

デジタル ボイス

メールカンゼリングの現場から

安藤 房子

テレビや新聞では食の安全についてよく話題になっている。が、もうずいぶん前から、子育て中の女性には、食に敏感な人が多い。食品を購入するときには原材料や原産国、食品添加物を確認。野菜や果物は有機野菜。魚やお肉は、産地や、どのように育てられたかを調べてから購入。それらのことを当然のようにしている人は意外と多いのである。

そんな女性たちの悩みは、子供たちの保育園や学校での食生活である。家庭での食事は、安全なものを出せるのに、園・学校給食では、どこの国のどんなものを出しているかわからないことにやきもきしているのだ。園・学校に尋ねたいけれど、うるさい母親と

思われたくないから聞けずにいる。これらの母親たちの悩み、私はおおに共感する。その一方で、「怖からずに聞いてみては？」とお答えするようになっている。園・学校がどんな食べ物を出しているのかを知るのは親の権利であると思つし、子供の安全を守る

のは親の義務だと思うからだ。中国製冷凍ギョーザの事件が記憶に新しいところだが、それ以外にも、食の危険はあちこちで起きている。私が住む横浜市では、昨年、市立小学校など三百五十六校の給食の食材に使用する予定だった中国産のキクラゲから、

をほじめとする大人がきちんと選ぶしかないのではないだろうか。私はずいぶん前から、娘の園の給食の原材料、仕入れ先を調べてもらっている。納得できない食品については除く。納得できない食品については除く。納得できない食品については、自分で用意した代替品を持たせている。特に、食品添加物の多い食べ物。味覚障害につながる可能性があるため、できる限り除去し続けてきた。娘が昨年末に慢性じんましんになってからというもの、より食材に気を付けてからというもの、彼女は食品アレルギーはないはずなのだが、医師のアドバイス通りに念のため魚介類を除く。それ以上に気をつけているのは、やはり食品添加物の除去である。病院でもらったじんましんのパンフレット

によれば、食品添加物もまた慢性じんましんにつながる可能性があるらしいのだ。だけど、無添加の食生活は意外と大変。一般のスーパードでは手に入らないものが多いからだ。園で出るパンも、食品添加物だらけだ。たまたま手元に、園がパンの仕入れ先としているメーカーの袋があるので見てみると、砂糖混合ぶどう糖果糖溶糖、発酵風味料、乳化剤、イーストフード……。ものすごい量の食品添加物である。ちなみに、「乳化剤」など「ひとつの目的のために使われている食品添加物」は食品衛生法により一括表示を認められているので、このパンの袋に書かれている「乳化剤」が何種類の食品添加物で作られたものかは、メーカー

学校や幼児施設は 食の情報開示して



基準値の約二倍の残留農薬が検出された。横浜市の学校給食会の自主検査によって使用前に判明し、子供たちに何の害もなかったからよかったものの、こういことはおきてからでは遅いのだ。そして子供たちは、学校でも自宅でも、食材を選ぶ立場にない。ならば親

に聞いてみないとわからない。

もちろん、気をつけたいのはパンだけではない。しょうゆ、みそ、ケチャップ、マヨネーズなどの調味料も、メーカーによってはかなりの食品添加物が入っている。ハムやタラコやかまぼこなどの練り製品なども要注意だ。食は子供の心と身体、そして未来をも作るたいせつなもの。ぜひすべての園・学校で、保護者から尋ねられなくても情報開示をするようにしてほしい。もう日本は、食を選ぶ時代が来ていると思う。

（恋愛カウンセラー作家大江町出身）
※最新著書は「LOVE NOTE 90日間で恋愛体質になる書きこみBOOK」（大和書房）
毎月第一土曜日に掲載します