

プラスチック製水ボトルから安全に飲む 3 つの理由



[Steven Hentges, Ph.D](#)

2017年9月6日 [SAFETY](#)

時々、「プラスチック製の水ボトルから飲まない 5 つ、7 つ、またはそれ以上の理由」と銘打ったインターネット上の記事がないと、1 日が終わらないように思えます。この忠告は、理由が妥当である場合のみ意味があり、記事に成果がない理由です。

以下に示す 3 つの理由で、他の多くの記事に書かれた 5 つ、7 つ、またはそれ以上の理由を問題なく無視して、心ゆくまでプラスチック製ボトルで飲み続けられます。

1. プラスチック製水(炭酸飲料)ボトルには BPA は含まれていません

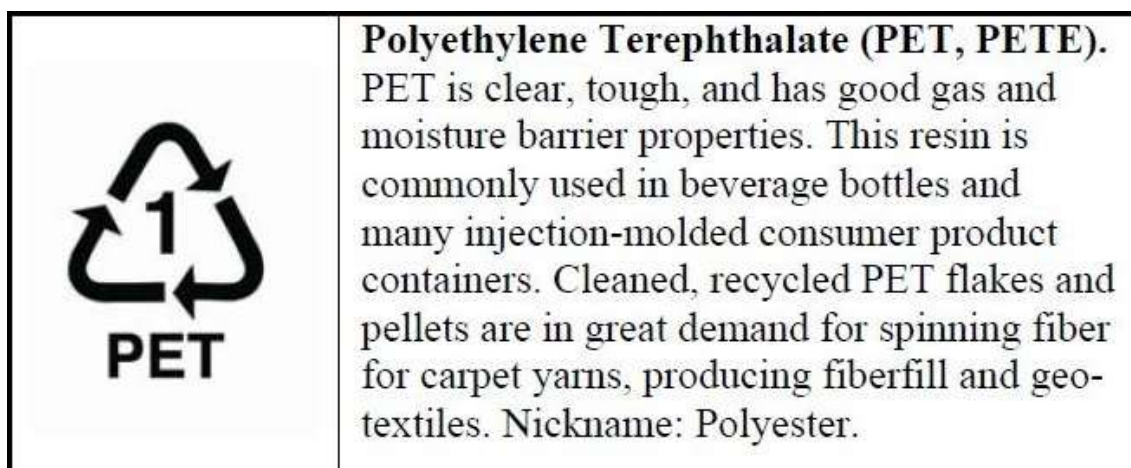
プラスチック製水ボトルを避けることを提案する最も一般的な理由は、ボトルにビスフェノール A(BPA)が含まれていることです。記事には通常、プラスチックの水ボトルの写真が示されます。



あなたが BPA の事を懸念していて、ボトルに実際に BPA が含まれていた場合には、プラスチックのボトルを避ける理由になるかもしれません。しかし、そのようなことは今も、そしてこれまでも決してありませんでした。基本的にすべてのプラスチック製水(および炭酸飲料)ボトルは、PET として知られているプラスチックでできています。正式名称はポリエチレンテレフタレートですが、おそらく誰もが PET と呼ぶ理由です。

PET は BPA から作られたものではありませんし、BPA を含んでもいません。ついでに言うと、プラスチック製ボトルから飲まない理由としてよく引き合いに出されるビスフェノール S(BPS)などの BPA 類似の化学物質も含まれていません。

確認したければ、ボトルの底面に内部に 1 と書かれた三角形の形をした「[樹脂識別コード](#)」を見てください。番号 1 は PET を表し、普通は三角形の下にも PET と表示されています。



2. BPA は飲食料品と接触しても安全です

BPA の最も一般的な使い道は、ポリカーボネートやエポキシ樹脂製造用原料です。どちらの材料も、私たちの生活をより良く、より安全にするために役立つ製品に[広く使われています](#)。

私たちは[大規模な科学研究](#) や[政府によるレビュー](#) によって、微量の BPA への曝露は安全であることを知っています。BPA の安全性に関する重要な質問には、FDA が[その Web サイト上で](#)要領よく、簡潔に答えています



BPAの安全性に関するFDAの見解は、最も直接的かつ重要な点ですが、世界中の多くの政府機関が同じ考え方を共有しています。あなたが世界中のどこにしようとも、あなたはBPAに対して安全だと確信することができます。

3. 飲食料品に使用されるプラスチックは使用しても安全です

飲食料品に接触する製品に使用される全てのプラスチックは、FDAによって規制されており、使用目的に対して安全であることが保証されています。それには、水ボトルに使用されるPETのみならず、食品保存容器および食品包装も含まれています。

FDAの規制は厳密に安全性の考慮事項に基づいており、FDAの安全要件を満たさないプラスチックは食品に接触する製品への使用は許可されません。世界中の主要国には同様の規制制度があります。

それでわかったでしょう？ あなたはプラスチック製ボトルで安全に水を飲むことができますが、知っておくべきことがいくつかあります。

プラスチック製のボトルにはBPAは含まれていませんが、使用後には有害な細菌が含まれている可能性があります。プラスチック製水ボトルを再使用しても構いませんが、食後にカップや食器を清掃するのと同様に、使用後は洗剤とお湯でボトルをきれいにしてください。

そして、あなたがボトルを使い終わったら、ごみ箱に捨てるのを忘れないでください。— そしてプラスチック製のキャップも一緒に。PETボトルはほぼ全面的にリサイクル用に回収されています。あなたがPETボトルリサイクルを覚えていれば、そのボトルにはもう一つの生き方が与えられます。