



防災士  
防火・防災管理者  
稲垣 康弘

## 賞味期限切れのペットボトルの「水」は飲める？

災害時の備蓄として保存していた「ペットボトルの水」を確認したら「賞味期限が1年以上過ぎていた」ということは起こりがちです。こんな時、皆さんはどうされますか？

**飲みますか？ それとも 捨てますか？**



## 「賞味期限の切れたペットボトルの水」は捨てないでください！

「水」は有機物を含まない「無機物」であるため、基本的にキャップを開けずに密閉されている状態であれば「腐ることはありません」

特に日本のペットボトルの水は、「ろ過除菌」や「加熱殺菌処理」しボトリングされているため適切に保管され、未開封であれば水の品質が変化することはありません。

ですので「賞味期限が切れたペットボトルの水を飲んでも問題はありません！」

参照：消費者庁ホームページ([https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer\\_policy/information/food\\_loss/efforts/stockpile](https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_policy/information/food_loss/efforts/stockpile))  
参照：警視庁警備部災害対策課([https://twitter.com/MPD\\_bousai/status/1358569535150821376?lang=ar](https://twitter.com/MPD_bousai/status/1358569535150821376?lang=ar))

飲む？ 捨てる？



## ペットボトル水が腐った(腐敗)状態かの見分け方

ペットボトルが劣化や変形したりして、そこから菌が入り込み繁殖する可能性もあります。

賞味期限が過ぎた水を飲む場合は、水の状態を十分に確認してから飲んでください。

確認ポイントは、①「ペットボトルが劣化や変形していないか」②「キャップが緩んでいないか」③「水の中に浮遊物などが混入していないか」④「白く濁っていないか」⑤「臭いをかいてみて生臭かったりカビ臭くないか」⑥「飲んだ時に変な味がしないか」などです。

少しでも違和感を感じたら「水が腐った状態」の可能性があるので飲むのはやめましょう。



## ペットボトル水の「賞味期限」って何？

賞味期限とは、「食品を美味しく食べたり飲んだりできる期限(品質保持期限)」ですが実はペットボトルの水の賞味期限は「おいしさの目安 ではありません」

ペットボトルの賞味期限は、「表示内容量が担保される期限(内容量維持期限)」

なんです。ペットボトルにはわずかな通気性があり、時間が経つにつれて中の水が蒸発し徐々に中身の量が減っていき、ペットボトルに記載されている内容量より一定量以上少なくなると「計量法」という法律により販売できなくなります。

そこで多くのメーカーは計量法違反を防ぐため、蒸発量を逆算し「内容量維持期限」として賞味期限としています。

※ 計量法では「500mlのペットボトルなら誤差2% (10ml)まで」「2リットルのペットボトルなら誤差1% (20ml)まで」と定められています。



## 「長期保存水」と「普通の水」何が違うの？

長期保存水は、「保存用の薬品が入っている？」「特別な製法で処理されている？」などと思われている方が多いのですが、実はそのような特別な違いはなく「長期保存水と普通の水とはほとんど同じ水」です。

では何が違うのかと言うと、通常のペットボトルに比べ「容器が分厚い」「キャップが頑丈でビニール包装されている」など、「水が蒸発しにくい」ようになっています。



## 開封したペットボトル水はいつまで飲める？

開封したペットボトルの水は、空気中の雑菌が侵入し腐敗が始まるため、飲める期限があります。「常温保存で1日程度」「冷蔵庫で保存した場合は2～3日以内」に飲み切ることが推奨されています。また、一度口をつけて飲んだときは口内菌が入ってしまい、より雑菌が繁殖しやすくなるため、なるべく早く飲み切るか、数回に分けて飲む場合は、コップに移し替えて飲むことで雑菌の繁殖を抑えられ、飲める期限を少し延ばすことができます。

