

News Release 新刊のご案内

我が子を守りたい親に送る 日本一わかりやすい添加物の本

『長生きしたければ、原材料表示を確認しなさい！』

“不”健康長寿大国ニッポンの、老化では片づけられない不調、病気の隠れ原因に

食品添加物アリ!? 毎日の加工食品があなたを蝕む!

(著者)小薮浩二郎

〈価格〉1,200 円＋税 〈発売日〉2017 年 5 月 8 日 〈出版元〉ビジネス社

株式会社ビジネス社(東京都新宿区:代表取締役社長 唐津隆)は、2017 年 5 月 8 日に『長生きしたければ、原材料表示を確認しなさい!』を発売いたしました。

◎本書の要点

わが子を食品添加物から守るハンドブック

賢い親は塾よりも食べ物に投資している!

「大手メーカーの食品」「スーパー・コンビニの食品」
「パン、おにぎり、お菓子」は添加物まみれ!

原材料表示を見れば、添加物は避けられる!

- 厚労省が「安全」とお墨付きを与えているので、食品メーカーは使いたい放題
- がん、心筋梗塞、骨粗しょう症、早産、胎児の奇形...こんなに怖い添加物
- 小麦粉、しょうゆなど食品素材に含まれる添加物には表示義務がない
- 一つの添加物に複数の化学物質が使われている
- 毎日食べている食パンは最も身近な危険食品
- ゼロカロリーのコーラ飲料は、水と空気以外すべて添加物
- 糖質ゼロなどの機能性食品ほど怖いものはない
- 原材料表示に膨張剤、乳化剤、リン酸塩、カラメル色素があるものは買ってはいけない!!
- 添加物より怖いマーガリン、ショートニング、ファットスプレッド

小薮浩二郎セレクト 全国安全な食品が買えるお店リストを掲載!

<著者プロフィール>

小薮浩二郎(こやぶこうじろう)

1945 年、岡山県生まれ。食品メーカー顧問、食品・添加物専門家。香川大学卒業後、九州大学大学院農芸化学専攻(栄養科学講座)修了。京都大学薬学部研究生を経て、製薬会社勤務。14 年にわたり、医薬品、食品添加物、農薬などの研究に従事。現在は、食品会社の顧問などのかたわら、食品系専門学校で教鞭をとる。著書に『ちょっと高くても、コッチ!』(三五館)、『コンビニ&スーパーの食品添加物は死も早く!』(マガジンランド)などがある。

◎本書の概要

日本人の健康志向の高まりとともに、無農薬有機栽培、遺伝子組み換え、国産・外国産などの原産地などにこだわる消費者が増えつつあります。しかし、それ以上にこだわるべきは、「食品に人工的に加えられている添加物の有無」だと著者は述べています。著者の講演会には、危険な食品から自分の子供や孫を守りたいと若いお母さんや高齢のご婦人の方が沢山来場するそうですが、皆、食品添加物に関しては「よくわからない」と口を揃えます。こうした方々のために、添加物についてわかりやすく記載したのが本書になります。

おにぎり、サンドイッチ、お弁当をはじめ、お菓子、アイスクリーム、ジュースはいうに及ばず、スーパー、コンビニで売られている加工食品のほとんどに大量の添加物が入っています。老若男女問わず、多くの方は、便利なこれらの食品を毎日大量にとり続けているのです。添加物が体によくないことはなんとなくは理解しているものの、どうよくないのかをはっきり理解できず、なにより、厚生労働省が添加物に「安全」だとお墨付きを与えているため、消費者は必然的に添加物に対して、無関心、無頓着になってしまいがちです。そのため、食品メーカーは添加物を使いたい放題です。その



ほうが、大量に安価に長持ちする食品をつくることができます。食品の工業化による産物が、まさに添加物です。

一部体に有害な添加物は判明しているものの、多くの添加物は体にどう悪影響を及ぼすか判明していない部分が多いのも事実です。その理由は、人体実験で検証をしていないからです。しかし、長年、添加物の研究などに従事してきた著者は、食品を介して取り続け蓄積している添加物が不調や病気のなんらかの原因であるのは、偽らざる事実だと話します。なぜなら、添加物は人工的に合成された大量の化学物質でできているからです。

消費者が今からすぐにはできる危ない添加物を避ける方法は、パッケージにある原材料表示を確認することです。本書では、原材料表示に記載されている添加物について、危険度を「大・中・小」に分けて説明しています。そこを理解すれば、読者の方は、添加物の危険度を認知し、自分で原材料表示を確かめながら安全な食品を選ぶことができるようになります。添加物を完全に避けることは難しいことも事実です。そこで、本書では安全な食品の見分け方から、体にいい食品を入手する方法なども記しています。まずは、原材料表示を確認するところから始めましょう！

<本書の内容>

第1章 添加物ってなに？

加工食品はなにで作られているのか？

食パンの原材料表示

ゼロカロリーのコーラ飲料の原材料表示

「添加物とはなにか？」は、非常に答えにくい質問です

添加物はいつ頃からある？添加物の歴史は誕生と使用禁止の歴史である

一度死んだはずが蘇ったゾンビ添加物

戦後禁止になった添加物の例

どのような添加物があるか

用途名と物質名が記載されている添加物の例

用途名だけが記載されている添加物の例

物質名だけが記載されている添加物の例

第2章 複数の添加物が入っている食品に注意！

銀鮭の塩焼き弁当

直巻きおむすび チキン南蛮

食パン スイートブレッド

本醸造 減塩しょうゆ

マヨドレ コレステロール0ゼロ

第3章 体と心を破壊する、やっぱり怖い添加物

添加物が体に悪いこれだけの理由 その1

添加物が体に悪いこれだけの理由 その2

体に悪さをすることがわかっている主な添加物

添加物だらけのものを食べ続けるとどうなるのか

健康意識が高い割に、添加物の怖さに無頓着な日本人

オーガニック、無農薬、原産地よりもまずは添加物の有無の確認を

スーパー、コンビニで売られている食品の9割は添加物まみれ

大手メーカーの食品はほとんどNG

市販のお菓子は危険な添加物の宝庫

無添加表示のものにも注意が必要

無添加食品は少し高いが、長い目で見れば断然安い

あなたの大好物が危ない

食文化が豊かな日本に、添加物まみれの食品が蔓延している事実を恥ずべき

第4章 これだけは口に入れてはいけない添加物リスト

【危険度大】絶対に口に入れたはいけない添加物リスト

【危険度中】避けるべき添加物リスト

【危険度小】なるべくなら口に入れたくない添加物リスト

安全な添加物リスト

隠れ添加物に警戒せよ！

第5章 食品添加物をとり続けてしまった人へ

なるべくとらないことが大切

今からでも遅くない!

体に入った添加物はどうなるのか?

体に蓄積した添加物を排出する方法はあるのか?

では、なにを食べればいいのか?

いい食品、悪い食品の見分け方

小薮浩二郎セレクト 全国安全な食品が買えるお店リスト

第6章 それでも食品添加物を使わざるをえない供給側の事情

役所が認めているから、いくら使ってもとがめられない

食品の工業化がもたらした産物

安く、大量に、見栄えよく、長持ちさせるには、添加物を使うのが手っ取り早かった

食品の安全基準から添加物だけが外されている理由

ミシュランもハサップ(HACCP)も添加物に関してはなにもいわない

おわりに

著者への取材、本からの抜粋、企画へのご協力、読者プレゼント ご対応承ります。

《 お問い合わせ先 》

株式会社ビジネス社 広報担当:松矢

〒162-0805 東京都新宿区矢来町114番地 神楽坂高橋ビル5F

TEL 03-5227-1602/FAX 03-5227-1603