

食の 安全検定ナビ 消費者向け編

～輸入食品は
本当に危険ですか？～
2010年12月版

開発責任者：厚生労働科学研究代表 関澤 純 jsekizaw@tc.catv.ne.jp

問題 1

平成21年度一年間の輸入食品届出数は
およそどのぐらいだと思いますか？

A.18万件

B.90万件

C.180万件

正 解

C

180 万 件

ポイント

世界一厳しい検疫体制は少人数で膨大な手間と
時間をかけて実施している！

平成21年時点で、368名の食品衛生監視員が、
厳しい検疫体制を実施

輸入届出品目数は30年間で約7倍に急増し、
検査能力の限界に近い

重量では3060万トンが輸入されている。

問題 2

食品中に残留基準が決められている農薬
はおよそ何種類あると思いますか？

A.150種類

B.340種類

C.820種類

正 解

C

820種類

ポイント

残留基準値のある農薬は約800種類！！



しかし…



・実際に使用されているのは200種類程度

・その中でも主に使用される農薬は数十種類

問題 3

食品中の農薬の分析にどの位時間がかかりますか？

A.数時間

B.1日

C.3日以上

正 解

C

3日以上

ポイント

農薬の検査はたいへんだ

～食品の分析～

約2日

抽出 → 分離 → 濃縮 → 精製



1日以上かかる……

↓
機器分析

↓
データ解析・
報告作成

トータル約3日以上を要する

問題 4

輸入検疫で食品衛生法違反が見つかる割合はどの程度だと思いますか？

A.5%

B.2%

C.1%以下

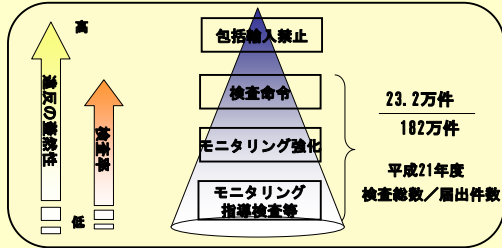
正 解

C

1%以下

ポイント1

輸入時の検査体制の概要



平成21年度輸入食品監視統計
全届出件数182万件

ポイント2

平成21年度輸入食品監視統計
届出件数182万件

届出件数の12.7%の約23万2千件について
検査が行われ検査全体の1%以下(0.67%)
であるわずか1,559件が食品衛生法違反で、
多くは書類不備のようなものであった。

問題 5

検疫で中国からの輸入食品に違反が見つかる割合はどの程度だと思いますか？

A.各国平均以上

B.各国平均程度

C.各国平均以下

正 解

C

各国平均以下

ポイント

「中国産即危険」は、風評被害？
検査命令のうち輸出国別の違反割合（平成21年度）

	検査件数	違反件数	違反率
検査全数	201,908	394	0.20%
中国 (47品目)	117,165	96	0.08%
韓国 (20品目)	1,179	6	0.51%
ベトナム (8品目)	28,263	28	0.09%
台湾 (15品目)	6,173	8	0.13%
タイ (27品目)	5,048	4	0.08%
米国 (13品目)	3,308	51	1.54%
米国内産：とうもろこし アーモンド (*)	2,782	50	1.80%

*カビ毒アフラトキシン汚染が多い！

食の安全ナビ検定クイズ
「輸入食品 編」
合格証

殿
あなたは表記クイズ検定において
優秀な成績を修めたので
合格証を授与します。

平成 年 月 日

食の安全ナビ検定クイズ責任者

関澤 純

ご参考

詳しいことを知りたい方は厚生労働省
輸入食品監視統計から平成21年度輸
入監視指導計画に基づく監視指導結果
(下記サイト)をご覧ください

<http://www.mhlw.go.jp/topics/yunyuu/kekka/dl/h21b.pdf>

食の 安全検定ナビ 消費者向け編

～食品中の発がん物質～
2010年10月版

開発責任者：厚生労働科学研究代表 関澤 純 jsekizaw@tc.catv.ne.jp

問題 1

人類は経験により発がん性のないものを食
品に選んできたと思いますか？

A.はい

B.どちらともいえない

C.いいえ

正 解

B

どちらともいえない

ポイント

昔から食べている食品にも**発がん性**
のある物質が含まれています



・ある種のかびが作る
アフラトキシンは最強の発がん物質

問題 2

天然の物質は合成の物質に比べて、総じて
安全性が高いといえますか？

A.はい

B.どちらともいえない

C.いいえ



ポイント

合成した物質でも多くの試験
をしたものは安全性が高い

天然のもので毒性試験を経ていない物質

↓

多数 ← 試験 ← ある量で毒性を示す

・人の体内の女性ホルモンも量により
乳がんの原因物質となりうる

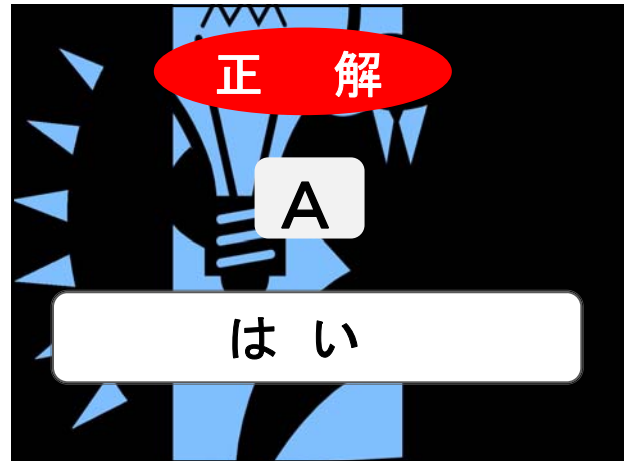
問題 3

ポテトチップスには弱い**発がん性**を示す物質
が含まれていると思いますか？

A.はい

B.どちらともいえない

C.いいえ



ポイント

なんと!!
最近の研究の結果で...

ポテトチップスには

ジャガイモに含まれる**還元糖**と**アルギニン**の加熱反応
でできる**アクリルアミド**という**発がん性**かつ**神経毒性**を
もつ物質が比較的多く含まれることがわかりました。

ご参考

詳しいことを知りたい方は食品安全委員
会・消費者の方向け情報・ファクトシート
から加工食品中のアクリルアミド（下記サ
イト）をご覧ください

<http://www.fsc.go.jp/sonota/acrylamide-food170620.pdf>

問題 4

生肉は腐敗しやすいが火を通すと**発がん性**を示す物質が微量できると思いますか？

A.はい

B.どちらともいえない

C.いいえ

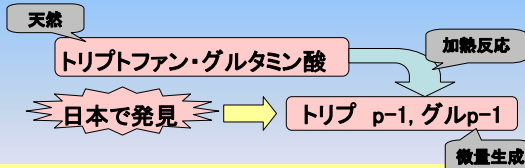
正解

A

はい

ポイント

ただし、毎日**焼け焦げ**を数十キログラム
食べ続けて**発がん**に至るもの



トリプp-1, グルp-1 は
遺伝子に傷害性を持つ物質

食の安全ナビ検定クイズ

「食品中の発がん物質 編」
合格証
殿

あなたは表記クイズ検定において
優秀な成績を修めたので
合格証を授与します。

平成 年 月 日

食の安全ナビ検定クイズ責任者

関澤 純

食の 安全検定ナビ 消費者向け編

～健康食品～
2010年10月版

開発責任者：厚生労働科学研究代表 関澤 純 jsekizaw@tc.catv.ne.jp

問題 1

健康食品は法律上では、どちらでしょうか？

A.医薬品である

B.食品である

C.どちらでもない

正 解

B

健康食品は法律上、食品です

ポイント1

健康食品といっても色々種類があります

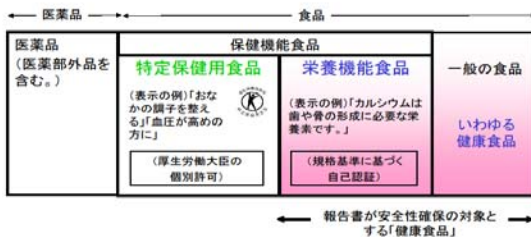
国が表示を認めた「特定保健用食品(トクホ)」、病者や乳幼児の「特別用途食品」、「栄養機能食品」のほかに、「健康に良い」ことを宣伝文句に使っている「いわゆる健康食品」があります。

ポイント2

(参考)

「健康食品」について

「健康食品」の法律上の定義はなく、広く健康の保持増進に資する食品として販売・利用されるもの全般を指していると考えられるが、本検討会の報告書においては、これらの食品から個別に有効性や安全性に関する国の審査が行われている特定保健用食品を除いたものを対象とする。



健康食品安全性確保検討会報告概要より

問題 2

健康食品として売られているものは、生活習慣病の予防や軽減に効果がありますか？

A.はい

B.いいえ

C.適用の状況による

正 解

C

適用の状況により、効果がある

ポイント

健康食品利用の目的には、「健康維持・増進」、「なんとなくよさそう」、「ダイエット」があげられています。

よく見る表示は「血圧が高めの方に」「おなかの調子を整えたい方に」ですが……

健康食品の利用に際しては、効果は人や体調により、薬の効果の低減や副作用の起きる場合や摂り過ぎによる危険性もあります。

問題 3

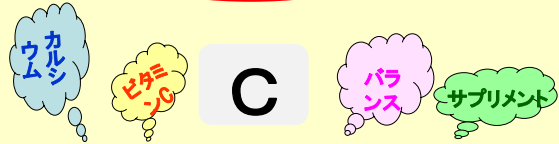
健康や美容に良い成分は多くとれば、
とるほど効果があるでしょうか？

A.はい

B.いいえ

C.とり過ぎると良くない場合もある

正 解



とり過ぎると良くない場合があります

問題 4

健康食品を服用している時に体調が悪く
なっても効いている証拠なので、我慢して
続けるべきでしょうか？

A.続けるべき

B.医師・薬剤師に相談

C.あまり、気にしないで良い

正 解

B

利用にあたっては、医師、薬剤師、
栄養士、栄養指導担当者らの助
言を聞きましょう

ポイント

・健康食品の利用に際しては、効果は人や体調により、薬の
効果の低減や副作用の起きる場合、摂り過ぎによる危険性も
あります。

・利用にあたっては、医師、薬剤師、栄養士、栄養指導担
当者らの助言を聞きましょう。

・特に、かえって体調がおかしくなったという時は「いわゆ
る健康食品」により病気になるたり、死亡に至ったケースも
あるので、必ず専門家の助言を聞いてください。



問題 5

治療中の場合、健康食品を摂取する期間は
薬の服用を中止すべきでしょうか？

A.中止すべきである

B.併用してよい

C.医師や薬剤師に相談

正 解

C

医師や薬剤師に相談しましょう

問題 6

有効性や安全性の適切な情報を得るには、次のうちどれを選ぶと良いでしょうか？

A. 広告やチラシ

B. テレビや新聞の紹介記事

C. 国立健康栄養研究所のホームページ
や栄養情報担当者など

正 解

C

国立健康栄養研究所のホームページや栄養情報担当者などから情報を得ましょう

ポイント2

国立健康・栄養研究所のサイト

<http://hfnet.nih.go.jp/>

「健康食品の安全性・有効性情報」を
ご参照下さい♪

問題 7

サプリメントを摂っていれば栄養バランスは気にしないで良いでしょうか？

A. サプリメントと摂ることで十分

B. サプリメントを組み合わせれば良い

C. 栄養バランスを摂ることが基本

正 解

C

栄養バランスを摂ることが基本です

厚生労働省の国民健康・栄養調査結果からは、栄養成分のほとんどは、通常の食品から十分摂取できていることが分かります

ポイント

健康で美しくあるための秘訣は！

バランスの良い食事
適度な運動休養
です！



偏った食事、運動なし、不規則な生活で、楽に、健康になれたり、きれいになれたり、はありません！！

食の安全ナビ検定クイズ

「健康食品 編」合格証

殿
あなたは表記クイズ検定において優秀な成績を修めたので合格証を授与します。

平成 年 月 日

食の安全ナビ検定クイズ責任者

関澤 純

