



発がん性物質や肝臓にダメージを与える心配のある合成甘味料

多くのカロリーオフ飲料には、合成甘味料のアスパルテーム、スクラロース、アセスルファムK(カリウム)が使われています。これらの合成甘味料の最大の特徴は、カロリーが少ない、あるいはゼロということです。そのため、ダイエットをしている女性、肥満や糖尿病を気にしている男性などをターゲットに販売されています。「糖分やカロリーが少ないので、体にいいと思って飲んでいる」という人も多いと思います。しかし、アスパルテームは脳腫瘍との関係が取りざたされており、さらに白血病を引き起こす可能性があるとの指摘もあります。また、スクラロースとアセスルファムKは自然界に全く存在しない化学合成物質であり、体内に入ると、分解されずに異物となって体をグルグルめぐります。そして、肝臓や腎臓などにダメージを与えたり、免疫を低下させる可能性があるのです。ちなみに、これらは分解されずにまったく代謝されない為に、エネルギーとはならずゼロカロリーなのです。

アスパルテームは清涼飲料水のほか、ガムやあめ、ゼリー、チョコレート、清涼菓子、ダイエット甘味料など多くの食品や飲料に使われていますが、その安全性を巡ってはアメリカや日本で論争がずっと続いているのです。アスパルテームは、アミノ酸のL-フェニルアラニンとアスパラギン酸、それに劇物のメチルアルコールを結合させたもので、砂糖の180~220倍の甘さを持っています。

1965年にアメリカのサール社が開発したもので、アメリカやカナダ、フランスなどで使用が認められていました。日本では味の素が早くから輸出用として製造していました。そして、アメリカ政府の強い要望によって、日本でも1983年に使用が認可されたのです。これで、アメリカで製造されたアスパルテーム入りの食品が日本にも輸入できるようになりました。アメリカでアスパルテームの使用が認可されたのは、1981年のことです。しかし、摂取した人たちから頭痛やめまい、不眠、視力・味覚障害などに陥ったという苦情が相次いだといひます。アスパルテームは体内でメチルアルコールを分離することが分かっています。メチルアルコールは劇物で、誤って飲むと失明する恐れがあり、摂取量が多いと死亡することもあります。おそらく体内で分離されたメチルアルコールが、様々な症状を引き起こしたと考えられます。

さらにアスパルテームはガンとの関係が取りざたされています。TBSテレビが1997年3月に放送した、アメリカのCBSレポートのなかで、「環境と脳腫瘍の関係を調べると、アスパルテームは脳腫瘍を引き起こす要因の可能性がある」と指摘しました。

パンや菓子にも乱用されるスクラロースとアセスルファムK

アスパルテーム以外にも清涼飲料に盛んに使われている合成甘味料があります。スクラロースとアセスルファムKです。これらは、ゼロカロリーや低カロリーをウリにしたパンや菓子類にも使われています。スクラロースもアセスルファムKも、体内で代謝されません。つまり消化・分解されることがないのです。そのため、腸からは吸収されますが、そのまま血液とともにグルグルめぐり、腎臓に達します。ですから、まったくエネルギーになることがなく、ゼロカロリーなのです。砂糖などの糖分会を嫌う人が増えているため、こうした合成甘味料がやたらと使われているのです。しかし、本来糖分が体に悪いということではないのです。むしろ糖分はエネルギー源としてとても重要なのです。とりわけ、ブドウ糖は脳の唯一のエネルギー源であり、ブドウ糖がなかったら、人間は生きていくことができません。必要な栄養素だからこそ、それを口にしたときに「甘い」と感じ、「美味しい」とも感じるのです。糖分会を摂りすぎることが体にとって良くないだけなので、摂りすぎないように自己コントロールすればいいのです。にもかかわらず、現実には糖分会を排除しようという傾向が、業界でも消費者の間でも強まっています。そして、舌の味覚細胞だけを刺激してエネルギーとはならない、スクラロース、アセスルファムKが乱用されているのです。当時の厚生省はデータを軽視し、食品添加物として使用を認可してしまいました。これにはある事情があります。じつはスクラロースはアメリカで使用が認められていて、様々な食品に使われていました。肥満大国アメリカでは、カロリーの過剰摂取によって、肥満や糖尿病、心臓病などの人が増えていて、社会問題になっています。そこで、砂糖の代わりにゼロカロリーのスクラロースが盛んに使われるようになっていたのです。そのため、アメリカからスクラロースが添加された食品が、日本に輸入されるケースが増えることが予想されました。その際、日本でスクラロースの使用が認可されていないと、それらの食品を輸入することが出来ません。すると、非関税障壁ということで、アメリカ側から抗議を受けることとなります。場合によっては、日米間の政治問題に発展する可能性があるのです。そこで、そうしたトラブルの発生を未然に防ぐために、スクラロースを認可したのです。