

栄養成分表示が義務化されました

～新しい食品表示基準～

＜経過措置期間＞

加工食品：H32.3.31

生鮮食品（任意）：H28.9.30

生活習慣病などが増加するなか、消費者の日々の栄養・食生活管理による健康増進を推進するため、消費者向けの加工食品及び添加物に栄養成分表示が義務化されました。業務用及び生鮮食品の表示は任意です。

1 栄養成分の表示内容

栄養成分の量及び熱量については、右記のとおり順番に表示します。

当該食品の販売される状態における可食部の100g若しくは100ml又は1食分、1包装その他の1単位当たりで表示してください。

なお、1食分当たりで表示する場合は当該1食分の量を併せて表示してください。

【食品表示基準第3条、第8条】

【義務以外の栄養成分を併せて表示】

栄養成分表示 1食分（〇〇g）当たり	
エネルギー	〇〇kcal
たんぱく質	〇g
脂質	〇g
-飽和脂肪酸	〇g
-n-3系脂肪酸	〇g
-n-6系脂肪酸	〇g
コレステロール	〇mg
炭水化物	〇g
-糖質	〇g
-糖類	〇g
-食物繊維	〇g
食塩相当量	〇g
上記以外の栄養成分	

※食物繊維を表示する場合は、糖質及び食物繊維の両方を表示してください。

義務：エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量
推奨：飽和脂肪酸、食物繊維

【義務となっている栄養成分を表示】

栄養成分表示 1食分（〇〇g）当たり	
エネルギー	〇〇kcal
たんぱく質	〇g
脂質	〇g
炭水化物	〇g
食塩相当量	〇g

2 栄養成分の量の求め方

表示値を得る方法として①分析値、②計算値、③参照値、④併用値の4つの方法があります。

種別	表示値の設定方法
一般加工食品	<p>◆①～④のいずれかの方法により求めた値で表示してください。</p> <p>①分析値：食品表示基準別表第9第3欄に掲げる方法により分析した値</p> <p>②計算値：公的なデータベース（日本食品標準成分表等）から原材料の栄養成分値を入手し、その食品の栄養成分を算出した値</p> <p>③参照値：公的なデータベース等を基に表示しようとする食品と同一又は類似する食品から、栄養成分値を類推した値</p> <p>④併用値：分析値及び参照値を併用した表示であり、分析値、計算値又は参照値を基に、又は組み合わせて作成した値</p> <p>◆分析が難しい場合は、「計算値」「参照値」により表示することができます。計算に用いる日本食品標準成分表等の性格から、表示値が実際の成分値と許容差以上の差が生じると推定される場合は、「この表示値は目安です」又は「推定値」のいずれかの文言を明示し、推定の値の表示が可能です。（計算値又は参照値である旨を表示することが望ましい）。</p> <p>その際は、表示された値の根拠資料を保管することが必要です。</p> <p>なお、計算値等で求める場合は、「食品表示法に基づく栄養成分表示のためのガイドライン」（消費者庁食品表示企画課）をご参照ください。</p>
栄養機能食品・栄養強調表示	<p>◆機能を表示する、強調表示をする栄養成分は、分析（食品表示基準別表第9第3欄に掲げる方法）により求めた値を表示してください。その他の表示栄養成分についても、推定の値の表示は認められません。</p>

推定値の表示例

栄養成分表示 1食分（〇〇g）当たり	
エネルギー	〇〇kcal
たんぱく質	〇g
脂質	〇g
炭水化物	〇g
食塩相当量	〇g
数値は日本食品標準成分表を用いて計算した推定値です。	

3 栄養強調表示（補給できる、含まれる、低い旨）する場合

例えば「高たんぱく」「食物繊維たっぷり」「塩分控えめ」という表示をしていませんか？これらの表現を記載したい場合は、基準が定められており、**分析値**が基準を満たす必要があります。【食品表示基準第7条】

強調表示	補給ができる旨の表示			適切な摂取ができる旨の表示		
	高い旨	含む旨	強化された旨	含まない旨	低い旨	低減された旨
表示例	・ビタミンC たっぷり	・葉酸入り ・鉄含有	・カルシウム2倍(当社 △△比)	・糖類ゼロ ・ノンカロリー	・低脂肪 ・塩分控えめ	・カロリー HALF(当社 △△比)
基準	基準値(※1)以上であること		・基準値以上の絶対差 ・相対差(25%以上)(※2) ・強化された量又は割合 と比較対象商品を表示	基準値(※3)未満であること		・基準値以上の絶対差 ・相対差(25%以上) ・低減された量又は割合 と比較対象商品を表示

(※1)食品表示基準別表第12 (※2)相対差はたんぱく質及び食物繊維のみ適用 (※3)食品表示基準別表13

4 栄養成分表示の省略ができる場合

食品関連事業者のうち表示内容に責任を有する者に表示義務があります。具体的には、製造者、加工者、販売者、輸入者のいずれかです。【法第2条第3項】

下記①～⑤に該当する食品にあっては**栄養成分表示を省略することができます**。【食品表示基準第3条、附則第6条】

- ① 容器包装の表示可能面積がおおむね30cm²以下であるもの
- ② 酒類
- ③ 栄養供給源として寄与の程度が小さいもの
(コーヒー豆やその抽出物、ハーブやその抽出物、茶葉やその抽出物、スパイス等)
- ④ 極めて短い期間で原材料(その配合割合を含む)が変更されるもの
(日替わり弁当等3日以内に変更されるもの(サイクルメニューを除く))
- ⑤ 小規模事業者が販売するもの
(課税売上高が1,000万円以下又は概ね常時使用する従業員20人以下(商業又はサービス業に属する事業として営む者については5人以下))

※栄養成分表示を省略できる小規模事業者の製造した食品であっても、大手スーパーなど小規模事業者ではない者において、その商品が販売される際には、その食品には**栄養成分表示が必要となりますので注意が必要です**。

このような表示をしないよう、ご注意ください

- 例1) 栄養成分表示に「炭水化物」が表示されていない。
→「エネルギー」「たんぱく質」「脂質」「炭水化物」「食塩相当量」の5成分すべてをこの順番で表示してください。
- 例2) 「食塩相当量0.3g未満」と表示されている。
→一定の値(Og)又は下限値及び上限値(Og～Og)で表示してください。「未満」という表示はできません。
- 例3) 「食物繊維を多く含む」と表示されているのに、食物繊維の量が表示されていない。
→強調表示された栄養成分の量は、分析値の表示が必要です。
- 例4) 「ビタミンたっぷり」と表示されているのに、「ビタミンC」しか表示されていない。
→ビタミンやミネラルの総称について栄養強調表示を行う場合は、食品表示基準で規定するすべてのビタミン又はミネラルについて栄養強調表示の基準が適用されます。一部のビタミンやミネラルについてのみ強調表示の基準を満たしている場合は、その栄養成分名を表示してください。
- 例5) 「β-カロテン」が栄養成分表示の枠内に表示されている。
→「ビタミンA」の内訳として、枠内に表示することはできません。枠内に表示できる栄養成分は、食品表示基準で定められている栄養成分のみです。枠外に表示してください。

ご不明な点は、保健所健康増進課又は県庁保健医療課へお問い合わせください。

岐阜保健所	☎058-380-3004	西濃保健所	☎0584-73-1111	関保健所	☎0575-33-4011
可茂保健所	☎0574-25-3111	東濃保健所	☎0572-23-1111	恵那保健所	☎0573-26-1111
飛騨保健所	☎0577-33-1111	県庁保健医療課	☎058-272-1111	岐阜市健康増進課	☎058-252-7193