

건강하고 행복한 소비자를 위한



이달의 마거진

○
웹 매거진 August 2015

CONTENTS

02 커버스토리

Sugar Holic? 달콤함에 빠진 대한민국

05 식의약포커스

잔류농약, 진실 혹은 거짓?!

08 정책돋보기

위해 우려 화장품 신속한 회수·폐기 체계 마련

11 현장리포트

식품 안전의 최전선, 제조·가공업체 현장방문

15 생활속식의약

'치느님'의 계절이 돌아왔다

18 식약아리아

영양성분표 제대로 알기

24 이달의 레시피

칼로리와 나트륨을 모두 줄인 착한 음료 멜론오이스무디

26 식약人side

내가 오늘 먹은 진통제가 수능 시험을 통과했다구요?

29 퀴즈이벤트

식의약 상식도 쌓고~ 경품도 받고~

커버스토리

Sugar Holic?

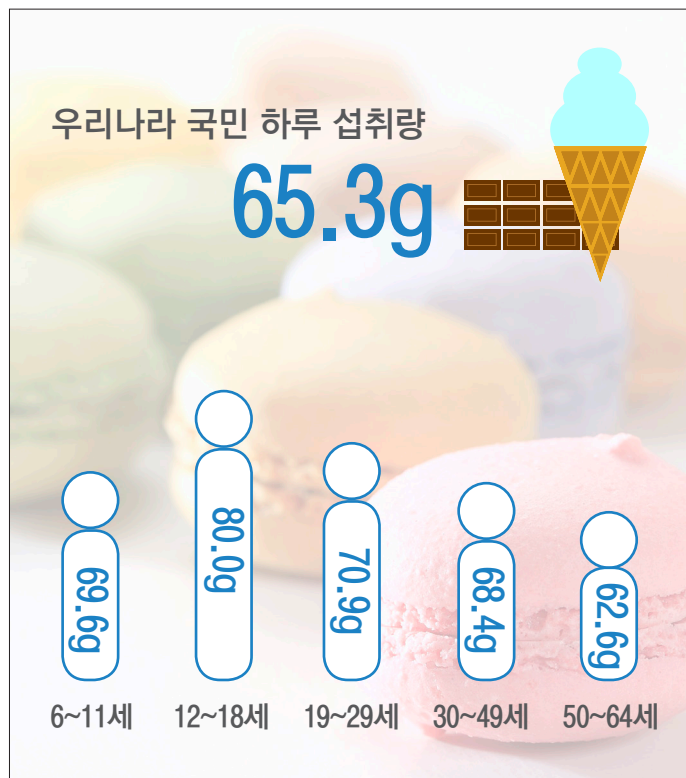
달콤함에 빠진 대한민국

단맛은 사람의 마음을 편안하게 하고 식욕을 돋우는 효과가 있다. 어린아이부터 노년층을 가릴 것 없이 인간의 단맛에 대한 집착은 거의 본능에 가깝다. 평생에 걸쳐 이어지는 것이다. 최근의 식음료 트렌드도 단맛이 단연 강세다. 달콤 짭짤한 ‘허니버터칩’이 연일 품절을 기록하며 대란(?)을 일으키더니 유자나 자몽과 같은 달달한 과일 맛을 첨가한 소주까지 등장했다. 요리 프로그램에서도 달콤함은 빠지지 않는 주제이다. 특히 그 중에서도 유난히 인기몰이를 하고 있는 ‘집밥 선생’ 백종원 씨는 ‘슈가보이’ 신드롬까지 일으키고 있다. 하지만 과유불급(過猶不及)의 진리는 이 단맛에도 적용된다. 달콤함에 중독된 우리나라 사람들의 당류 섭취 실태와 과도한 당류 섭취 시 따르는 부작용, 각 식품에 첨가된 당류의 함량에 대해 알아봤다.



대한민국 당류 섭취 보고서

식품의약품안전처의 조사 결과를 보면 우리나라 국민의 하루 평균 당류 섭취량은 65.3g이다. 주요 급원은 과일 14.4g(22.0%), 음료류 13.7g(21.0%), 원재료성 식품 7.9g(12.1%), 설탕 및 기타당류 5.8g(8.9%), 빵·과자·떡류 6.0g(9.2%) 순이다. 그 중 12세에서 18세 사이 청소년층이 당류를 가장 많이 섭취하는 것으로 나타나고 있다. 청소년의 하루 평균 당류섭취량(80.0g)은 우리 국민의 하루 평균 당류섭취량보다 13% 높은 수준이다. 그 다음으로는 19~29세(70.9g), 6~11세(69.6g), 30~49세(68.4g), 50~64세(62.6g) 순이다. 청소년의 당류 섭취를 높이는 주범은 음료류 20.7g(25.9%) 였다. 특히 음료류는 가공식품 중 6세 이상 모든 연령층에서 당류의 주요 공급원으로 지목되고 있는데, 하루 평균 섭취량은 34.3%에 달했다. 음료류 중에서도 6~29세는 탄산음료류, 30세 이상은 커피를 통한 당류 섭취가 가장 높은 것으로 나타나 세대별 단 음료 선호도를 확인할 수 있다.



당류 섭취는 지역별, 소득수준, 성별로도 차이가 난다. 지역별로 보면 대도시가 67.6g으로 읍면지역 섭취량 59.7g보다 높다. 성별로는 남성이 69.5g으로 61.0g인 여성보다 높은 것으로 나타났다. 일반적으로 남성의 식품섭취량이 여성보다 높기 때문이다. 우리 국민의 가공 식품을 통한 당류 섭취량 (1일 열량의 8.1%)은 WHO 섭취 권고 기준 (1일 열량의 10%) 이 내이나 매년 증가해 주의를 기울을 필요가 있다. 특히 3~5세 (10.5%), 12~18세 (10.1%)는 WHO 섭취 권고 기준을 초과해 더욱 주의를 기울여야 한다. 어렸을 때부터 단맛에 길들여지면 성인이 돼서도 당류를 과잉 섭취할 우려가 있고, 당류의 과잉섭취는 충치, 비만, 당뇨 등을 유발시킬 우려가 있음은 분명한 사실이다. 따라서 식약처는 당류의 적정 섭취 유도를 위하여 교육·홍보를 통한 인식개선에 주력하고, 가공 식품 중 당류의 주요 되는 음료류(탄산음료등), 커피 등의 당류 저감을 위해 산업체와 협력하여 당류 저감 가이드라인을 개발하는 등 민·관협의

체 운영을 통한 자율 저감 참여를 독려하고자 한다. 또한, 국민이 실천할 수 있는 ‘당류 섭취 줄이기 실천요령’ 및 ‘단맛 미각테스트 키트’ 등을 초·중·고등학교, 보육시설, 보건소 등에 지속적으로 보급하고 있다.

알아두고 조심하자, 식품과 커피류의 당 함유량

우리 국민의 1인당 하루 당류 섭취량은 매년 증가 추세에 있다. 특히 2010년 기준으로 커피의 당 섭취 기여도는 33%, 음료류는 21%를 차지해 당 섭취를 줄이는 노력이 필요한 실정이다. 과거 식약처는 아메리카노, 녹차 등 소비자가 직접 당을 첨가하는 음료를 제외한 커피 음료 1,136종의 당류 함량을 분석한 바 있다. 그 결과 음료 한잔(약 300ml 기준)의 평균 당류 함량은 4.3~32g에 달했다. 이는 WHO의 당 섭취 권고량의 9%~64% 수준이다.

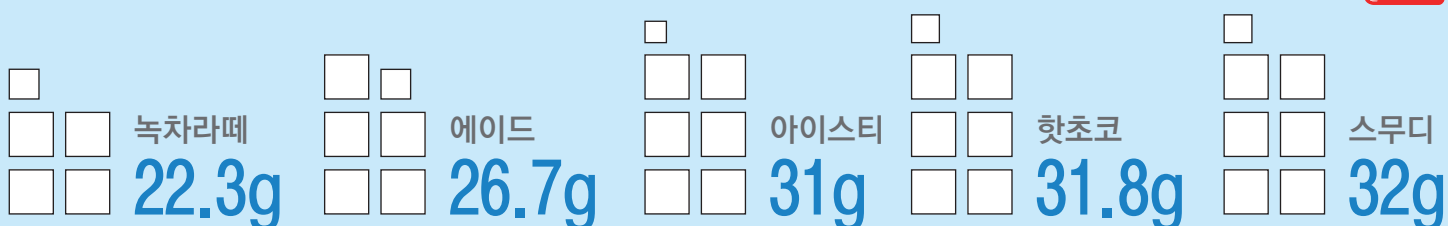
이번 조사대상 음료류를 종류별로 알아보면 한잔의 평균 당 함량은 스무디가 32g으로 가장 높았다. 그 뒤를 이어 핫초코가 31.8g, 아이스티가 31g, 에이드가 26.7g, 녹차라떼가 22.3g의 순으로 나타났다. 특히 스무디와 핫초코, 아이스티는 1잔 섭취만으로도 WHO 하루 당 섭취량 권고 기준의 약 64%에 달하는 것으로 분석됐다.

커피 제품의 경우 헤이즐넛라떼 20g, 화이트초콜릿 모카 16g, 바닐라라떼 15.1g, 카라멜마키아또 14.5g 순으로 나타났다. 또한, 아메리카노와 같이 당이 적은 음료도 소비자가 시럽을 2번 추가할 경우 음료 1잔에 WHO 하루 권고 기준의 약 24%에 해당하는 당류를 섭취하게 된다. 각설탕 2조각의 당 함량이 2.5g, 스틱설탕 1봉의 당 함량이 5g 정도인데 비해 시럽은 한 번 넣을 때의 당 함량이 6g(10g 기준)에 달했다. 10g램 시럽의 당 함량을 칼로리로 환산하면 약 24kcal가 된다. 이는 5층을 걸어 올라가야 소모되는 에너지양과 같다.

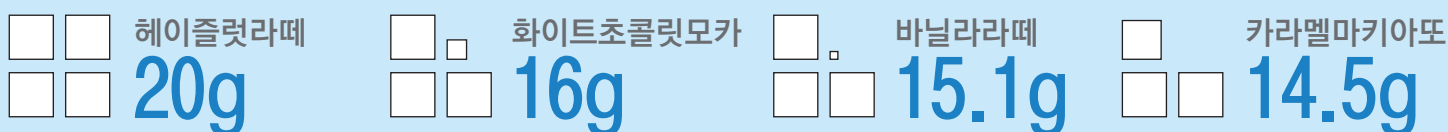
어린이 식생활 안전관리 특별법 제11조에 따라 어린이 기호식품(제과·제빵류, 아이스크림류, 햄버거·피자 등)을 주로 판매하는 100개 이상 가맹사업자가 조리·판매하는 모든 식품에 대하여 당류, 열량 등의 영양표시를 의무적용하고 있다. 식약처는 앞으로도 국민의 당류 섭취에 대한 경각심을 일깨우는 당류 섭취 저감화 노력을 지속적으로 펼칠 계획이다.

음료류 (300ml기준)

□ 각설탕 5g



커피류 (300ml기준)



식의약포커스

잔류농약, 진실 혹은 거짓?!

최근 뉴스를 통해 보도된 한 사건을 통해 ‘농약=독극물’이라는 인식이 확산되고 있다. 하지만 농약은 그 용도대로 쓰면 농산물을 병해충에서 지켜 싱싱하고 안전하게 우리의 밥상으로 오르게 하는 큰 조력자라 할 수 있다. 그럼에도 불구하고 시장에서 방금 사온 과일이나 농산물을 손질할 때 대체 어느 정도 씻어야 표면에 남아 있는 농약을 제거할 수 있는지 알 수 없는 게 사실이다. 또 과일은 껍질째 먹는 것이 좋다고 하지만, 막상 껍질을 깎지 않고 먹을 때 찝찝함이 남는 것 또한 어쩔 수 없다. 그렇다면 잔류농약은 과연 무엇이고, 이를 효과적으로 제거하는 방법은 무엇이 있는지 제대로 알아보자.



잔류농약, 너는 누구냐?



생산지에서 농산물에 농약을 살포할 때는 농약 그 자체를 쓰지 않는다. 수천 배의 물에 희석해 사용한다. 잔류농약은 그렇게 희석돼 살포된 농약이 농산물에 극미량으로 남아있는 것을 의미한다. 그러나 많은 사람들이 농약과 잔류농약을 구분하지 못한다. 농산물에 남아있는 극미량의 농약성분을 농약 그 자체로 오해하는 경우가 많다. 실제 생산지에서 희석된 농약이 살포돼도 공기 중의 산소나 수분, 햇빛에 의해 곧 분해된다. 또 일부 농산물에 흡수된 농약도 농산물 안에 있는 효소에 의해 분해되거나 감소된다. 그런 과정을 거쳐 소비자가 구매했을 때 미세하게 남은 일부 성분이 바로 잔류농약인 셈이다.

세척, 가열, 그래도 안심 안 되면 껍질 제거

농산물이 재배되는 동안 살포된 농약은 대부분 잎, 줄기 및 과실의 표면에 부착된다. 대부분의 잔류농약은 물로 씻으면 제거된다. 농약이 일부 남아 있을 경우에도 가열조리를 하면 열에 의해 남은 성분마저도 깔끔하게 분해된다. 그래도 불안하고 미심쩍어 하는 사람들을 위해 우리가 자주 섭취하는 농산물과 과일 등의 잔류농약 제거 방법을 알아봤다.



딸기

딸기는 잘 무르기 쉽고 잿빛 곰팡이가 끼는 경우가 많아 곰팡이 방지제를 뿌린다. 딸기를 물에 1분 동안 담근 후 흐르는 물에 30초 정도 씻으면 잔류농약은 말끔히 제거된다. 단, 꼭지 부분은 농약 잔류 가능성이 있으므로 먹지 않는 것이 좋다.



포도

포도의 경우 포도 알 사이까지 깨끗이 씻기 어렵다. 간혹 사람들은 포도 표면에 하얀 물질을 농약으로 오해하는 경우가 있다. 그러나 이것은 포도 표면에 붙어있는 효모로 당도가 높을수록 이 물질이 많다고 한다. 특히 포도는 봉지를 씌워 재배하고 수확기에는 농약을 살포하지 않는 과일이다. 따라서 포도의 잔류농약을 제거하려면 1분 정도 물에 담갔다가 흐르는 물에 헹궈 먹으면 된다.



깻잎과 상추

잔털과 주름이 많은 깻잎이나 상추는 다른 작물에 비해 농약 잔류 가능성이 높은 게 사실이다. 그래서 이것들은 다른 농산물보다 더 오래 씻는 게 좋다. 5분 정도 물에 담갔다가 흐르는 물에 30초 정도 씻으면 대부분의 잔류농약이 제거된다.



파

하단 부분에 농약이 많다고 생각하는 경우가 많은데 실제로는 잎 부분에 농약이 잔류할 가능성이 더 높다. 시든 잎과 함께 외피를 한 겹 벗겨낸 다음 물로 세척하면 된다.



배추와 양배추

겉잎에 농약 잔류 가능성이 있다. 2~3장 정도 겉잎을 떼어 내고 물에 잘 씻으면 된다.



오이

흐르는 물에 오이 표면을 스펀지 등으로 문질러 씻은 다음 굵은 소금을 뿌려 문지른다. 다시 흐르는 물에 씻으면 안심이다.

이처럼 대부분의 농산물, 과일류는 물로 깨끗이 씻으면 잔류농약이 모두 사라진다. 그래도 미심쩍다면 껍질을 벗겨 먹을 것을 권한다. 실제 바나나, 키위, 사과, 복숭아 등은 껍질을 벗기면 잔류농약 제거효과가 90%를 넘는다. 설령 농산물에 농약이 남아있더라도 씻기, 삶기, 데치기 등의 조리과정에서 대부분 제거 또는 분해된다.

또한 지난해 우리 국민들이 많이 소비하는 배추 등 농산물 25개 품목 517건을 수거하여 잔류농약(356종)을 검사한 결과, 총 514건(99.4%)이 기준에 적합한 것으로 확인되어 국내 유통 농산물의 잔류 농약 수준은 안심할 수 있는 수준이라고 식약처는 밝혔다.

그럼에도 미세하게 남은 몇 %의 잔류농약은 우리의 건강에 대한 우려거리다. 하지만 식품을 통해 잔류농약이 우리 몸에 축적될 가능성은 거의 없다고 봐도 무방하다. 극소량의 잔류농약이 체내에 들어온다고 해도 자연스럽게 소변과 대변으로 배설되기 때문이다.

정책돋보기

스프레이형 자외선 차단제, 얼굴에 바로 뿌리지 마세요

- 위해 우려 화장품 신속한 회수·폐기 체계 마련 -

식품의약품안전처가 위해 우려 화장품의 회수·폐기·공표에 관한 기준 및 세부 절차 등을 마련했다. 지난 7월 29일부터 개정 시행된 화장품법 시행령과 화장품법 시행규칙이 그것이다. 이는 위해 우려가 있는 화장품을 사전에 차단하기 위한 '화장품법'이 올해 1월 개정된 후 시행에 필요한 세부 기준과 방법 등을 정하기 위한 조치이다.



어떻게 바뀌었나?

이번 시행령과 시행규칙은 안전성 등에 문제가 있는 화장품을 회수·폐기하는 경우 회수계획과 결과 보고, 회수 방법 및 절차 등을 상세히 규정했다. 또한 행정처분이 확정된 사람 및 위해 화장품에 대한 공표 시기, 공표 내용, 공표 방법 등의 세부사항도 규정하고 있다. 회수명령을 이행하지 않거나 회수계획서를 제출하지 않을 경우의 처분 기준도 마련됐다. 반면 자진 회수하거나 회수에 필요한 조치를 성실하게 이행한 제조업자 또는 제조판매업자의 경우 해당 화장품으로 인해 받게 되는 행정처분을 감경해 주는 기준을 마련하기도 했다.

또한 뿌리는 자외선차단제의 사용법에 대해서도 새롭게 기준을 정했다. 뿌리는 자외선차단제를 얼굴에 직접 사용할 경우 인체 흡입으로 인한 안전성의 우려가 있기 때문이다. 추가된 것은 ‘얼굴에 사용하는 경우 직접 뿌리지 말고 반드시 손에 덜어 얼굴에 바를 것’이라는 주의사항이다. 식약처는 이번 화장품법 시행령과 시행규칙 개정이 화장품의 안전관리 및 효율적인 관리체계 강화에 도움이 될 것으로 전망하고 있다. 더 자세한 내용은 홈페이지(www.mfds.go.kr)→ 법령·자료→ 법·시행령·시행규칙에서 확인할 수 있다.

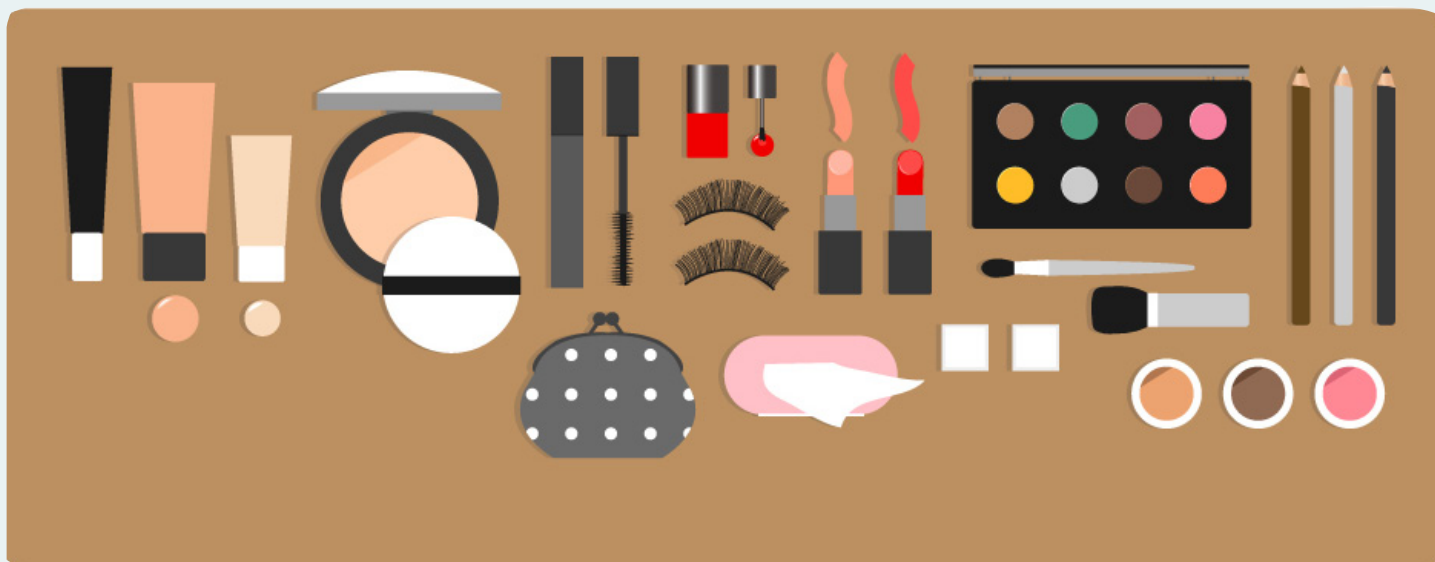


개정된 시행령·시행규칙 주요사항

회수·폐기 등에 관한 절차 규정

회수 폐기 등에 관한 절차는 지금까지는 정해진 법적 절차나 규정 없이 제조유통관리기본계획 ‘의약품 등 회수 폐기 처리지침’에 따라 수행되어 왔다. 그런데 이번 화장품법 개정으로 하위법령 정비에 이뤄져 화장품의 회수(자진 회수 포함) 및 폐기 등 관련 회수대상 화장품, 회수절차, 폐기절차, 위해 화장품의 공표 등 세부사항이 정해졌다. 새롭게 신설된 사항은 다음과 같다.

- 회수 대상 화장품을 변패(變敗)된 화장품, 병원미생물에 오염된 화장품 등으로 정함
- 회수의무자는 회수계획서를 지방식품의약품안전청장에게 제출하고, 대상 화장품을 업무상 취급하는 자 등에게 회수계획을 통보하도록 함
- 위해 화장품 공표명령을 받은 업자는 일간신문 등에 제품명, 회수사유 방법 등을 게재해야 함



자진회수에 대한 행정처분 감면 기준 규정

현행대로라면 자진 회수 성실이행자에 대한 행정처분 감면기준이 없다. 그러나 이번 화장품법 개정으로 하위 법령이 정비되며 자진 회수 또는 회수에 필요한 조치를 성실하게 이행한 제조업자 또는 제조판매업자는 해당 화장품으로 인해 받게 되는 행정처분을 일부 감경 또는 면제 받을 수 있는 근거가 마련됐다. 이제부터는 자진 회수 성실이행자가 회수계획량의 5분의 4 이상을 회수한 경우에는 위반행위에 대한 행정처분을 면제받을 수 있다.

사용 시 주의사항 추가

스프레이형 자외선차단제는 인체 흡입으로 인한 안전성 우려가 지속적으로 제기돼 왔다. 특히 얼굴에 사용할 경우가 큰 문제로 제기되어 왔다. 이번 개정을 통해 스프레이형 자외선차단제를 얼굴에 사용할 경우 반드시 손에 떨어 사용하도록 하는 주의사항이 추가됐다.

화장품 기재사항 개선

이제까지 화장품에는 식약처에 등록된 주소가 기재 표시됐다. 그러나 이번 개정부터는 법제처의 국민행복 법령 만들기 개선을 수렴해 식약처에 등록된 주소 외에 반품 및 교환 업무를 대표하는 소재지를 기재 표시할 수 있도록 했다.

행정처분 기준 정비

이제까지 회수명령을 이행하지 않거나, 회수계획서를 제출하지 않은 경우 뚜렷한 처분 기준이 없었다. 또 제조판매업소에 실제 제조판매관리자가 없는 경우 역시 처분 기준이 없었다. 이는 화장품법 개정은 물론 최근까지 감사원 지적으로 행정처분 기준의 정비가 필요한 부분이었다. 새롭게 바뀐 내용은 회수명령을 이행하지 않거나 회수계획서를 제출하지 않을 경우 판매 또는 제조 업무정지 6개월의 처분을 내릴 수 있도록 하고 있다. 제조판매관리자가 없는 경우에도 판매업무정지 3개월의 처분이 내려진다.

현장리포트

식품 안전의 최전선, 제조·가공업체 현장방문

높은 기온으로 인해 식품 위생의 위험성이 증가하는 여름철. 식품의약품안전처 김승희 처장은 식품 안전 대책의 일환으로 지난 8월 12일, 어묵제조업체인 (주)늘푸른바다(이하 늘푸른바다)를 방문해 위생관리 실태를 점검하고 현장의 생생한 목소리를 청취했다.



국민의 먹을거리 안전 위한 현장점검 실시

복날 무더위의 위력을 실감케 하는 여름의 끝자락, '부산의 맛'의 대명사격으로 손꼽히는 어묵을 제조하는 기업 <늘푸른바다>는 식약처 김승희 처장의 방문을 앞두고 들썩였다.

8월 3일부터 각 지자체는 어묵 제조 가공업체들의 식품안전 관리 상태를 점검하고 있는 상황이다. 식약처 역시 여름철 무더위로 인해 식중독 발생 우려가 높아지는 만큼 제조업체 중 한 곳을 찾아 위생 상태를 점검했다. 관리 실태와 더불어 각 업체의 애로사항 등을 직접 듣고자 현장방문 및 간담회를 실시 한 것이다.

이번 간담회 참석자는 식약처 김승희 처장을 비롯해 양진영 식품안전정책국장, 한상배 식품관리총괄과장, 늘푸른바다 김형광 대표, 이웅관 이사, 장병근 상무, 지영애 부산지방식품의약품안전청장 등 11명. 식품위생을 위한 의견을 나누고자 마련된 자리인 만큼 유연한 분위기 속에서 인사가 오가고, 이어 늘푸른바다 측의 회사 소개로 본격적인 간담회가 시작됐다.

김형광 대표는 지난 1963년 고래사라는 명칭으로 회사를 설립한 이후 지금에 이르기까지 과정과 어묵 생산 시스템의 변화를 설명했다. 특히 김 대표는 “지금도 철저한 관리와 적극적인 제품 개발 노력을 기울이고 있다”며 꾸준히 이어지는 위생관리 노력을 강조했다. 이에 김승희 처장은 “어묵은 누구나 좋아하는 국민 반찬이자 학생들이 출출할 때 간식으로 많이 먹는 음식인 만큼 위생안전이 특히 중요한 식품”이라며, “기업이 책임의식을 갖고 위생에 많은 투자를 아끼지 말아 달라”고 당부했다. 더불어 김 처장은 탁상행정과 과도한 규제로 현장 기업인들이 겪는 불편에 관심을 가지며 어려움을 적극적으로 이야기해줄 것을 주문했다.

“정부는 국민을 위해 존재합니다. 산업체와 기업체 분들도 국민과 나라를 위해 일하는 건 마찬가지죠. 오늘은 현장점검과 함께 실무자들의 생생한 목소리를 듣기 위해 방문했습니다. 그러니 문제가 있으면 이야기 뭐든 해주십시오. 적극 수용하고 개선함으로써 기업에 도움이 될 수 있도록 노력하겠습니다.”



어묵의 발전 가능성 및 방안 논의

일반적으로 ‘어묵’ 하면 납작한 네모나 길쭉한 형태를 떠올리기 마련이다. 하지만 오래전부터 어묵은 정형화된 형태를 벗어나 다양한 변신을 시도하고 있다. 간담회장에 전시된 늘푸른바다의 대표 어묵 제품들만 해도 모양은 물론 맛과 가공 형태가 각양각색이다. 이날 간담회에서는 미리 준비해둔 어묵 제품 시식도 시간도 가졌다. 생선살로 만들어 단백질 함량이 높은 어묵면, 발상의 전환으로 한 끼 식사로 탄생한 어묵초밥, 건강한 간식거리인 어묵크로켓, 쫄깃하고 깔끔한 맛이 일품인 어묵회 등 기존의 상식을 뒤엎는 다양한 한상이 차려졌다. 김 처장은 깔끔하게 포장된 어묵 제품의 상태를 높게 평가했다. 또한 생산에 그치지 않고 새로운 아이디어로 요리 아이템을 개발한 업체의 노력에 찬사를 감추지 않았다.

“어떻게 이렇게 쫄깃할 수가 있죠? 정말 맛있네요. 포장도 아주 깔끔하고 편리하게 되어 있어서 가정에서 이용하기 아주 유용할 것 같습니다.”



김 처장의 호평에 덕분인지 간담회의 분위기는 더욱 열기를 높여갔다. 함께한 참석자들은 어묵 생산 전반에 대한 보다 심도 있는 이야기를 주고받았다. 특히 김 대표는 “늘푸른바다는 어묵 생산에서 위생을 최우선적으로 생각하고 있다”며 지난 2002년 SGS HACCP 인증, 2006년 식약청 HACCP 인증을 획득했음을 자랑스레 밝혔다.

“쫄깃한 식감과 풍부한 맛을 구현할 수 있는 것은 철저한 위생관리는 물론, 신선한 원재료 사용부터 어육살 가공제조시설 등 설비상의 노하우가 모두 어우러졌기 때문입니다. 국민의 먹을거리를 만드는 회사인 만큼 개인의 아닌 국가의 회사라는 마음으로 맛과 위생 개선에 지속적인 노력을 기울이겠습니다.”



위생과 안전을 최우선으로 고려한 현장 답사

참석자들은 간담회에서 설명을 들은 제조 공정을 보다 밀접하게 이해하고 위생관리 실태를 직접 살펴보고자 현장답사를 실시했다. 실제 제품이 만들어지는 곳인 만큼 머리끝부터 발끝까지 위생복장은 필수이다. 위생복으로 완전무장한 채 공장 안으로 들어가니 눈 앞에는 각 과정별 기계 시스템이 길게 펼쳐졌다. 생산의 기본은 영하 18℃ 이하 냉동고에 보관된 연육을 배합해 일정한 크기와 중량으로 성형한 다음 깨끗한 대두유에서 알맞게 튀겨내는 것이다. 그 후 탈유 과정이 특히 주목할 만한데, 늘푸른바다는 국내 최초로 전체 생산라인에 흡입식 탈유 시스템을 도입해 이목을 집중시켰다. 사실 우리나라는 일본에서 위생상 문제로 약 30년에 사라진 스펀지형 탈유기가 여전히 사용되는 경우가 적지 않다. 하지만 늘푸른바다 김 대표는 직접 일본까지 가서 흡입식 탈유기를 구입해왔다. 놀라운 것은 단순히 구입해 온 탈유기를 설치한 것이 아니라 우리나라 어묵 형태에 맞게 자체적인 개발 과정을 거쳐 위생과 안전성을 높였다는 점이다. 냉각기 역시 국내 최초로, 일본기업과 기술과 제휴한 오토 컨트롤 워싱 냉각기를 사용 중이다. 각 시스템을 설명하는 김 대표의 목소리에는 자심감이 느껴진다.



“일자 평면구조형 냉각기는 기존의 다단식보다 냉각 성능이 우수함은 물론 청소와 유지 관리도 매우 편리합니다. 매일 자동세척 기능으로 만에 하나 생길 수 있는 미생물 오염을 철두철미하게 방지하고 있습니다.”

약 30분 동안 현장 곳곳을 점검하며 김 대표의 부연설명을 들은 김 처장은 “생산에만 몰입하다보면 위생환경에 소홀할 가능성이 있는데, 늘푸른바다는 작은 부분까지 짚어가며 적극적인 개선 노력을 기울이고 있다”며 만족스러움을 감추지 않았다.

“맛과 영양이 아무리 훌륭해도 위생에 문제가 있으면 모든 게 사라지는 것인 만큼, 원료에서부터 제품 출고 및 배송까지 모든 단계를 철저히 관리 감독함으로써 앞으로도 위생적이고 안전한 식품 생산을 위해 노력해 주세요.”

모든 일정을 마치고 늘푸른바다를 나서는 김 처장은 “오늘 논의된 내용들은 모두 의견수렴 과정을 거쳐 적극 반영할 것”이라며 “앞으로도 현장의 요구 사항들에 대해서는 진행 가능 여부를 납득할 수 있는 메시지와 함께 반드시 답해드릴 것”이라고 밝혔다. 식약처는 앞으로도 이러한 현장점검과 소통을 지속적으로 실시함으로써 국민의 먹을거리 안전을 최고 수준으로 끌어올릴 방침이다.

생활 속 식의약

‘치즈님’의 계절이 돌아왔다



무더운 여름철에는 밤이 길어지기 마련이다. 이렇게 무더위에 시달리는 밤에는 배가 출출한 것 또한 인지상정. 특히 주말저녁 시원한 바닷가나 야구장을 방문할 때 필수 아이템 하면 무엇이 떠오르는가? 바로 즉석에서 바삭하게 튀겨낸 통닭! 남녀노소 통틀어 통닭, 아니 ‘치즈님’을 싫어하는 사람은 드물 것이다. 다이어트에는 최고의 적임에 틀림없지만, 언제나 마주치면 싸울 의지를 잃게 만들고, 정신을 차리고 나면 연전연패는 당연할 정도로 막강한 ‘치즈님’...

소비자들이 통닭을 일컫는 이 ‘치느님’이라는 신조어가 소비자들 사이에 익숙하게 된 지도 꽤 오래전이다. 88만원 세대와 고달픈 직장인들이 가장 좋아하는 회식메뉴 또한 단연 ‘치느님’, 그들의 앞 세대들이 퇴직하고 가장 손쉽게 자영업으로 선택하는 것 또한 ‘치느님’, 아빠가 야근 후 늦은 퇴근 시간에 집에서 기다리는 아이들을 위해 사가는 것도, 학자금을 마련하기 위해 배달일선에 뛰어든 청년들이 주로 배달하게 되는 것도 ‘그님’의 배달이고 보면, 서민들의 애환을 함께하면서, 닭고기는 이제 전통적인 먹거리로서의 소비를 넘어 하나의 사회현상(?)을 대표할 정도로 상징적인 축산물이다.

하지만 우리나라에서 소비되는 닭고기중 상당부분이 수입산 인 것 또한 인정할 수밖에 없는 현실이다. 수입가격 또한 국내산의 3분의 2 수준이다 보니 소비량 급증에 발맞추어 수입량 또한 폭증하고 있다. 국내산을 소비하는 것이 맛과 건강, 두 마리 토끼를 잡을 수 있는 길이겠으나, 현실적으로 수입산 닭고기 소비를 피할 수 없다면 그에 대하여 정확히 알아보고 현명하게 소비하는 것 또한 중요한 일이다. 먼저 통계적으로 수입닭고기 현황을 알아보자.



우리나라의 닭고기 소비량은 2012년도 기준 1인당 15kg 정도로 일본과 비슷하고 중국보다는 2배가량 많으며, 미국에 비해서는 3분의 1 수준이다. (지육기준, 한국육계협회통계참조) 하지만 십년 전인 2005년부터 통계를 보면 일본과 중국은 소폭증가, 미국은 소폭감소하고 있는 반면, 한국은 증가율이 해마다 늘어 가파른 상승세(2005년과 비교할 때 2012년은 60%정도 소비량이 증가)를 보이고 있다. 이는 우리 식생활의 서구화로 인하여 육류소비가 늘어난 측면도 있지만, 식생활 수준의 증가로 인하여 웰빙이 새로운 트렌드로 자리 잡았기 때문이기도 하다. 닭고기는 다이어트식품이면서 3저 1고(저지방, 저칼로리, 저콜레스테롤, 고단백)의 건강식품이라고 알려진 점 또한 소비량 증가에 영향을 주었으리라고 생각된다.

수입국별로 현황을 살펴보면 2014년도 기준으로 미국 67,645톤, 브라질 52,460톤, 덴마크 4,485톤, 기타 357톤 등으로 주요 수입국은 몇 개국으로 한정되어 있다. 눈여겨 볼 사항은 최근 몇 년 사이 브라질이 전통적인 닭고기 수입국이었던 미국과 어깨를 나란히 하고 있다는 점이다. 그 이유는 2004년부터 조류독감으로 인하여 태국산 닭고기가 전면 수입금지(열처리제품제외)되고 미국산 또한 조류독감여파로 물량이 줄어든 틈을 타 2007년부터 수입량이 증가되기 시작했기 때문이다. 현재는 미국과 브라질이 닭고기 수입국 1,2위를 다투고 있는 실정이다. 또한 미국산이 조류독감으로 인해 수입금지조치가 되는 기간 동안은 브라질산이 독점적인 지위를 차지한다.

이제 평상시 수입닭고기에 대하여 궁금했던 점들을 정리해보자. 국내산만을 소비할 수는 없는 현실에서 어쩔 수없이 수입닭고기를 소비해야 한다면 최대한 잘 알고 먹는 것이 현명한 방법 아니겠는가? 17년 경력의 수입축산물 검사담당 K주무관과 함께 소비자들이 수입닭고기에 대하여 많이 궁금해 하는 사항들을 문답식으로 엮어보았다.



1. 수입닭고기에 들어있는 각종 유해물질, 과연 철저히 걸러지고 있는가?

최근 건강한 축산물 소비에 대한 관심이 높아지면서, 소비자들은 수입닭고기가 가지고 있을 가능성이 높은 유해물질을 이야기 할 때 흔히 ‘항생제’를 떠올린다. 하지만 국내에 들어오는 수입닭고기는 모두 무작위로 정밀검사(성분분석검사)를 거치게 되므로 유해한 물질이 검출될 경우 부적합 판정을 받고 국내유통이 엄격히 금지되고 있다.

항생제, 항균제, 농약 뿐만 아니라, 보존료(아질산이온), 타르 색소 등의 첨가여부도 식품 첨가물 사용기준에 따라 엄격히 검사하고 있으며 미생물의 오염도(예: 세균수, 대장균군, 살모넬라, 크로스트리디움 등)또한 무작위표본검사에서 엄격히 통제되고 있다.

2. 고병원성 조류독감(AI)가 발생한 지역에서는 닭고기가 수입되고 있는가?

미국에서 고병원성 조류인플루엔자(AI)가 발생하자 지난해 12월 농림축산식품부는 미국산 닭·오리 등 가금류와 가금육 수입을 금지했다. 참고로 고병원성 조류인플루엔자(AI)가 발생한 국가에서는 살아있는 조류, 병아리, 계란, 잠복기 기간 21일 안에 도축·가공된 열처리(70℃ 30분 이상)하지 않은 가금육 제품 등은 수입을 금지한다. 수입할 수 있는 닭고기 범위가 대폭 좁아졌다. 더군다나 수입의 경로가 다양해져서, 조류독감이 발생한 국가의 닭고기를 반드시 수입할 필요가 없으므로 수입물량은 거의 없는 실정이다. 현재 브라질산이 미국산 수입량을 월등히 앞서고 있다.

3. 뼈 없는 수입닭고기는 브라질 산, 뼈 있는 닭고기에 비해 품질이 떨어진다?

흔히들 브라질 산이라고 하면 닭 강정과 뼈 없는 닭고기를 떠올린다. 혹시 직장동료나 친구들과의 모임에서 ‘치맥’을 한 턱 낼 때 ‘뼈 없는 닭보다는 뼈있는 닭이 품질이 뛰어나다던데...’하는

생각에 “사장님, 뼈있는 걸로 주세요!”하고 외쳐본 적은 없는가? 하지만 닭 뼈의 유무는 수입닭고기의 품질에 영향을 주지 않는다. 뼈 없는 수입닭고기가 브라질산인 이유는 ‘발골’을 하는데 드는 인건비가 미국보다 브라질이 싸기 때문이다. 즉, 뼈의 유무와 품질의 상관관계는 전혀 없다. 이러한 소문은 뼈가 있는 것은 국내산이고 없는 것은 수입산 이라는 근거 없는 믿음 때문에 생긴 듯하다. 하지만 현재 수입닭고기는 뼈가 있는 것과 없는 것 모두 수입되고 있다. 국내산과 수입산의 구별은 뼈의 유무로는 할 수 없다.

4. 국내산 닭과 수입산 닭을 구별할 수 있는가?

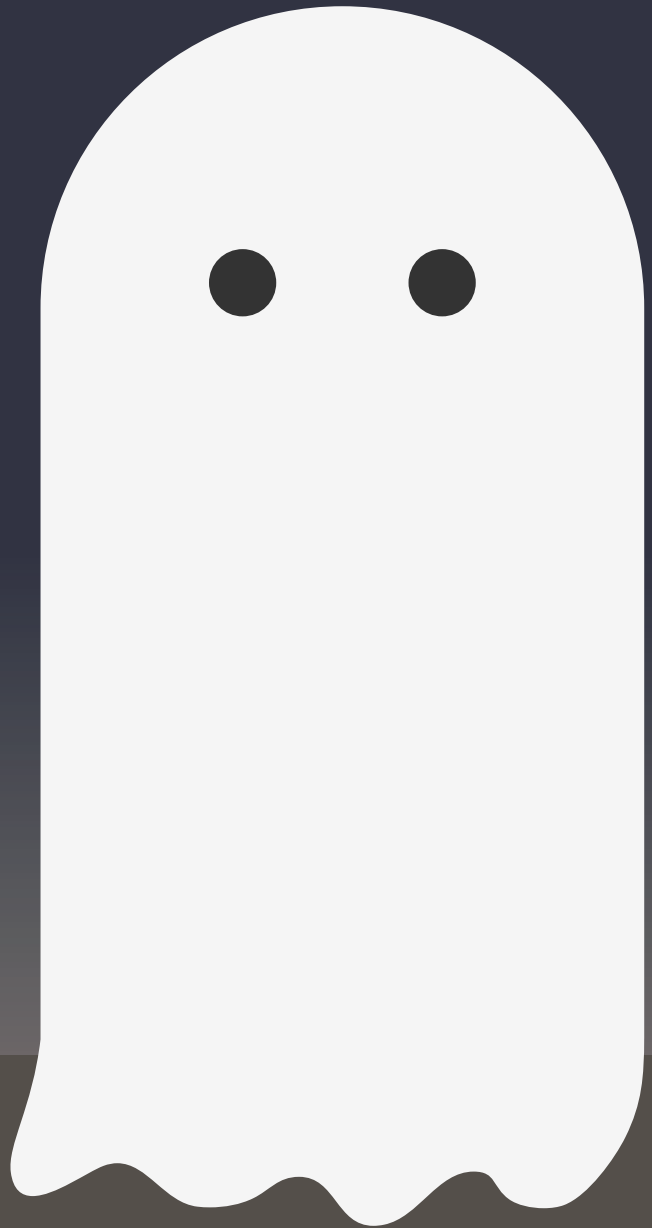
결론부터 이야기한다면 답은 ‘가능하다’이다. 일단 원산지 표시를 잘 확인 하시면 된다. 그 외에 큰 차이는 신선도이다. 수입 닭고기는 냉동 유통되기 때문에 약간 검붉은 빛깔을 띠며, 광택이 없다. 특히 수입 닭고기 중 다리부위는 주로 뼈가 포함되어 수입되는 실정으로 장기간 냉동으로 건조가 될 뿐만 아니라 냉동과정 중, 골수 속에 잔류하는 혈색소가 밖으로 나오는 것과 근육 속에 침투하여 산화함으로써 검붉게 보이는 특성이 있다. 또한 냉장육은 결대로 잘 찢어지는 반면, 냉동육은 툭툭 끊어지는 특징이 있으니 조금만 주의하시면 구분하기 어렵지 않으실 것이다.

5. 마지막으로 소비자들에게 하고 싶은 말씀이 있다면?

수출에 흥망을 걸고 있는 우리나라는 닭고기 및 축산물을 수입하지 않을 수 없는 상황이다. 그러나 수입은 어쩔 수 없더라도 절대 불량 축산물이 들어와서는 안 될 것임은 틀림없는 사실이므로, 더욱 철저한 검사를 통해 불량 축산물국내유통을 철저히 차단하고, 국민 식생활 건강 향상을 위해 이바지 할 것이다. 비록 수입닭고기를 소비하더라도 최소한 안전에 대해서는 마음을 놓으실 수 있도록 최선을 다 하겠다. 국민 식생활 건강 최선에서 싸우는 건강지킴이의 역할로써 항상 긴장하며 업무에 임하고 있으니 믿어주시면 너무 감사하겠다.

식약아리아

영양성분표 제대로 알기



영양성분표 제대로 알기

나는 네가 어제 먹은 아이스크림의 **칼로리**를 알고있다.
지방함량도!.... 당함량도!.... 흐흐

내가 어떻게 알았냐고?
제품 하단 혹은 뒷면에는 '**영양성분표**'가 있다는 걸 알고있나
얼른 확인해보도록 해봐

영양성분	1회 제공량당 함량	*%영양소 기준치	1회 제공량당 함량	*%영양소 기준치
	열량	109kcal	지방	4.4g 9%
1회 제공량 1컵(200ml)	탄수화물	11.9g 4%	포화지방	3g 20%
총 2회 제공량 (총 400ml)	당류	11.9g	트랜스지방	0g
	단백질	5.4g 10%	콜레스테롤	12.7mg 4%
			나트륨	86.2mg 4%

*%영양소 기준치: 1일 영양소 기준치에 대한 비율

?
있긴한데...
너무 어려워~
어떻게 읽어야 하지?



쉽게 알려줄테니 잘 따라와 보도록해~

영양성분	1회 제공량당 함량	*%영양소 기준치
열량	109kcal	
탄수화물	11.9g	4%
당류	11.9g	10%
단백질	5.4g	10%

1회 제공량
1컵(200ml)
총 2회 제공량
(총 400ml)

*%영양소 기준치: 1일 영양소 기준치에 대한 비율

이 부분이 영양성분표에서 제일 먼저 봐야 할 곳이야. 1회 제공량을 기준으로 정보를 표시하지. 많은 사람들이 1회 제공량을 전체 제공량이라고 오해를 하는데, 그렇지 않아!
이 식품은 총 2회 제공량이야! 따라서 이 식품을 전부 먹는다면 칼로리와 모든 영양성분에 두 배를 곱해야해.

영양성분	1회 제공량당 함량	*%영양소 기준치
열량	109kcal	
탄수화물	11.9g	4%
당류	11.9g	
단백질	5.4g	10%

1일 영양소 기준치에 대한 비율

영양소기준치는 하루에 섭취해야 하는 영양소의 양을 정해 놓은 것이야.
%영양소기준치는 보기쉽게 영양소가 얼마나 들어있는지를 보여주지.
다만 일반 성인을 기준으로 하였기 때문에, 어린이는 보다 적게 섭취해야해.

1회 제공량당 함량	*%영양소 기준치
열량 109kcal	
탄수화물 11.9g	4%
당류 11.9g	
단백질 5.4g	10%

1일 영양소 기준치에 대한 비율

이 식품을 **전부 섭취** 했다면(2회 제공량 섭취), **109kcal의 두 배인 218kcal** 을 섭취한 거야! **절대 109kcal 가 아니야!** 참고로 소비하는 열량에 비해 섭취하는 열량이 많으면 체중이 증가할 수 있으니, **신경을 써야하겠지?!**

탄수화물 함량은 식이 섬유소, 당류, 전분 등이 모두 포함된 양이야. 당류는 단당류의 포도당, 과당, 갈락토오스, 이당류의 맥아당, 유당, 설탕을 합한 값을 말해. 참고로, **당류가 지나치게 높은 음식은 영양가는 낮고, 칼로리만 높으니 섭취를 줄이는게 좋아!** 이 식품을 **전부 섭취**(2회 제공량)했다면, **탄수화물 23.8g을 섭취한거야!**

1회 제공량당 함량	*%영양소 기준치
열량 109kcal	
탄수화물 11.9g	4%
당류 11.9g	
단백질 5.4g	10%

1일 영양소 기준치에 대한 비율

단백질은 1회 제공량당 5.4g 이 들어있네. 이 식품을 **전부 섭취** 한다면 (2회 제공량), **10.8g의 단백질** 을 섭취한거야. 덧붙여 하루 섭취 단백질의 20%를 섭취할 수 있다는 거지.

영양성분	1회 제공량당 함량	%영양소 기준치	1회 제공량당 함량	*%영양소 기준치
열량	10		지방	4.4g 9%
탄수화물	4%		포화지방	3g 20%
당류			트랜스지방	0g
단백질			콜레스테롤	12.7mg 4%
			나트륨	86.2mg 4%

1회 제공량 1컵(200ml)
총 약2회 제공량 (총 400ml)
*%영양소 기준치: 1일 영양소 기준치에 대한 %

다음은 지방이야!
지방은 포화지방, 불포화지방, 트랜스지방 등을 합한 총량을 의미해. 지방 종류 중 포화지방 과 트랜스지방은 별도로 표기하게 되어있지. 이 식품에서의 특이사항은 포화지방 함량이 높다는 거야! 이 식품을 **전부 섭취** 한다면(2회 제공량), **하루 섭취 포화지방의 40%를 섭취**하게 된대!

영양성분	1회 제공량당 함량	%영양소 기준치	1회 제공량당 함량	*%영양소 기준치
열량	10		지방	4.4g 9%
탄수화물	4%		포화지방	3g 20%
당류			트랜스지방	0g
단백질			콜레스테롤	12.7mg 4%
			나트륨	86.2mg 4%

1회 제공량 1컵(200ml)
총 약2회 제공량 (총 400ml)
*%영양소 기준치: 1일 영양소 기준치에 대한 %

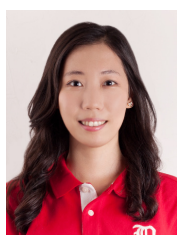
그럼 이제 콜레스테롤 부분도 읽을 수 있겠지?
이 식품을 반만 먹었다면, 콜레스테롤을 12.7mg 섭취한 거고, 전부 먹었다면 총 25.4mg 을 먹은거지.

영양성분	1회 제공량당 함량	%영양소 기준치
열량	100kcal	
탄수화물	4%	
당류		
단백질		
지방	4.4g	9%
포화지방	3g	20%
트랜스지방	0g	
콜레스테롤	12.7mg	4%
나트륨	86.2mg	4%

이 식품을 전부 섭취하면 170mg 정도의 나트륨을 섭취하는 거야. 참고로 1일 나트륨 섭취 권장량은 2000mg이야. 소금으로 환산하면 5g에 해당하는 양이지. 나트륨은 짠맛이 나는 음식에만 있는 것이 아니야! 빵은 짜지 않지만 베이킹소다(중탄산나트륨)에 의해 나트륨 함량이 생각 보다 높으니 확인해 보길 바래~

어때 생각보다 쉽지? 앞으로는 네가 어떤 음식을 먹고있는지 조금 더 신경써보길 바래.
영양성분표는 제품 뒷면 이외에도 패스트푸드점이나 프랜차이즈 카페 한켠에도 표가 준비되어 있을거야.

고마워요~♥



식약아리아 3기 이은혜씨.

S여대 식품영약학과 4학년 재학생. 평균 학점이 무려 4.34인 똑순이. 정보의 홍수 속에서 출처가 불명확하고 잘못된 식품정보가 일반인들에게 전달돼 현혹시키는 것에 분노해 이를 바로잡기위해 식약아리아 활동을 시작했다고 합니다. 그간 습득한 전문지식을 인포그래픽 등을 통해 일반인이 쉽게 이해할 수 있도록 정보를 제공하고 있습니다. 이은혜씨의 콘텐츠가 궁금하신 분들은 식약처 공식 블로그 식약지킴이(<http://blog.naver.com/kfdazzang>)에서 만나보세요!

이달의 레시피

칼로리와 나트륨을 모두 줄인 착한 음료 멜론오이스무디

낮은 칼로리를 가진 멜론과 풍부한 수분, 칼륨 성분으로 피부미용과 다이어트에 도움을 주는 오이를 사용해 스무디를 만들었어요. 여기에 항염증에도 탁월한 민트를 넣어 청량감을 더했습니다. 베타카로틴, 비타민 C, 포타슘이 많아 항산화 작용이 활발한 착한 음료, 멜론오이스무디로 건강과 미용 모두 챙기세요.



재료 준비 (2인분)



주재료

멜론(과육, 300g= 1/6 통), 백오이(170g=1/2 개),
민트 잎(5g=2줄기), 얼음(100g),

양념

꿀(2큰술)

TIP 나트륨 줄이기

오이와 멜론에는 비타민 C가 함유되어 있고, 비타민 C는 나트륨의 흡수를 막아 체내의 나트륨을 줄이는 데 효과적이다.

만들어볼까요!



01

멜론은 사각으로 큼직하게 썬다.



02

백오이도 사각으로 큼직하게 썬다.



03

백오이와 멜론을 믹서에 간다.

쇠가 재료에 닿거나 공기에 노출되면
비타민 C가 파괴되므로 믹서에 갈기 직전에
멜론과 오이를 자르는 것이 좋아요



04

믹서에 꿀과 얼음을 넣고,
살짝만 더 간다.



05

잔에 담아낸 후 민트 잎을 올려
마무리한다.

식약 人 side

내가 오늘 먹은 진통제가 수능시험을 통과했다구요?

평소 생리 기간이면 생리통이 심해 진통제를 복용하고 있는 Y 씨는 평소와 같이 책상 서랍을 뒤져 진통제를 찾았다. 10 알씩 날개 포장된 약을 손으로 눌러 꺼내자 흰색으로 알고 있던 약의 표면이 노랗게 되어 있는 것을 발견했다. 약국에서 구입한 지 얼마 안 된 알약이 노란 색이 맞는 건가 싶어 포장을 자세히 살펴보니, “성상: 흰색의 원형 정제”로 기재되어 있었다. 일단 포장에 기재된 것과 달라 변질이 의심되어 약을 복용하지 않고, 구입처에 문의하기로 마음먹었다.

이처럼 약의 “성상”이 다르다면 무언가 변질되었음을 인지하게 되는데, 그렇다면 품질에 대한 검사는 어떤 기준을 가지고 하게 되는 것일까? 드물지만 복용하려는 약이 변질되어 있음을 발견한 적이 있는 소비자라면 이런 의문을 품게 될 것이다. 우리가 먹는 알약(정제)을 검사할 때는 어떤 기본적인 시험 항목이 있고 이것이 무엇을 의미하는지 알아보자.





1. 모양이 맞는지?

눈으로 쉽게 확인할 수 있는 것이 약의 모양이다. 앞에서 Y 씨가 흰색이어야 할 노란색의 알약을 복용하지 않은 것처럼, 약의 모양이 원래와 다르다면 변질이 의심되므로 일단 복용하지 않는 것이 좋다. 그리고 모든 약이 하얀색의 둥그란 모양이 아니라, 노란색 초록색 등 색이 다르고, 타원형, 네모형 등 어떤 특정한 모양을 가지는 것을 볼 수 있는데, 그에 따라 다른 알약들과 구분할 수 있게 된다.



2. 그 약이 그 약 맞는지 확인

두통약 성분이 두통약이 맞는지, 소화제 성분이 잘못 들어간 것은 아닌지 확인을 한다. 위에서처럼 약의 겉모양도 확인하지만, 그 약의 내용물(주성분)이 맞는지를 실험하여 확인한다.



3. 약에 불순물이 들어있지는 않은지?

약이 만들어지고 점점 시간이 지나면서 공기 중의 수분이나 산소와 만나 변질될 수 있다. 또 약을 감싼 포장재와 만나 불순물이 생길 수도 있다. 아니면 약이 만들어지는 과정에서 불순물이 들어갈 수도 있다. 이렇게 다양한 불순물이 들어있는 채로 약을 복용한다면, 원하지 않는 부작용을 일으킬 수도 있으므로 이에 대해 시험한다.



4. 위에서 잘 부서져야 흡수가 된다.

알약을 물과 함께 삼키면 식도를 타고 위로 들어가 연동운동을 받아 부서진다. 이렇게 약이 부서져야만 주성분이 나오게 되어 약효를 볼 수 있다. 만약 알약이 너무 단단하게 만들어져 위에서 부서지지 않으면 어떻게 될까? 아마 약효는 얻지 못하고 소장 대장을 거쳐 그대로 몸 밖으로 나와 다음날 아침 내가 먹은 알약을 변기에서 확인할 수 있을 것이다.

이처럼 약이 위에서 적절히 부서져 위나 소장에서 흡수될 수 있도록 만들어졌는지에 대해서도 시험을 한다.



5. 올망졸망 똑같은 알약을 만들자.

오늘 먹은 약과 어제 먹은 약의 함량이 다르다면 어떤 일이 벌어질까? 한 알의 크기가 비교적 큰 진통제나 감기약이라면 생명에 지장을 주지 않겠지만, 약효가 없거나 과잉 투여되어 부작용이 나타나는 등 치료에 어려움을 겪을 것이다. 또 매일 같은 시간에 일정한 양을 먹어야 하는 고혈압약이나 고지혈증약의 경우 약마다 함량이 다르다면 매우 곤란할 것이다. 이러한 일이 일어나는 것을 방지하기 위해 함량이 일정하지에 대해 시험한다.



6. 정말 500 mg 복용한 것 맞아?

약은 탄생하는 단계에서부터 하나의 알약에 주성분을 얼마나 넣고 하루에 몇 알을 먹어야 하는지에 대해 오랜 기간 자세히 연구된다. 주성분 함량을 지켜서 약을 만들고, 이것이 맞는지를 알아보는 것은 아주 기본적인면서 중요하다. 모든 약은 포장에 함량을 표시하도록 되어 있는데, 포장에 “1 정당 아세트아미노펜 500 mg”으로 적혀 있다면 이 약은 아세트아미노펜을 500 mg 함유하고 있는 알약인 것이다. 과연 이 알약이 400 mg이나 600 mg이 아닌, 500 mg이 맞게 함유되었는지에 대해 알아보는 시험인 함량시험을 한다.

이렇게 알약들도 수능시험 못지않은 어려운 시험을 통과해야 약국, 병원 등으로 유통되어 우리가 복용할 수 있게 된다.

위 시험 외에도, 약의 특성에 따라 시험 항목들은 조금씩 달라질 수 있다. 예를 들어, 정맥으로 직접 들어가는 주사제는 균에 오염됐을 경우 전신에 심각한 부작용을 일으킬 수 있으므로 미생물에 대한 시험을 철저히 한다.

식품의약품안전평가원 의약품심사부에서는 이처럼 의약품의 품질이 확보될 수 있도록, 시험 항목들에 대해 과학적인 근거와 규정을 바탕으로 합리적인 심사를 하기 위해 노력하고 있다.

식이약 상식도 쌓고~! 경품도 받고~!

‘열린마루’ 8월호 Quiz 이벤트!

<열린마루> 8월호 안에 정답이 있습니다.

유익한 정보가 한 가득한 식품안전품의약처 웹진 <열린마루> 8월호는 잘 보셨나요? 실생활에 도움이 되는 유익한 상식 퀴즈를 통해 가볍게 몸도 풀고 머리도 식혀 보세요. 다음 퀴즈를 풀고 정답을 보내주신 분들 중 추첨을 통해 문화상품권을 보내 드립니다.

Quiz

바람직한 음주 습관으로 옳지 않은 것은?

- ① 술을 약과 함께 먹어도 상관 없다
- ② 술을 매일 마시지 않는다
- ③ 술을 빈속에 마시지 않는다
- ④ 술을 천천히 마신다

퀴즈 이벤트 참여

힌트보기



독자우체통

<열린마루>를 읽고 느낀 점과 소개되었으면 하는 이야기를 남겨주세요.

소비자의 의견이 최대한 반영되어 더욱 더 유익한 <열린마루>가 될 수 있도록 여러분의 의견에 하나하나 귀 기울이겠습니다.

(의견을 남겨주시면 퀴즈 이벤트에 당첨될 확률이 더욱 높아집니다.)

참여하기

지난호 정답

④라면 및 통조림식품 ①과일 및 채소 ⑤햄 및 어묵등 냉장 가공 식품 ③육류 ②어패류

당첨자 발표

정미영 부산시 북구 덕천 1동 만덕대로
주민선 서울시 서대문구 가재울로
문다영 서울시 동작구 보라매로
이지연 경기도 고양시 화정로