

●加工食品ってなに？

“加工食品”と聞いて何を思い浮かべますか？インスタントラーメンや、冷凍食品でしょうか。実は、これだけではありません。加工食品とは、生鮮の農産物や畜産物を加工して製造される食品のことを言うため、ちくわ、ハム、食パン、バター、ヨーグルト、ビールやお菓子なども加工食品に分類されます。

加工食品、調理済み食品は、家庭における調理の手間を省き、生活にゆとりを生むだけでなく、大量に処理することでむだを省く、素材の有効な利用によってコストを低減するなど、多くの利点があります。その一方で、安全性に対する不安が懸念されます。

現在の食品衛生法で定められた添加物を加工食品に使用したときは、原則としてすべての物質の名称を容器包装の見やすい場所に日本語で表示することになっています。添加物の表示方法は現行の食品衛生法に基づき、①物質名、②用途名：保存料、甘味料、増粘剤、安定剤、ゲル化剤、糊料、酸化防止剤、発色剤、漂白剤は、「酸化防止剤（ビタミンC）」の

ように用途名に合わせて表示する、③一括名：同様の効果を一括表示する（pH調整剤、調味料、乳化剤など）の3つに分類されます。加工食品を利用する時には、容器の表示をよくチェックする癖をつけましょう。



【参考】食べ物と健康食品の加工（2015）太田英明ほか、南江堂、p1-4,9,10