

平成25年度 一般流通食品中の糖アルコール含有調査結果

No.	食品分類	低カロリーに係る表記	多量摂取に係る注意の記載	エリスリトール	マルチトール	ラクチトール	マンニトール	キシリトール	ソルビトール	表示されていた糖アルコール等
1	菓子(焼き菓子) (洋菓子)	無	無	(-)	(-)	(-)	(-)	(-)	20g/kg	還元水飴、ソルビトール
2	菓子(焼き菓子) (洋菓子)	無	無	(-)	(-)	(-)	(-)	(-)	19g/kg	パラチノース、ソルビトール
3	調味料 (低カロリー甘味料: 砂糖代替品)	有 (低カロリー)	無	380g/kg	580g/kg	(-)	(-)	(-)	(-)	粉末還元麦芽糖水飴、エリスリトール、アスパルテーム
4	菓子 (キャンデー)	有 (カロリーカット)	一度に多量に摂ると体質によってお腹がゆるくことがあります。これは一過性のものなので心配はいりません。	(-)	390g/kg	(-)	(-)	(-)	24g/kg	還元水飴
5	製菓材料 (マーマレード)	有 (カロリーハーフ)	一度に多量に食べるとお腹がゆるくことがあります。一時的なものなので心配ありません。	100g/kg	220g/kg	(-)	(-)	(-)	6g/kg	還元麦芽糖水飴、エリスリトール
6	菓子(ゼリー) (洋生菓子)	無	無	44g/kg	(-)	(-)	(-)	(-)	(-)	エリスリトール
7	菓子 (和生菓子)	有 (ゼロカロリー)	無	120g/kg	(-)	(-)	(-)	(-)	(-)	エリスリトール
8	食肉製品 (ソーセージ)	無	無	(-)	9g/kg	(-)	(-)	(-)	13g/kg	還元水飴
9	菓子 (グミキャンディ)	有 (カロリーカット)	一度に多量に摂ると、体質によってお腹がゆるくなる場合があります。	66g/kg	60g/kg	(-)	(-)	(-)	82g/kg	還元水飴、エリスリトール、還元麦芽糖水飴、ソルビトール
10	菓子 (ソフトキャンディ)	無	一度に多量に食べると体質によりおなかがゆるくなる場合があります。	(-)	140g/kg	(-)	(-)	120g/kg	65g/kg	マルチトール、還元水飴、キシリトール、ソルビトール
11	調味料 (キムチ漬けの素)	無	無	(-)	37g/kg	(-)	(-)	(-)	39g/kg	還元水飴
12	菓子 (チューインガム)	無	無	35g/kg	470g/kg	(-)	(-)	120g/kg	(-)	マルチトール、エリスリトール、還元パラチノース、キシリトール
13	菓子 (チョコレート菓子)	無	無	10g/kg	(-)	(-)	(-)	(-)	(-)	エリスリトール、トレハロース
14	菓子 (チョコレート菓子)	無	無	(-)	(-)	(-)	(-)	(-)	12g/kg	還元水飴、ソルビトール
15	調味料(みりん風) (醸造調味料)	有 (低カロリー)	無	(-)	120g/kg	(-)	(-)	(-)	120g/kg	還元水飴
16	調味料 (中濃ソース)	有 (カロリーハーフ)	無	130g/kg	(-)	(-)	(-)	(-)	(-)	エリスリトール
17	漬物 (調味梅干)	無	無	(-)	(-)	(-)	(-)	(-)	(-)	トレハロース
18	菓子 (洋生菓子)	無	無	(-)	(-)	(-)	(-)	(-)	(-)	マルチトール、ソルビット
19	乳製品 (はっ酵乳)	無	無	(-)	(-)	(-)	(-)	(-)	(-)	パラチノース
20	製菓材料 (植物性油脂食品: ホイップクリーム風)	有 (甘さひかえめ)	無	(-)	13g/kg	(-)	(-)	(-)	16g/kg	還元水飴

体重 15 kgの小児に緩下作用が懸念される推定摂取量
(平成 25 年度調査結果に基づく推定値)

平成25年度一般流通食品中の糖アルコール含有量調査の結果において、食品1kg中に含まれる各糖アルコール量が比較的高かった食品について、体重15kgの小児が一度に摂食した場合に緩下作用（お腹が緩くなること）が懸念される摂取量を推定した。（糖アルコールのように腸で吸収されにくい物質は、水の吸収を抑える働きがあるため大量摂取すると体質により一時的にお腹が緩くなることもある。）

推定に当たり、各糖アルコールの成人男性の最大無作用量を体重 15 kg（日本の乳幼児の身体発育曲線で 4 才児男女の 50 パーセントタイル相当）に換算し、調査した食品の含有量と比較した。

検体番号	エリスリトール	マルチトール	キシリトール	ソルビトール
最大無作用量 (成人男性)	男 0.66g/kg体重	男 0.3g/kg体重	男 0.3g/kg体重	男 0.15g/kg体重
体重 15 kgの小児が、 一度に摂取しても緩 下作用が起こらない 各糖アルコールの摂取量 (推定値)	9.9g	4.5g	4.5g	2.25g
	この量を超えて摂取すると、緩下作用が起こることが懸念される			
No.3 調味料 (低カロリー甘味料: 砂糖代替品)1袋 120g	45.6g含有/1袋	69.6g含有/1袋	—	—
No.4 菓子 (キャンデー) 1袋 76g(1粒約 3.5g)	—	29.6g含有/1袋 6分の1袋(約4粒)以上の 摂取で緩下作用が懸念される	—	1.8g含有/1袋
No.5 製菓材料 (マーマレード) 1瓶 170g (大さじ1杯約 21g)	17g含有/1瓶	37.4g含有/1瓶 8分の1瓶(大さじ1杯)以上の 摂取で緩下作用が懸念される	—	1g含有/1瓶
No.7 菓子 (和生菓子) 1個 125g	15g含有/1個 3分の2個以上の摂取で 摂取で緩下作用が懸念される	—	—	—
No.9 菓子 (グミキャンディ) 1袋 40g	2.6g含有/1袋	2.4g含有/1袋 2袋弱以上の 摂取で緩下作用が懸念される	—	3.3g含有/1袋 3分の2袋以上の 摂取で緩下作用が懸念される
No.10 菓子 (ソフトキャンディ) 1袋 30g	—	4.2g含有/1袋 1袋強以上の 摂取で緩下作用が懸念される	3.6g含有/1袋 1袋と4分の1袋以上の 摂取で緩下作用が懸念される	2.0g含有/1袋 1袋強以上の 摂取で緩下作用が懸念される
No.12 菓子 (チューインガム) 1ボトル 143g 約 93粒 (1粒約 1.54g)	5g含有/1ボトル	67.2g含有/1ボトル 15分の1ボトル(約6粒)以上の 摂取で緩下作用が懸念される	17.2g含有/1ボトル 4分の1ボトル(約23粒)以上の 摂取で緩下作用が懸念される	—

※本件で摂取量推定値の換算に用いた最大無作用量（成人男性）は参考値です。

(作成：東京都健康安全研究センター企画調整部健康危機管理情報課)