

2025 年 12 月 15 日

各位

一般社団法人 食肉科学技術研究所
日本ハム・ソーセージ工業協同組合
一般社団法人 日本食肉加工協会

食肉・食肉加工品の摂取に関する報道への日本食肉科学会の見解
(情報提供)

時下ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。また、日頃より食肉加工 3 団体の各種業務にご協力いただきありがとうございます。

さて、最近、一般雑誌において食肉・食肉加工品に対する批判記事がたびたび掲載されており、取引先等への対応のみならず食肉・食肉加工品の生産量への影響が懸念されています。

これら状況を踏まえ、食肉・食肉加工分野の科学者をメンバーとして学術並びに産業の振興を図るために活動している「日本食肉科学会」では、12月8日、「食肉・食肉加工品の摂取に関する日本食肉科学会の見解」（別添）と題した緊急声明を発出されました。

同会の見解では、食肉加工品の摂取によりがんのリスクは上昇しないこと、食肉加工品中の亜硝酸塩の安全性に懸念がないこと、さらには食肉加工品の摂取の有用性について、科学的根拠を示しつつ分かりやすく記述されています。

同会がこのような見解を発出したことをお知らせしますとともに、会員（役員）の皆さまにおかれては必要に応じ本見解をご活用いただきますようお願いいたします。

<参考 URL：日本食肉科学会ホームページ>

➤ 緊急声明（該当部分をクリックしてください）

<https://jmeatsci.org/>

➤ ニュース

https://jmeatsci.org/news/risk_meatproducts

(別添：日本食肉科学会ホームページに掲載された見解)

2025 年 12 月 8 日

日本食肉科学会

食肉・食肉加工品の摂取に関する報道への日本食肉科学会の見解

近年、一般雑誌において「食肉・食肉加工品はがんになるリスクを高めるため、摂取を控えた方がよい」という記事がたびたび掲載されています。これに関して、日本食肉科学会としての見解を以下に示します。

1. 国際がん研究機関 (IARC) により食肉・食肉加工品ががんのリスクを高めると発表されたことと食肉・食肉加工品摂取の有用性について

2015 年に IARC がそれまでの疫学研究の結果から、赤肉（牛肉、豚肉、羊肉など）をグループ 2a（ヒトに対しておそらく発がん性がある）に、加工肉（塩漬、発酵などの一つの加工工程を経たすべての肉製品（亜硝酸塩の使用とは無関係））をグループ 1（ヒトに発がん性がある）に分類しました[1]。また、IARC は赤肉及び加工肉の摂取量と発がん性の関係について、同機関が評価の基とした全世界地域の論文の赤肉摂取量が概ね 50～100g/日/人の中で、加工肉は「毎日継続して1日当たり 50g 摂取するごとに、大腸がんのリスクが 18%増加する」としています。

このような発表に対して、農林水産省からは、IARC による発がん性の分類は、人に対する発がん性があるかどうかの「証拠の強さ」を示すもので、物質の発がん性の強さや暴露量に基づくリスクの大きさを示すものではなく、同じ分類に割り当てられた物質であっても、暴露の種類と程度など、他の要因によってリスクが大きく異なる、と示されています[2]。また、日本の国立がん研究センターがその内容を解説し、普通の日本人が食べる量の食肉加工品^(注1)を摂取してもがんのリスクは上昇しないという見解を発表しました[3, 4]。さらには、IARC によるグループ 1 には、多くの人が楽しみながら摂取している「アルコール飲料」や、ビタミン D 生成による骨の健康維持に不可欠で、様々な健康効果を有する「太陽光」も分類されています。

〔注1：日本人のハム・ソーセージ類摂取量は 12.7g/日/人[5]。日本の摂取量は世界的に見て最も摂取量の低い国の一つであり、IARC 発表の摂取量 50g より相当程度少ない水準です。〕

準は、野菜やその加工品^(注3)などと比較しても相当程度低い値となっています。

注3：野菜に含まれる硝酸塩は口の中や環境中の微生物の働きで還元されて亜硝酸塩になります。野菜を摂取したときの栄養的メリットが大きいため、野菜の硝酸塩の量を限定するための基準値は定められていません[8, 9, 10]。

(2) 食肉加工品中の亜硝酸塩の大事な働き[11, 12]

食肉加工品の製造時の亜硝酸塩添加には、次の大事な働きがあります。

- ・ 亜硝酸塩は致死性の毒素を生成するボツリヌス菌の増殖を防ぎ、保存性を高めます。
- ・ 亜硝酸塩は食肉加工品の好ましい赤色および桃赤色を生成させます。
- ・ 亜硝酸塩は前記の赤色および桃赤色を維持することで体に有害な脂質酸化物の生成を防ぎ、保存性を高めます。
- ・ 亜硝酸塩は食肉加工品特有の好ましい風味をもたらします。

これらの科学的事実から、日本食肉科学会は、食肉加工品における亜硝酸塩の安全性について懸念はないことをお伝えするとともに、国民の皆さまの健康にとって重要なタンパク質の供給源である食肉加工品を美味しく、また楽しく消費されることを期待しています。

引用文献

- 1) International Agency of Research on Cancer (IARC), 2021, https://www.iarc.who.int/wp-content/uploads/2018/07/pr240_E.pdf (2025 年 10 月 2 日引用)
- 2) 農林水産省：国際がん研究機関(IARC)の概要と IARC 発がん性分類について、2025, https://www.maff.go.jp/j/syouan/seisaku/risk_analysis/priority/hazard_chem/iarc.html (2025 年 12 月 4 日引用)
- 3) 国立がん研究センター：赤肉・加工肉摂取量と大腸がん罹患リスクについて、2015, <http://epi.ncc.go.jp/jphc/outcome/2869.html> (2025 年 10 月 2 日引用)
- 4) 食の安全と安心を科学する会, 2015, 食肉・加工肉の安全性について, <https://nposfss.com/qa/q05/> (2025 年 10 月 2 日引用)
- 5) 厚生労働省：令和 5 年国民健康・栄養調査報告 第一部 栄養摂取状況調査の結果、2023, p.70 (2025 年 10 月 7 日引用)
- 6) 三輪操、1996、肉の科学（沖谷明紘 編）、pp.185-188, 朝倉書店、東京。