

(問)

コーヒーに含まれるアクリルアミドは発がん性の恐れがあると報道されていますが、飲んでも大丈夫ですか。

(答)

1. 2016年6月に国際がん研究機関（IARC）は、多くの疫学研究等の結果を基に、コーヒーは「ヒトに対する発がん性について分類できない」と発表するほか、肝臓や子宮内膜のがんについて発がんリスクを低下させるとしています。
2. アクリルアミドは、アスパラギンと還元糖が含まれる食品を120℃以上の温度で加熱すると、化学反応し生成します。これは家庭内調理においても生ずるもので、焼く、煎る、揚げるなどの加熱調理・加工するものには避けられないものであり、野菜炒めやフライドポテト、ほうじ茶葉や麦茶などからも検出されます。食品は加熱することにより美味しく、安全に楽しむことができるので、アクリルアミドを過度に恐れる必要はありません。
3. 国際がん研究機関（IARC）は、動物実験の結果から、アクリルアミドを「ヒトにおそらく発がん性がある物質」と分類していますが、ヒトにおける発がんについては、現時点では確認されていません。世界保健機関（WHO）は、個人が取る対策として、「バランスの良い食事をとること」などをすすめています。
4. また、国立がん研は、2015年5月に疫学研究の成果報告として「コーヒーを1日3～4杯飲む人の死亡リスクは、全く飲まない人に比べ24%低いことがわかりました。」と報告しています。
5. なお、2018年3月、カリフォルニア州法プロポジション65（安全飲料及び有害物質施行法）という制度に基づき、コーヒーにはアクリルアミドが含まれていることから、カリフォルニア州においては、コーヒー製品にがんの警告表示をすべきとの裁判結果が出ました。しかし、それに対し、FDA（米国食品医薬品庁）は、最新の調査結果では、コーヒーに関するがんの警告を支持するものではないと発表し、現時点では、カリフォルニア州ではプロポジション65のがん警告からコーヒーを除外する規則を提案しているとのことでした。