

本当に

普段の食事でADIを超えないのか!?

「ADI」とは意図的に食品に使用される物質について、一生毎日摂取しても健康への悪影響がないとされる一日あたりの摂取量のことです。食品添加物はADIに基づき食品ごとに使用量を決めることで安全性を確保しています。もしも食品添加物をADIまで摂取した場合どのくらいの量の食品を食べることになるのかみてみましょう。

例 体重50kgの人が使用基準上限までソルビン酸(*)を添加したハムを食べた場合…

※細菌の増殖を抑制する保存料



① 体重50kgの人のADIを求める

●ソルビン酸のADI…25mg/kg(体重)/日

$$25(\text{mg}) \times 50(\text{kg}) = 1250(\text{mg})$$

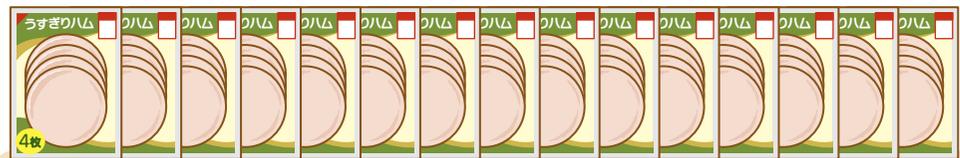
② ①のADIをハムの量に置き換える

●ハムへの使用基準…1gあたり2.0mg以下

$$1250(\text{mg}) \div 2.0(\text{mg}) = 625(\text{g})$$

毎日625gのハム(スライスハム約60枚分)を食べても健康に影響が出ない計算になります。

毎日こんなに食べ切れないかな…



結論! 普段の食事から、様々な食品をバランス良く摂取していればADIを超える心配はありません。

あんあんくん 第70話 正しいマスクの外し方



組合員さんの声 Q & A

実際に安全政策部に寄せられた質問にお答えします!

Q ふじりんごの果肉が茶色く溶けたようになっていました。どうして?

A 蜜腐れによるものです。ふじりんごの蜜は、収穫から時間の経過とともに果肉の中に吸収され散っていきませんが、蜜が多いと全て吸収されず残った蜜は茶色く変色し、傷んでしまいます。産地では、出荷の際に光センサーでチェックし変色などがあるものは除去していますが、変色がごくわずかだとセンサーが感知しないことがあるため、出荷後に蜜腐れが進んだものと思われる。交換などの対応をさせていただきますのでお申し出ください。



クイズに答えてポイントをもらおう!!

あんあんクイズ

「一生毎日摂取しても健康への悪影響がないとされる一日あたりの摂取量」のことを指す専門用語はどれでしょう?

- ① ADI ② TDI ③ AED

正解者の中から抽選で20名様に500ポイントを進呈します。当選の有無につきましては、ご利用明細の「ポイントのご案内」欄をお確かめください。

応募締切 2021年3月26日(金) (当日消印有効)

応募方法 官製はがきもしくはパソコンや携帯電話から応募できます。

はがきでのご応募の場合

①クイズの答え ②郵便番号 ③住所 ④氏名 ⑤電話番号 ⑥ご所属の生協(富山県生協・コープいしかわ・福井県民生協)を明記して下記の宛て先までお送りください。

宛て先 〒920-0362 金沢市古府2丁目188番地
コープ北陸事業連合 安全政策部「あんあんクイズ」係

パソコンや携帯電話からのご応募の場合

ホームページの応募フォームから必要事項を入力してご応募ください。

ホームページ

携帯電話からのご応募はこちら▶



※お預かりした組合員個人情報は、あんあんクイズ、その他ご本人への通知で利用させていただきます。

前回(12月号)のクイズ

Q. ノロウイルスについて間違っているのはどれでしょう?

- ① 乾燥や熱に強い ② 免疫力の弱い乳幼児や高齢者は重症化しやすい
③ 一度かかると感染しない

正解は「③ 一度かかると感染しない」