

●食品添加物の表示を見てみよう

食品添加物とは、殺菌剤、保存料、着色料、甘味料など加工食品を製造する際に使われます。加工食品を買うときには、どのような添加物が使われているのか表示を見てみましょう。

種類	目的と効果	食品添加物例
甘味料	食品に甘味を与える	キシリトール アスパルテーム
着色料	食品を着色し、色調を調節する	クチナシ黄色素 食用黄色4号
保存料	カビや細菌などの発育を抑制し、食品の保存性をよくし、食中毒を予防する	ソルビン酸 しらこたん白抽出物

増粘剤	食品に滑らかな感じ	ペクチン
安定剤	や、粘り気を与え、分	カルボキシメチル
ゲル化剤	離を防止し、安定性を	セルロースナトリ
糊剤	向上させる	ウム
酸化防止剤	油脂などの酸化を防	エリソルビン酸ナ
	ぎ保存性をよくする	トリウム
		ミックスビタミン
		E
発色剤	ハム・ソーセージなど	亜硝酸ナトリウム
	の色調・風味を改善す	硝酸ナトリウム
	る	
漂白剤	食品を漂白し、白く、	亜硫酸ナトリウム
	きれいにする	次亜硫酸ナトリウ
		ム

[参考]日本食品添加物協会、食品添加物の種類と用途例、

<http://www.jafaa.or.jp/tenkabutsu01/siryou.html>、2017/05/29