

日本人の9割は砂糖中毒？（その2）～人工甘味料の怖さ～

人口甘味料の代表選手は「アスパルテーム」だ。1983年に食品添加物として認可された「アスパルテーム」。現在では様々な食材に使用されていて、危険性が認識されても完全排除は困難だ。アスパルテームを摂取し続けると体重が増加する傾向があり、脳腫瘍、てんかん発作、知能障害などの可能性があるとも言われている。

スクラロースは1999年に日本で認可された比較的新しい人工甘味料だ。その甘さはシヨ糖（砂糖の主成分）の約500倍という驚異的な甘さだ。（ちなみにアスパルテームはシヨ糖の約200倍程度）店頭などでの直接販売はないが、多くのゼロカロリー食品やダイエットをうたった清涼飲料水のほか、アイスクリーム、ガム、のど飴などにも使用されている。

他にアセチルフアムなども問題だが、最も強力な甘味料がアメリカで販売されている「アドバンテーム」。アドバンテームはアミノ酸系高甘味度甘味料で、恐ろしいことに砂糖の2万～4万倍の甘味度らしい。日本では味の素が欧州委員会と米国食品医薬局（FDA）の食品添加物の認可を取得、2014年6月に厚労省の食品添加物の認可も取得済みだ。今後、卓上甘味料や焼き菓子、ソフトドリンク、ジャム、ガムなど幅広い食品に使用されることになりそうだ。実際、食べるものにそんな甘さが必要なのかどうか疑問があるが、安価に甘さを担保できる人工甘味料が開発されれば、企業は原価主義から

して飛びつくものだ。

甘味料開発の歴史は覚せい剤の歴史とそう変わらないとも言われる。かくして「砂糖中毒」は消費者にじわじわと浸透することになるのだ。消費者は冷静にこの事実を直視し、常に企業にこういった人工甘味料の安全度や危険性の開示を求める姿勢が必要だ。人工甘味料の名称によく使われる「tame」は直訳すると「飼いならされた・服従させる・無気力」ということだ。この言葉の意味、あなたはどのように考えますか？