

◆ 食品中のトランス脂肪酸について（「食品安全情報」から抜粋・編集）

－WHO（2010年10月～2024年11月）－

「食品安全情報」（<http://www.nihs.go.jp/dsi/food-info/foodinfonews/index.html>）に掲載した記事の中から、食品中のトランス脂肪酸についての記事を抜粋・編集したものです。

他の地域/機関の情報については下記サイトをご参照下さい。

「食品安全情報（化学物質）」のトピックス

<https://www.nihs.go.jp/dsi/food-info/chemical/index-topics.html>

公表機関ごとに古い記事から順に掲載しています。

- 世界保健機構（WHO : World Health Organization）

● 世界保健機関 (WHO : World Health Organization)

1. 非伝染性疾患の予防とコントロールのための世界戦略行動計画 2008～2013年

2008-2013 Action Plan for the Global Strategy for the Prevention and Control of Noncommunicable Diseases

http://whqlibdoc.who.int/publications/2009/9789241597418_eng.pdf

食品安全情報 2010-11

心血管系疾患・糖尿病・がん・慢性呼吸器疾患の4つの非伝染性疾患の予防と制御のために、共通のリスク要因である煙草・運動・食生活・飲酒の対策について記述している。各国がデータを収集しきちんとリスク評価して対策することを求めているが、具体的な項目としては禁煙、健康的な食生活（減塩・合成トランス脂肪と飽和脂肪の削減・砂糖制限）、運動、有害な飲酒の抑制を挙げている。

2. 健康的でない食品の子ども向け宣伝を減らす

Reducing the marketing of unhealthy foods to children

21 January, 2011

http://www.who.int/chp/media/news/releases/2011_1_marketing/en/index.html

食品安全情報 2011-2

世界中の子どもたちが脂肪、砂糖又は塩の多い食品の宣伝に曝されており、そのことが若い世代の慢性疾患になる可能性を高くしている。2010年5月のWHO総会において、子ども向けの食品及びノンアルコール飲料の販売に関する新しい助言が了承された。この助言では、WHOは各国及び国際的な取り組みとして、子どもに飽和脂肪、トランス脂肪酸、砂糖又は塩の多い食品を勧めるような宣伝を減らすための対応を要請している。

*マーケティングに関する助言：

Marketing of foods and non-alcoholic beverages to children

<http://www.who.int/dietphysicalactivity/marketing-food-to-children/en/index.html>

3. WHO ガイドライン案にパブリックコメント募集：成人と子どもの飽和脂肪とトランス脂肪摂取

Call for public comments on the draft WHO Guidelines: Saturated fatty acid and trans-fatty intake for adults and children

<http://www.who.int/nutrition/topics/sfa-tfa-public-consultation-4may2018/en/>

食品安全情報 2018-10

飽和脂肪酸及びトランス脂肪酸の摂取に関するガイダンス案を作成し、パブリックコメントを5月4日から6月1日まで募集する。ガイドラインは、成人及び子供の心血管疾患のリスクを低減するために飽和脂肪酸とトランス脂肪酸の摂取に関する勧告を提供するものである。その勧告は、政策決定者や計画管理者が摂取量を評価し、どのような低減が必要で、どのような政策や公衆衛生への介入を行うべきかを検討するのに利用できる。

4. WHO は、工業的に生産されるトランス脂肪酸を世界のフードサプライから排除する方針を発表

WHO plan to eliminate industrially-produced trans-fatty acids from global food supply

14 May 2018

<http://www.who.int/news-room/detail/14-05-2018-who-plan-to-eliminate-industrially-produced-trans-fatty-acids-from-global-food-supply>

食品安全情報 2018-11

WHO は、工業的に生産されるトランス脂肪酸を世界のフードサプライから段階的に排除するためのガイド「REPLACE」を発表した。

トランス脂肪の排除は、健康を保護して命を救う鍵となる。何故なら、WHO の推計では、トランス脂肪の摂取により毎年 50 万人以上が心血管系疾患で死亡している。工業的に生産されるトランス脂肪は、マーガリンやギーなどの植物性硬化油脂に含まれており、スナック食品、焼き調理食品、揚げ調理食品に存在することも多い。他の脂肪よりも保存可能期間が長いいため、製造業者はそれらを使用することも多いが、食品の味やコストに影響しないより健康的な代替品が利用可能となっている。

「REPLACE」は、6つの戦略的行動で構成される。

- **RE**view (検討) : 工業的に生産されるトランス脂肪の供給源となる食品は何かを調査し、求められる施策変更の方向性を検討する。
- **P**romote (促進) : 工業的に生産されるトランス脂肪をより健康的な油脂に置き換えることを促進する。
- **L**egislate (法規制) : 工業的に生産されるトランス脂肪を削減するための法規制を整備する。
- **A**ssess (評価) : 供給される食品中のトランス脂肪量、および人々が消費するトランス脂肪の量の変化を評価・監視する。
- **C**reate awareness (認識させる) : 政策決定者、生産者、食品供給者、および一般市民にトランス脂肪が健康に及ぼす負の影響を認識させる。

➤ **Enforce** (執行) : 政策や規則の遵守を執行する。

一早く工業的に生産されるトランス脂肪に強制的な制限を設けたデンマークでは、食品中のトランス脂肪の量が劇的に減り、心血管系疾患による死亡が他の OECD 加盟国よりも急激に減少している。このように高所得国ではトランス脂肪低減化の措置が取られている国も認められており、行動が特に必要とされるのは低中所得国である。

工業的に生産されるトランス脂肪を世界のフードサプライから排除することは、WHO の優先度の高い戦略的計画である第 13 次総合事業計画案(GPW13)の一環として位置づけられている。GPW13 は 2019~2023 年の WHO の事業指針であり、2018 年 5 月 21~26 日にジュネーブで開かれる第 71 回世界保健総会の議題に挙げられている。国際連合は、2030 年までに非伝染性疾患による早期死亡を 3 分の 1 に減らすことを目標としており、工業的に生産されるトランス脂肪の世界的な排除はこれを後押しすることになる。

◇備考

トランス脂肪の供給源は主として 2 つあり、1 つは天然由来 (乳製品および牛や羊などの反芻獣の肉)、もう 1 つは工業的に生産されるもの (部分水素添加油) である。

部分水素添加油は、20 世紀の初頭にバターの代わりとして食品に初めて導入され、1950 年代から 1970 年代にかけては飽和脂肪酸が健康に負の影響を及ぼすことが判明して、より普及した。部分水素添加油は、主に揚げ調理に用いられ、また焼き調理製品の原料としても用いられている。どちらの用途も代替品の使用が可能である。

WHO は、トランス脂肪の総摂取量を総エネルギー摂取量の 1%未満にすることを推奨している。これは 1 日当たり 2,000 カロリーの食事を摂るとすると 2.2 g/日未満ということになる。トランス脂肪は LDL コレステロール値を増加させ、HDL コレステロール値を低下させる。前者は心血管系疾患リスクのバイオマーカーとして広く認められている。後者はコレステロールを血管から除き肝臓に運搬し、その後コレステロールは胆汁中に排出される。トランス脂肪の多い食事は、心疾患リスクを 21%、死亡を 28% 増加させる。トランス脂肪を不飽和脂肪酸に置き換えることで心疾患リスクが低減し、トランス脂肪による血中脂質への負の影響をある程度抑制する。また、トランス脂肪は炎症や内皮機能不全を助長する可能性があることが示唆されている。

2018 年 5 月 4 日~6 月 1 日、WHO は、成人及び子供におけるトランス脂肪酸及び飽和脂肪酸の摂取に関するガイドラインの最新案について、パブリックコメント募集を行っている。

ガイドライン

Guidelines: Saturated fatty acid and trans-fatty acid intake for adults and children
[https://extranet.who.int/dataform/upload/surveys/666752/files/Draft%20WHO%20SFA-TFA%20guidelines_04052018%20Public%20Consultation\(1\).pdf](https://extranet.who.int/dataform/upload/surveys/666752/files/Draft%20WHO%20SFA-TFA%20guidelines_04052018%20Public%20Consultation(1).pdf)

<トランス脂肪酸に関する勧告> (注：ここでの子供は2~19才)

- ◆ トランス脂肪酸の摂取量が総エネルギー摂取量の1%以上である成人及び子供については、トランス脂肪酸の摂取量を低減すること(強い勧告)
- ◆ 成人と子供によるトランス脂肪酸の摂取量を総エネルギー摂取量の1%未満に減らすことを提案する(条件付き勧告)
- ◆ トランス脂肪酸の代替に多価飽和脂肪酸を使用することを提案する(条件付き勧告)
- ◆ トランス脂肪酸の摂取量が総エネルギー摂取量の1%未満である成人と子供については、トランス脂肪酸の摂取量を増加させないことを提案する(条件付き勧告)

<飽和脂肪酸に関する勧告>

- ◆ 飽和脂肪酸の摂取量が総エネルギー摂取量の10%以上である成人及び子供については、飽和脂肪酸の摂取量を減らすこと(強い勧告)
- ◆ 成人及び子供において、飽和脂肪酸の摂取量を総エネルギー摂取量の10%未満に減らすことを提案する(条件付き勧告)
- ◆ 飽和脂肪酸の摂取を減らすにあたり、もし必要であれば、代替エネルギー源として多価不飽和脂肪酸の使用を提案する(条件付き勧告)
- ◆ 飽和脂肪酸の摂取量が総エネルギー摂取量の10%未満の成人及び子供は、飽和脂肪酸の摂取量を増加させないことを提案する(条件付き勧告)

リーフレット：**REPLACE**

ACTION PACKAGE

<http://www.who.int/docs/default-source/documents/replace-transfats/replace-action-package.pdf>

(一部抜粋)

トランス脂肪酸とはなに？

工業生産したトランス脂肪酸(TFA)が食品に最初に導入されたのは19世紀末から20世紀初頭である。TFAはバターやラードのような動物由来脂肪の代用品として開発されたが、同時に酸化しにくく食品を長持ちさせ、動物脂肪よりコストが低く食感がよいために使われた。広く使われるようになったのは1950年代から70年代で、飽和脂肪が健康に悪影響を及ぼすことが発見されたためである。しかし20世紀後半になってTFAのネガティブな影響が知られるようになった。

5. 脂肪、油、食品及びフードサービス業界は2023年までに加工食品から工業由来トランス脂肪を排除する世界的な努力に協力すべき

Fats, oils, food and food service industries should join global effort to eliminate industrial trans fat from processed food by 2023

23 April 2019

<https://www.who.int/news-room/detail/23-04-2019-fats-oils-food-and-food-service-industries-should-join-global-effort-to-eliminate-industrial-trans-fat-from-processed-food-by-2023>

食品安全情報 2019-10

(Tedros Adhanom Ghebreyesus 事務局長の声明)

世界のフードサプライから工業的に生産されるトランス脂肪 (industrially-produced trans fat) を排除することは WHO の優先事項であり、2023 年まで続く WHO の第 13 次総合事業計画案 (GPW) における目標である。各国政府が工業的に生産されるトランス脂肪をフードサプライから排除し、これらの有害な化合物をより健康的な油脂に置き換えるよう、WHO が政府を支援する取り組みの一環として行動計画「REPLACE」がまとめられ、2018 年 5 月に発表された。この目標を達成するために、WHO は政府の関与だけでなく、産業界にも工業的に生産されるトランス脂肪をより健康的な油脂に置き換えるために最大限努力し行動することを呼びかけている。WHO は、フードサービス業界を含む脂肪、油、食品業界に以下の行動に真摯に取り組むよう求める。

- 工業的に生産されるトランス脂肪を排除するために食品を見直す：全食品カテゴリーに対する WHO 勧告 (全食品における総脂肪または油 100 グラムあたり 2 グラム未満) に沿って、飽和脂肪で置換はせずに、全世界の製品ラインですべての製品について 2023 年まで、もしくはそれより前に、トランス脂肪の排除目標を設定し、行動、達成する。
- トランス脂肪含有量の表示：包装済み食品にトランス脂肪の表示を実施する。
- より健康的な油脂の供給を増やす：飽和脂肪の少ない代替品の供給を増やす。
- 取り組みに関する評価：工業的に生産されるトランス脂肪の年間生産量及び国別販売量の開示など、会社が行った取り組みの進捗及び達成状況を監視するため、独立した評価の実施を支援する。

特に高所得国で、部分水素添加油からより健康的な油へと移行する重要な進展があった。しかし、まだまだやらねばならないことがある。工業的に生産されるトランス脂肪を排除することは、命を救いそしてより健康的なフードサプライを生み出すための最も簡単で最も効果的な方法の一つである。毎年世界中で 1 億 3000 万人の新生児が誕生している。業界の献身と協力があれば、2023 年までにこの中の誰もが工業的に生産されるトランス脂肪の危険にさらされる必要はなくなるだろう。

6. 工業的に加工された食品由来のトランス脂肪酸が卵巣がん発症リスクが大きいことと関連するかもしれない

Trans fatty acids from industrial processed foods may be associated with greater risk of developing ovarian cancer

2 July 2020

<https://www.iarc.fr/news-events/dietary-and-circulating-fatty-acids-and-ovarian-cancer-risk-in-the-european-prospective-investigation-into-cancer-and-nutrition/>

食品安全情報 2020-14

IARC とその協力機関の研究者らが *Cancer Epidemiology, Biomarkers & Prevention* に発表した研究で、トランス脂肪酸の摂取量と血中濃度の多さが卵巣がん発症に関連するかもしれないことを示唆した。研究者らは卵巣がん 1,486 症例を含む EPIC コホートのデータを解析した。トランス脂肪酸と卵巣がんのリスク因子である肥満や炎症との関係をもとに、関連性について少なくとも一部は説明がつくとしている。

* プレスリリース

https://www.iarc.fr/wp-content/uploads/2020/06/pr286_E.pdf

* 論文

Dietary and circulating fatty acids and ovarian cancer risk in the European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition

<https://cebp.aacrjournals.org/content/early/2020/06/24/1055-9965.EPI-19-1477>

* Q & A

QUESTIONS AND ANSWERS

<https://www.iarc.fr/featured->

[news/trans_fatty_acids_ovarian_cancer/#questions_answers](https://www.iarc.fr/featured-news/trans_fatty_acids_ovarian_cancer/#questions_answers)

7. 30 億人以上の人々が食品中の有害なトランス脂肪から保護された

More than 3 billion people protected from harmful trans fat in their food

9 September 2020

<https://www.who.int/news-room/detail/09-09-2020-more-than-3-billion-people-protected-from-harmful-trans-fat-in-their-food>

食品安全情報 2020-19

ーしかし、トランス脂肪が原因の冠動脈性心疾患による死亡が最も多い 15 ヶ国のうち 11 ヶ国で、未だこの物質を排除するための行動を起こしていないー

WHO が世界のフードサプライから工業的に生産されるトランス脂肪を排除する野心的な取り組みを開始して 2 年、これまでに 58 ヶ国が、2021 年末までに 32 億人の保護につながる法律を導入すると報告している。しかし、依然として 100 ヶ国以上が、これらの有害物質を自国のフードサプライから排除する行動を起こす必要がある。

工業的に生産されるトランス脂肪の摂取は、年間約 50 万人の冠動脈性心疾患による

死亡の原因となっていると推定される。

WHO の Tedros Adhanom Ghebreyesus 事務局長は、次のように述べている。

「全世界が COVID-19 パンデミックと戦っている今、我々は人々の健康を守るためにあらゆる努力をしなければならぬ。そこには、コロナウイルスに対して人々をより脆弱にし、早期死亡の可能性のある非感染性疾患を予防するため、出来る限りの措置を講じるということを必ず含めなければならない。2023 年までにトランス脂肪を排除するという我々の目標に遅延は許されない。」

世界全体でトランス脂肪の摂取に関連する死亡の約 3 分の 2 を 15 ヶ国が占めている。このうち 4 ヶ国（カナダ、ラトビア、スロベニア、米国）は、2017 年以降、全ての食品で工業的に生産されるトランス脂肪を油脂の 2%とする義務的な基準を設定する、又は部分水素添加油（PHO）を禁止するか、のいずれかの方法で、WHO が推奨するベストプラクティス政策を実施している。しかし、残りの 11 ヶ国（アゼルバイジャン、バングラデシュ、ブータン、エクアドル、エジプト、インド、イラン、メキシコ、ネパール、パキスタン、韓国）は、依然として迅速な行動を起こす必要がある。

今回発表する報告書では 2 つの有望な傾向を強調する。まず、国が行動を起こす時、ほとんどの場合、制限の緩い政策ではなくベストプラクティス政策を採用している。昨年にブラジル、トルコ、ナイジェリアで通過又は導入された新しい政策措置は全て WHO のベストプラクティス政策の基準を満たしている。以前は制限の緩やかな措置を講じていたインドなどの国々では、現在、ベストプラクティスに合わせて政策を更新中である。次に、複数の国については、基準を設定する地域規制がますます一般的になり、2023 年までに地球規模での廃絶に向けた動きを加速する有望な戦略となりつつある。2019 年には、欧州連合がベストプラクティス政策を可決し、また WHO 米州地域/汎米保健機構に加盟する 35 ヶ国全てが、2025 年までに工業的に生産されたトランス脂肪を排除するとして地域行動計画を満場一致で承認した。この 2 つの地域的取り組みを合わせると、50 ヶ国以上において、これまでトランス脂肪規制により保護されていなかった 10 億人をさらに保護できる可能性を持つ。

有望な進捗にもかかわらず、地域や国の所得レベルによって政策適用範囲に重大な格差が残る。2019 年と 2020 年に可決されたものを含め、これまでのほとんどの政策措置は高所得国と WHO 米州・欧州地域で行われてきた。ベストプラクティス政策は、高中所得国 7 ヶ国と高所得国 33 ヶ国で採用されており、低所得国や低中所得国ではまだそうした動きはない。

メモ：

工業的に生産されるトランス脂肪は、マーガリンやギーなどの植物性硬化脂肪に含まれており、スナック菓子、焼き菓子、揚げ物によく含まれる。製造業者は、保存期間が長く、他の脂肪よりも安価であるため、しばしばそれらの脂肪を使用するが、味や価格に影響を与えない、より健康的な代替品が利用可能である。

WHOはトランス脂肪の摂取量を総エネルギー摂取量の1%未満に制限することを推奨しており、これは2,000カロリーの食事では2.2g/日未満に相当する。2023年までに工業的に生産されるトランス脂肪のない世界を実現するため、WHOは各国に以下のことを推奨する。

- 工業的に生産されるトランス脂肪をすべての食品で油脂の2%までとする義務的な基準を設定する、又は部分水素添加油（PHO）を禁止するというベストプラクティス政策を策定、実行する。
- 食品中のトランス脂肪を測定・監視する検査機関の能力など、モニタリング機構に投資する。
- トランス脂肪政策の恩恵をより広く得られるようにするため、地域や亜地域での規制を提唱する。

この報告書は、非感染性疾患（NCDs）に関する2020国際行動週間（9月7～13日）に合わせて公表する。

*WHO 報告書

COUNTDOWN TO 2023

WHO Report on Global Trans Fat Elimination 2020

<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/334170/9789240010178-eng.pdf>

8. WHOは政府に公共施設での健康的食品推進を強く求める

WHO urges governments to promote healthy food in public facilities

12 January 2021

<https://www.who.int/news/item/12-01-2021-who-urges-governments-to-promote-healthy-food-in-public-facilities>

食品安全情報 2021-2

学校、保育園、介護施設、病院、刑務所その他公共施設の食堂は、人々に健康的な食品を提供し、現在毎年800万人が不健康な食生活によって死亡していることを予防するのに役立つことができる。

新しいWHOの「健康的な食生活のための公共食品調達と提供方針開発と履行の行動枠組み」は、公共の場で提供及び販売される食品の影響基準設定により健康的な食品の入手可能性を増すことを目的とする。この行動枠組みはまた、ナトリウムと塩、砂糖、脂肪特にトランス脂肪の摂りすぎ、全粒穀物、豆、野菜、果物の不適切な摂取に由来する予防可能な疾患と死亡を減らすことも目指す。

* Action framework for developing and implementing public food procurement and service policies for a healthy diet

11 January 2021

<https://www.who.int/publications/i/item/9789240018341>

健康的な食生活の中核となる基本原則：

- ・遊離の糖の摂取制限
- ・脂肪を飽和から不飽和へシフトし工業由来トランス脂肪を排除
- ・減塩と塩に確実にヨウ素添加
- ・全粒穀物、野菜、果物の摂取増加
- ・無料で安全な飲料水が確実に入手できる

9. 世界がん研究機関 (IARC)

欧州 9 カ国の食事からのトランス脂肪酸摂取と乳がんリスク

Dietary intake of trans fatty acids and breast cancer risk in 9 European countries

31 March 2021

<https://www.iarc.who.int/news-events/dietary-intake-of-trans-fatty-acids-and-breast-cancer-risk-in-9-european-countries/>

食品安全情報 2021-8

工業由来トランス脂肪酸、反芻動物由来トランス脂肪酸、エライジン酸、共役リノール酸、パルミトエライジン酸摂取量の多さと乳がんリスクの高さに関連がある。EPIC 研究の結果が *BMC Medicine* に公表された。

* Dietary intake of trans fatty acids and breast cancer risk in 9 European countries

Matta M, Huybrechts I, Biessy C, Casagrande C, Yammine S, Fournier A, et al.

BMC Med, Published online 30 March 2021;

<https://doi.org/10.1186/s12916-021-01952-3>

10. 専門家募集：WHO トランス脂肪排除技術助言グループ

Call for experts – WHO Trans Fat Elimination Technical Advisory Group

3 October 2022

<https://www.who.int/news-room/articles-detail/call-for-experts-who-trans-fat-elimination-technical-advisory-group>

食品安全情報 2022-21

WHO は、トランス脂肪排除技術助言グループ(TFATAG)のメンバーを 2022 年 11 月 3 日まで募集する。

トランス脂肪酸 (TFA) 排除のための WHO 認証プログラムは、2023 年までに工業的に生産される TFA を排除するという WHO の目標の達成に向けた戦略的行動

「REPLACE」を推進させるものである。WHO 認証を付与することが、自国のフードサプライから工業的に生産される TFA を排除するための規制的な枠組みを有している加盟国を認めることになる。このような背景の下、WHO は、認証の付与に関する判断を下す際の独立性、科学的な厳密性及び透明性を確保することを目的として TFATAG を設立した。TFATAG は、WHO 認証を受けるために提出された加盟国からの申請書の審査及び評価を行い、申請した加盟国へ WHO 認証を付与すべきかどうかについて WHO へ勧告する役割を担う。ただし、TFATAG からの勧告は全て WHO への助言であり、WHO は、TFATAG が検討した勧告や提案、政策課題、その他の事項によって、その後の決定又は行動が束縛されることはない。

11. 50 億人が心疾患につながるトランス脂肪から守られていない

Five billion people unprotected from trans fat leading to heart disease

23 January 2023

<https://www.who.int/news/item/23-01-2023-five-billion-people-unprotected-from-trans-fat-leading-to-heart-disease>

食品安全情報 2023-3

WHO の新しい状況報告書は世界の 50 億人が有害なトランス脂肪から守られていないままで、心疾患と死亡リスクが増加していることを発見した。WHO は 2018 年に工業的に生産されるトランス脂肪の世界的排除を初めて呼びかけ、2023 年を目標にしてから、ベストプラクティス政策が実施されている人口は 6 倍になり、28 億人が保護されている。しかし依然として 50 億人がトランス脂肪酸の健康へのリスクに晒されており、2023 年の全廃という世界的な目標は現時点では達成されていない。WHO が提示している主なベストプラクティス政策は次の通り。1) 全ての食品中の総脂肪の 100 g あたり工業的に生産されるトランス脂肪を 2 g 未満とする義務的な国内基準を策定する、2) 全ての食品の成分として部分的水素添加油の生産や使用を国内で強制的に禁止する。

WHO は、2023 年に各国が次の 4 項目に焦点を当てて対応するよう勧告している：ベストプラクティス政策の採択と実施、モニタリング及びサーベイランス、健康的な油脂への置換、政策の利益を広げるため地域規制の提唱。

● **世界トランス脂肪排除報告書 2022**

Countdown to 2023 WHO Report on Global Trans Fat Elimination 2022

<https://www.who.int/publications/i/item/9789240067233>

2023 年目標に向かって世界の進行状況を監視する第 4 回目の年次報告書。対象期間は 2021 年 10 月～2022 年 9 月。

これまで多くの対応は高所得国だったが、2021 年にインドとフィリピンが低・中所得国

得国のうち初めてと 2 番目となるトランス脂肪排除のベストプラクティス政策を採用した国になった。この傾向が今年も続き、バングラデシュとウクライナが採用した。最も重要な課題の一つが食品中のトランス脂肪を測定するための十分な検査室能力の構築である。

12. 成人と子供の飽和脂肪とトランス脂肪酸摂取：WHO ガイドライン

Saturated fatty acid and trans-fatty acid intake for adults and children: WHO guideline

17 July 2023

<https://www.who.int/publications/i/item/9789240073630>

食品安全情報 2023-16

心臓血管疾患 (CVD) は世界の主な死亡原因であり、その発生に寄与する可能性のある食事要因として、飽和脂肪酸とトランス脂肪酸がある

< 勧告 >

飽和脂肪酸

- 成人と子供は、飽和脂肪酸の摂取量を総エネルギー摂取量の 10%まで減らすことを推奨する (強い勧告)。
- 飽和脂肪酸の摂取量をさらに総エネルギー摂取の 10%未満にまで減らすよう提案する (条件付き勧告)。
- 食事の飽和脂肪酸を、多価不飽和脂肪酸 (強い勧告)、植物由来の単価不飽和脂肪酸 (条件付き勧告)、全粒穀類、野菜、果物、豆類などの天然に食物繊維を含む食品由来の炭水化物 (条件付き助言) に置き換えることを推奨する。

トランス脂肪酸

- 成人と子供は、トランス脂肪酸の摂取量を総エネルギー摂取量の 1%まで減らすことを推奨する (強い勧告)。
- トランス脂肪酸の摂取量をさらに総エネルギー摂取の 1%未満にまで減らすよう提案する (条件付き勧告)。
- 食事のトランス脂肪酸を、多価不飽和脂肪酸又は主に植物由来の単価不飽和脂肪酸に置き換えることを推奨する (条件付き勧告)。

13. WHO、工業的に生産されるトランス脂肪の排除が進んだ国を初めて表彰

WHO awards countries for progress in eliminating industrially produced trans fats for first time

29 January 2024

<https://www.who.int/news/item/29-01-2024-who-awards-countries-for-progress-in-eliminating-industrially-produced-trans-fats-for-first-time>

食品安全情報 2024-3

世界保健機関（WHO）は、工業的に生産されるトランス脂肪酸（iTFA）の排除の達成状況を証明する初めての証明書を5カ国に授与した。デンマーク、リトアニア、ポーランド、サウジアラビア、タイはそれぞれ、適切なモニタリングと執行システムに支えられた iTFA 排除のためのベストプラクティス政策が発効していることを示した。WHO が提示しているベストプラクティス政策の2つの選択肢は次の通り。1) 全ての食品中の総脂肪 100 g あたりの iTFA を 2 g 未満とする義務的な国内基準を策定する、2) 全ての食品の成分としての部分水素添加油の生産や使用を全国で禁止する。

各国は引き続き iTFA の全排除を目指すべきであるが、世界的排除を呼び掛けた5年間の達成状況に鑑み、WHO は 2025 年までの事実上排除に向けて次の事項を含む新たな改訂目標を提案した。

- ・ 世界の iTFA 総負荷の少なくとも 90%を占める国々でベストプラクティス政策が可決される。
- ・ 地域内の iTFA 総負荷の少なくとも 70%を占める国々でベストプラクティス政策が可決される。

* WHO Validation Programme for Trans Fat Elimination

Last updated: 26 January 2024

<https://www.who.int/teams/nutrition-and-food-safety/replace-trans-fat/validation-programme-for-trans-fat-elimination>

* Trans fat (ファクトシート)

24 January 2024

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/trans-fat>

14. 世界的なトランス脂肪排除に関する WHO の 5 年間のマイルストーン報告書は 2023 年までの最新の進捗状況を示す

WHO 5-year milestone report on global trans fat elimination illustrates latest progress up to 2023

24 June 2024

<https://www.who.int/news/item/24-06-2024-WHO-5-year-milestone-report-on-global-transfat-elimination-illustrates-latest-progress-up-to-2023>

食品安全情報 2024-14

WHO は、2018 年から 2023 年までの期間を対象とした、世界的なトランス脂肪排

除に向けた進捗状況に関するマイルストーンレポートを発表した。2023年の時点で、合計53カ国が食品中の工業的トランス脂肪に取り組むためのベストプラクティス政策を実施している。これらの政策により、世界人口の46%にあたる37億人の食環境が大幅に改善される。これは、2018年のカバー率がわずか6%であったことと比較すると大きな進歩である。2024年1月、WHOは、工業的に生産されるトランス脂肪の排除が進んでいるとして、5カ国（デンマーク、リトアニア、ポーランド、サウジアラビア、タイ）を認証した。一方、世界全体で40億人以上がトランス脂肪に対してまだ無防備なままであり、WHO アフリカ地域と西太平洋地域に最も大きな負担が集中している。

この報告書では、各国の行動を要約し、世界的なトランス脂肪の廃絶を達成するために以下のような勧告を行っている：

- ・ トランス脂肪摂取に起因する疾病負荷が最も大きい国々を中心に、すべての国が、ベストプラクティス政策を制定する
- ・ すべての国がベストプラクティス政策を監視し執行するためのメカニズムを強化し、WHOの認証を取得できるようにする
- ・ 地域機関がトランス脂肪排除政策を義務化する。
- ・ 油脂の割合が高い食品の製造業者は、代替油脂の使用を増やすための規制を遵守する。規制が導入されていない場合でも、企業は製品ラインとサプライチェーンにおけるトランス脂肪の排除を目指すべきである。

* 詳細情報：マイルストーン報告書

Countdown to 2023: WHO 5-year milestone report on global trans fat elimination
2023

<https://www.who.int/publications/i/item/9789240089549>

15. 出版物：トランス脂肪酸の排除と認証に関する技術助言グループ：バーチャル会議報告書、2023年6-10月

Technical Advisory Group on Trans Fat Elimination and Validation: virtual meetings report, June-October 2023

4 November 2024

<https://www.who.int/publications/i/item/9789240101111>

食品安全情報 2024-24

WHOのトランス脂肪酸(TFA)排除認証プログラムは、工業的に生産されるTFAを国内のフードサプライから排除するための規範的枠組みが整備されている国に対して、TFA排除に関するWHOの認証証明書を授与し、認定するために設立された。このような背景から、WHOは2023年、認証証明書の授与に関する判断の独立性、科学的厳

密性、及び透明性を確保するため、TFA 排除技術助言グループ (TFATAG) を設立した。認証に関する最初の申請は 2023 年 4 月に募集され、14 カ国から申請書が提出された。申請書の評価に基づき、TFATAG は、デンマーク、リトアニア、ポーランド、サウジアラビア、タイに TFA 排除の WHO 認証証明書を授与するよう勧告した。本報告書は、申請書の評価プロセスを説明し、TFATAG による各国の申請書の評価結果を簡潔にまとめたものである。

最終更新：2025 年 1 月

国立医薬品食品衛生研究所安全情報部

食品安全情報ページ (<http://www.nihs.go.jp/dsi/food-info/index.html>)