

読者の質問にお答えします

# 幼児のアルミニウム過剰摂取が心配です

幼児のアルミニウムの規制に関する記事(6月22日朝日)を見ました。子育て中なので心配です。(埼玉県 山下綾)

## 食品のアルミ添加物 使用基準を設け規制へ

ホットケーキや菓子類などに含まれるアルミニウムの添加物について、厚生労働省は6月21日、使用基準を定めて規制する方針を決めました。

調査の結果、食事の取り方によって1〜6歳の幼児で、国際基準を上回るおそれがあることが分かったためです。

世界保健機関(WHO)などによる専門家会議は、1週間の許容量を体重1kg当たり2mg

に定めています。

多量に取り続けると、腎臓や握力などに障害を起こすことが報告されています。脳神経科学者の黒田洋一郎氏は、以前からアルツハイマー病との関連を指摘し、妊娠中や乳幼児時期の脳神経系への影響を警告しています。

厚生省の調査では、1〜6歳児は、アルミの4割を砂糖類・菓子類、3割を穀類から取っていました。ベーキングパウダー(膨らし粉)に含まれるミヨウム(硫酸アルミニウムカリウム)などが影響していると見られています。

一部の菓子パンや、ドーナツ、蒸しパン、ビスケット、マフィン、中華まんなどで、膨ら



アルミニウム不使用のベーキングパウダーの例

し粉が使われています。

《表示の見方》原材料で膨脹剤と表示されている場合、アルミニウムが含まれている心配があるので避けたほうがよいでしょう。アルミの含有量の表示義務はありません。

## ホットケーキ1枚で 1週間の許容量をオーバー

東京都健康安全研究センターの調べでは、市販のホットケーキ1枚(約50g)に最大で約27mg、パウンドケーキ1切れ(約50g)、最大で19mgが含まれていました。

13kgの3歳児の場合、許容量

を1枚食べたなら、その1週間には膨らし粉を使用した食品を控えたほうが良い、ということになります。

自宅や保育園などでお菓子を手作りする場合は、アルミフリー(不使用)のベーキングパウダー\*や重曹を。アルミフリーのものは、通販や自然食品を扱う店で入手できます。

FAO/WHO合同専門家会議によると、大豆の調整乳を飲んでいる乳児では、アルミニウム摂取量が非常に高くなる可能性があるとされています。

食事以外にも、体内に入るルートが考えられます。

・アルミ鍋・ドイツでは、アルミ鍋での酸や塩を含む調理や保存をしないように助言しています。

・制酸剤(胃薬)や頭痛・鎮痛剤(例・パファリン)などの医薬品にも多量に含まれているので、常用している人には要注意です。(家米編集委員会)

## アルツハイマーは歯周病で悪化 マウスの実験で判明

名古屋市大大学院の研究チームが、歯周病がアルツハイマー病を悪化させることをマウスの実験で明らかにした。人工的にアルツハイマー病に罹患させたマウスを2グループに分け、一方だけを歯周病菌に感染させた。これらのマウスを箱に入れて球や三角すいの物体を2つ見せた後、うち1つを置き換えて反応を調べると、歯周病のないマウスは新しく置いた物体へ頻りに近づくと、歯周病を併発したマウスは反応が変わらなかった。

認知機能が低下し、最初に見た物体の形を忘れているため、新しい物体に興味を示さなかったという。 ●日本経済新聞 6月1日

## 飲みかけのペットボトル 製氷機にも潜む菌たち

湿気が多い季節になると、気になるのがカビやダニ。小西良子麻布大学教授は「冷蔵庫、冷凍庫の過信こそ危ない」と指摘する。

たとえば、冷蔵庫に入れたままの飲みかけのペットボトル。直接、口をつけて飲んで放置したペットボトルからはカビや大腸菌が検出されている。

長時間放置して菌が繁殖したペットボトルの飲料を飲んで、気持ちが悪くなった、という健康被害も出ているという。(1)原因となる菌やウイルスをつけない。(2)増やさない。(3)やっつける、の食中毒予防3原則が大事。

●AERA 6月3日

## 牛・豚肉を多く食べる男性 糖尿病発症の危険が4割増

牛肉や豚肉を多く食べる男性は、あまり食べない男性と比べ、糖尿病を発症する危険が4割高くなるとの調査結果を、国立がん研究センターなどの研究チームがまとめた。女性では違いが見られなかった。

研究チームの調査によると、牛肉や豚肉に多く含まれる鉄分が膵臓などに炎症を起こし、インスリンの分泌などを低下させている可能性があることが原因ではないかという。

女性は元々男性より鉄分が少ないため、体内に取り込んで発症に影響がなかったのではないかとしている。 ●朝日新聞 6月3日

## 健康食品、第3の表示 効果誇張に懸念も

「健康食品」がどのように体によいか、より自由に表示できる制度を作ろうという議論が政府の規制改革会議で進んでいる。だが、現状でも効果を強調しすぎる宣伝があり、消費者が混乱するという懸念が出ている。規制改革会議の健康・医療ワーキンググループは、トクホは個別審査のため開発費用や許可までの時間がかかり、栄養機能食品は対象成分が限られていることを問題視。

中間報告では、「制度の使い勝手の悪さが指摘されており、より合理的かつ簡易に機能性表示を可能とする仕組みの整備などを求める」と提言した。 ●朝日新聞 6月4日

## アルミ製のやかんに注意! 怖い「金属中毒」

水筒は種類や機能が豊富になってきた。しかし、注意が必要。選び方や使い方を間違えると、金属中毒などに見舞われる危険がある。

同じ金属製容器ということで、やかんを例にとると、保育園で、アルミニウム製の古いやかんで乳酸菌飲料をつくり、それを飲んだ複数の園児が嘔吐した。保健所が調べたところ、飲み残しの乳酸菌飲料から、高濃度の銅が検出された。お茶などを沸かすのに使っていたやかんの一部が腐食して銅がたまり、銅は酸に溶けやすいため、酸性の乳酸菌飲料に溶け出したことがわかった。

●週刊朝日 6月14日

## カネボウ:肌がまだらに白く 美白化粧品など54製品自主回収

消費者庁は7月4日、カネボウ化粧品など3社の美白化粧品計54製品で、肌がまだらに白くなる被害が39件報告されているとして、使用を中止するよう呼びかけた。合計出荷数は約436万個。3社は自主回収を始めた。

化粧品に含まれる成分「ロドデノール」の作用と見られる。ロドデノールはカネボウが開発。メラニンの生成を抑え、しみ、そばかすを防ぐ効果があるとされ、医薬部外品として厚生労働省の承認を受けていた。同じ美白成分を含んだ商品は現在、約25万人が使っているという。

●毎日新聞 7月4日

\*ラムフォード:ベーキングパウダーアルミフリー アイコク:ベーキングパウダーアルミフリー 共立食品:ベーキングパウダーアルミフリー バイオニア企画:ホットケーキミックスアルミ