



～加工食品の栄養成分表示が義務化に！～

平成27年4月1日より食品表示法が施行され、新しい食品表示制度が始まりました。この法律に基づく食品表示の完全移行への猶予期間は令和2年3月31日で終了しており、現在は正しくない表示を行った場合、行政機関からの指導の対象となります。

- ・必ず「栄養成分表示」と表示。
 - ・食品単位は、100g、100ml、1食分、1包装、その他の1単位のいずれか。
 - ・表示の順番も定められています(熱量(エネルギー)、タンパク質、脂質、炭水化物、食塩相当量)。
 - ・ナトリウムは消費者にわかりやすい食塩相当量として表示。
- 栄養成分5項目は必ず分析値または、計算値、参照値のいずれかで表示することになります。

栄養成分表示(1包装当たり)
 エネルギー：168kcal
 タンパク質：3.7g
 脂質：0.2g
 炭水化物：37.9g
 食塩相当量：1.2g



梅干し入りおにぎりの栄養表示例

●分析値による表示の場合

消費者庁は検査方法について公定法（食品表示基準別第9第3欄）を定めています。公定法に基づいた検査方法もしくは同等の結果が得られ、かつ妥当性の確認できる検査方法により得られた結果を表示します。

●計算値、参照値による表示の場合

日本食品標準成分表（文部科学省）や食品事業者団体等が作成したデータベースによる原材料、類似した食品の栄養成分値を参照にし、これらを基に計算で求めた値を表示することができます。このように合理的な推定により得られた値で表示する場合は「推定値」である旨を表示する必要があります。参照するデータベースなどの情報は最新版を使用して下さい。また、手引書として、消費者庁のウェブサイト上で「早わかり食品表示ガイド」のパンフレットを見ることができます。

各自治体の保健福祉課等に栄養成分表示に関する相談窓口が設置されています。

●「たっぷり」や「〇〇%カット」などの栄養強調表示を行う場合

食物繊維たっぷり、塩分〇%カット、低カロリーなどの一定の基準より多い又は少ない含有量であることを消費者へわかりやすく表示したものを栄養強調表示と言います。この表示を行う場合も上記5項目同様、必ず食品表示基準別表第9第3欄に定められた検査方法により得られた結果を表示しなければなりません。また、推奨表示の「食物繊維」と「飽和脂肪酸」、任意表示の「ビタミン、ミネラル、コレステロール」等を表示する場合にも欄内に表示しなければなりません。特に「食物繊維」「飽和脂肪酸」は表示の順番・様式が指定されているので注意が必要です。

※検査に関するご相談・お問い合わせ先

公益財団法人 北九州生活科学センター
 北九州本所
 北九州市戸畑区中原新町1-4
 TEL 093-881-8282 FAX 093-881-8333

福岡事業所
 福岡市博多区千代1-2-4 福岡生活衛生食品会館4階
 TEL 092-642-1001 FAX 092-642-1002