

コーヒーフレッシュミルクには ほど遠い「添加物だらけ」のコピー商品

コーヒーフレッシュを、オムレツやカレーなどの料理に入れる子どもが多い——ファミリーレストランで働く女性から聞いた話です。家庭でも料理に使うことが多いので、それを真似しているのかもしれませんが。"子どもが喜ぶ味"にするための一工夫でしょう。ただ、コーヒーフレッシュの正体を知ったら、もう料理などには使えないはずですよ。

コーヒーフレッシュは、「牛乳の一種」ではありません。主原料の植物油脂は菜種油、パーム油などさまざまですが、添加物の力なくしてはつくることができません。健康に悪影響がなければいいのですが、そのリスクはすでに指摘されています。

大手化学工業メーカーが出した、<コーヒー用高粘性クリーム状組成物の製造に適した油脂組成物>、つまりコーヒーフレッシュの特許によると、「グリセリン脂肪酸エステル、ソルビタン脂肪酸エステル、プロピレングリコール脂肪酸エステルを添加してつくる」とあります。

蔗糖脂肪酸エステルは催奇形性の疑いがあるとされ、プロピレングリコールは動物実験で腎臓障害を起こすと

の報告があります。これでは、とても子どもに食べさせるわけにはいきません。

また、コーヒーフレッシュは本物の牛乳より高カロリーなため、まろやかさを出そうと牛乳の代わりに使うのは避けた方がいいでしょう。

コーヒーフレッシュはその名の通りコーヒーに入れるものですが、お父さんやお母さんたちも、コーヒーを飲むときはなるべく使わないようにしてください。

ミルクを入れたいなら、乳脂肪を主原料にしたものを選ぶようにしましょう。

これは本物のミルクに近いので、喫茶店などでは冷蔵保管されており、お客の注文に応じて出されるものです。

常温で保管されていることはまずありませんから、テーブルの上に出しっぱなしのミルクはコーヒーフレッシュと判断していいでしょう、

コピーミルクなどではなく、親子で本物のミルクを使うようにしてください。

(出典：郡司和夫 著『子どもにこれをたべさせてはいけない』三笠書房より)

エコポスト2013年8月3回掲載

漬物にも使われているタール色素

市販の漬物には、以前から大きな問題がありました。それは、鮮やかな赤や黄色などに着色するため、多くの製品に合成着色料のタール色素が添加されていることです。

タール色素は、石油製品からつくられています。タール色素は自然界にはまったく存在しない化学合成物質です。現在食品添加物として認められているのは、赤色2号、赤色3号、赤色40号、赤色102号、赤色104号、赤色105号、赤色106号、黄色4号、黄色5号、青色1号、青色2号、緑3号の12品目ありますが、どれもその化学構造や動物実験の結果から発がん性の疑いが持たれています。とくに赤色2号については、アメリカでは禁止されているのに、日本では使用が認められているという恐ろしいものです。赤色2号に構造が似ているのは、赤色40号、赤色102号、黄色5号です。これらも発がん性の可能性が高いと言えます。

タール色素は他にも、シロップ、明太子、たらこ、キャンディなど多くの食品に使われています。タール色素は、アレルギーの一種じんましんを起こすともいわれ、皮膚科医の間では、「じんましんを起こす添加物」と言われています。

漬物を「ほとんど食べていない」「週1～2日」「週3～4日」「ほとんど毎日」に分類して、胃がんの発生率を比較したところ、「ほとんど食べない」の胃がんの発生率を1とすると、「週1～2日」が1.54倍、「週3～4日」が2.71倍、

「ほとんど毎日」が2.35倍という結果でした。注目したいのが「ほとんど毎日」食べるの方が、「週3～4日」食べる人よりも胃がんの発生率が少ないことです。



ただこの結果では、漬物が胃がんの発生率を高めているとは結論付けられません。この結果からまず考えられるのが、漬物には種類があるという事です。タール色素入りの漬物は、タール色素の影響によって、胃がんの発生率を高めることが考えられますが、漬物のそのほかの原料には胃がんの発生とそれほど関係がないと考えられます。とくに手作りの漬物の場合、ほとんど関係はないでしょう。

手作りの漬物も塩分を多く含んでいるため、胃粘液は荒れますが、そこに発がん性物質が作用しなければ、粘液は正常に再生され、がんは発生しないと考えられます。からです。「ほとんど毎日」食べている方は、手作りのもの、自然な色のものを食べていたことが十分に考えられます。

がんを予防することは、私たちが生きていくうえでとても重要な課題なのです。発がんのリスクを高めるような食品は避ける必要があるでしょう。

(参考：文：渡辺雄二 週刊金曜日2017.1.20より)

エコポスト2017年2月2回掲載