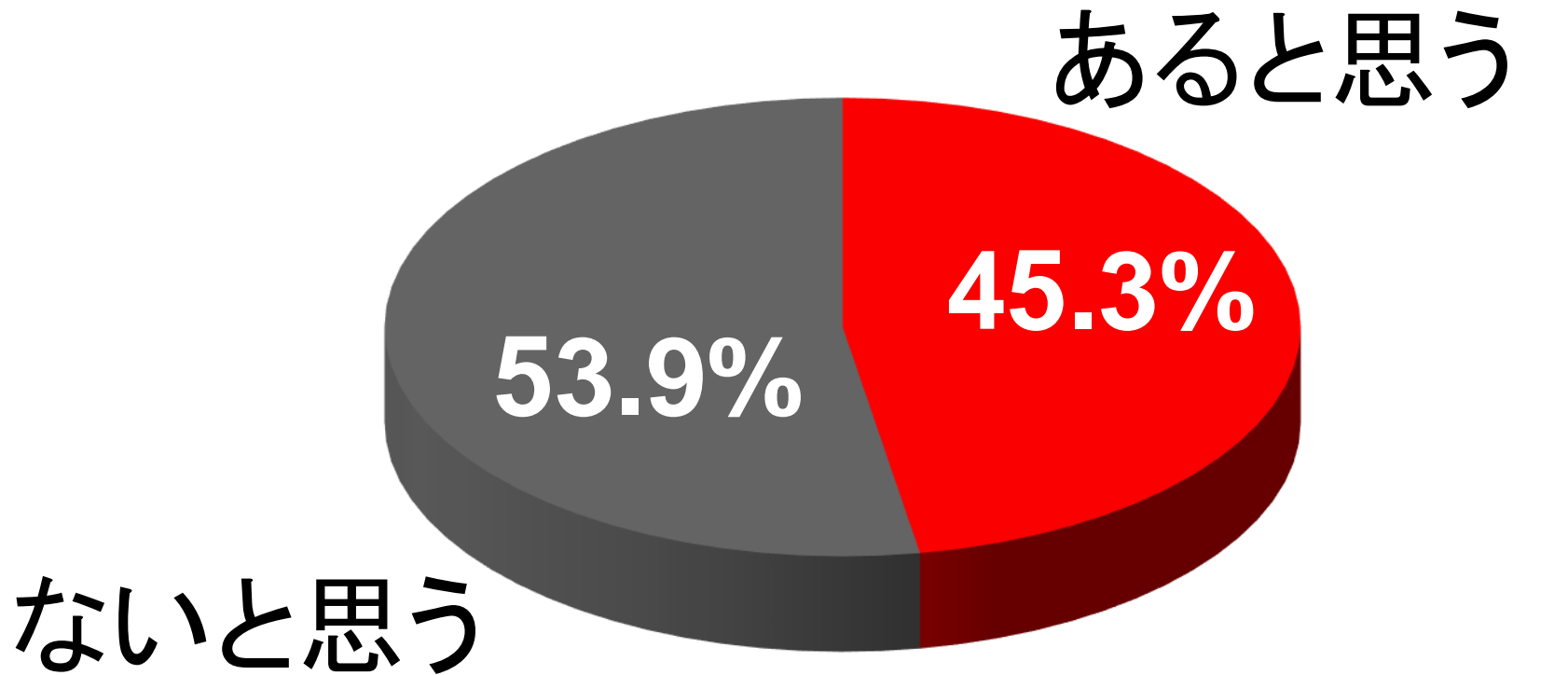
賞味期限

消費期限

皆さんからの質問です。

Q: 体に全く害のない食品って
あるんですか？

体にまったく害のない食品は あると思うか



(回答数 128)

佐々中学校 アンケート

食品安全ファイブリーグ第5問

リスクが全くないことを
表す英語の言葉、
カタカナ5文字を答えよ！

--	--	--	--	--

食品安全ファイブリーグ第5問

リスクが全くないことを
表す英語の言葉、
カタカナ5文字を答えよ！

	□			
--	---	--	--	--

ゼロリスク

の食品は存在しない！

まとめ

★ 食品が安全かどうかは、その食品にリスクがあるかないかではなく、その食品に含まれるリスクの量で決まる

◆ 食品のリスク = 食品に含まれる危険度の重大さ × 量・回数

安全と思っているものでも量を超えると安全ではなくなる



バランスよく食べることが大事！

大量に食べると安全とはいえないものでも、少量なら影響がない

◆ 食品の安全 = 食品に含まれるリスクを受け入れても健康に悪影響を及ぼさない程度に低い状態