



生活衛生ニュース

October 2019

Vol. 6 / No.10 (通巻70号)

発行：(株) 静環検査センター

静岡県藤枝市高柳2310番地 tel.054-634-1000 fax.054-634-1010

食品表示制度における栄養成分表示

～義務化期限の2020年3月31日までに取り組みましょう～

●はじめに

私たちの生活は、野菜や果物、肉や魚などの生鮮食品、レトルト食品や冷凍食品、お菓子などの加工食品、コンビニエンスストアのお弁当やスーパーマーケットのお惣菜など、様々な食品に支えられています。

栄養成分表示は、国際的に義務化が進んでいることや、国民の生活習慣病などが増加するなか、栄養表示が健全な食生活の実現に向けて重要な役割を果たすものと期待されることを受け義務化されました。

これまでの食品表示の仕組みは目的の異なる3つの法律(食品衛生法、JAS法、健康増進法)に基づいていたため、制度が複雑でわかりにくいものになっていました。そこで、より分かりやすい制度とするため、これら3つの法律を統合した「食品表示法」が定められ、平成27年4月1日に施行されました。この法律の目的は、「食品を摂取する際の安全性の

確保及び自主的かつ合理的な食品選択の機会の確保」です。

新しい食品表示制度では、法律の目的が統一されたことで整合性の取れたルールが策定が可能となり、消費者や事業者にとってわかりやすくなりました。

しかし、新制度が施行されて4年半を経過し、経過措置も終了を迎えようとしています。依然として食品表示に係る相談が絶えないため、改めて栄養成分の義務表示事項を中心に紹介します。

●新制度の主な3つの変更点

1) 栄養成分表示の義務化

原則として、すべての一般用加工食品及び一般用添加物に栄養成分表示を義務付け、義務表示5項目、推奨項目2項目となりました。

2) アレルギ表示のルールの改善

特定加工食品及びその拡大表記が廃止され、個別表示となりましたが、例外的に原材料に含まれる全てのアレルゲンをまとめて表示することも可能です。

3) 「機能性表示食品」の新設

特定保健用食品と栄養機能食品からなる保健機能食品に、機能性表示食品が新設されました。

●栄養成分表示の運用ルール

1) 対象成分

各栄養成分の表示は、表1に示した通り、表示が義務化されたもの、表示が推奨されるもの及び表示が任意であるものに区分されます。

2) 表示方法

義務表示の項目は「熱量・たんぱく質・脂質・炭水化物・食塩相当量」の順番に表示します。また、ナトリウムは食塩相当量に換算して表示しますが、ナトリウム塩を添加していない加工食品または添加物については、食塩相当量に加えてナトリウムを任意に表示できます。更に、義務表示の項目に加え、任意の表示項目を記載する場合、包含関係にある成分は何の内訳成分であるかが分かるように表示します。

その他、表示上の留意点を表2に示しました。

3) 表示値の誤差の許容範囲

熱量・たんぱく質・脂質・炭水化物・ナトリウムの許容差の範囲は±20%です。

なお、含有量が極めて少ない食品の場合には、許容差の範囲が大きく設定されています。

●さいごに

食品を選択する際、表示を確認する消費者は多いと思われます。健康志向の高まりとともに栄養成分表示は食品選択の重要な内容となるので、正しい表示に取り組みましょう。

(文責：沼田 麻衣子)

(参考文献)

- ・弊社 HP: 生活衛生ニュース 1 (1)、2014 2 (10)、2015
- ・目で見える食品表示ガイド (2018 年 5 月 7 日発行 公益社団法人日本食品衛生協会)
- ・食品表示の基本のき (2016 年 3 月 15 日発行 公益社団法人日本食品衛生協会)
- ・栄養成分研修会資料 (2019 年 7 月 9 日 一般社団法人食品衛生登録検査機関協会)

表1 表示区分と各栄養成分の関係

表示区分	栄養成分の項目
義務表示	熱量、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量
推奨表示	飽和脂肪酸、食物繊維
任意表示	n-3系脂肪酸、n-6系脂肪酸、コレステロール、糖質、糖類(単糖類又は二糖類であって、糖アルコールでないものに限る)、ビタミン類(A、B ₁ 、Cなど)、ミネラル類(亜鉛、カルシウムなど)

表2 表示上のその他留意点

区分	表示上の留意点
表示場所	容器包装を開かないでも容易に見える場所に読みやすく表示する。
食品単位	販売される当該食品の100g、100ml又は1包装、1食分あたりの含有量を「栄養成分表示」というタイトル文字の次に表示する。
表示単位	栄養成分は定められた単位で表示(kcal、又はキロカロリーなど)
文字の大きさ	原則8ポイント以上の活字で記載する。 ただし、表示可能面積がおおむね150cm ² 以下の場合には5.5ポイント以上の活字での記載も可能である。

清涼飲料水の規格基準の一部改正について

1 はじめに

コンビニエンスストアやスーパーマーケットに行くと、色々な種類の「ミネラルウォーター」を目にされると思います。インターネットでも「ミネラルウォーター」と検索すると、人気ランキングや「水専門店」のサイトなどが掲載されています。

食品衛生法では、水のみを原料とする清涼飲料水を総称して「ミネラルウォーター類」と規定しています。清涼飲料水は、①ミネラルウォーター類のうち「殺菌又は除菌を行わないもの」、②「殺菌又は除菌を行うもの」及び③「ミネラルウォーター類以外の清涼飲料水」に区分され規格が設定されています。

この清涼飲料水の規格基準は、平成30年7月に改正されました。

そこで、「ミネラルウォーター類のうち殺菌・除菌を行うもの」の規格基準の改正項目を中心に、以下お伝えします。

2 ミネラルウォーター類と水道水との基準設定項目の違い

まず、「ミネラルウォーター類」と「水道水」とはどこが違うのでしょうか？一言でいえば、塩素消毒を行っているか否かです。

ご家庭等で使用されている「水道水」は、水道法により51項目に水質基準が設けられ、基準を満たしたものが配水されています。

一方、「ミネラルウォーター類」は「清涼飲

料水の成分規格」の中で、一般規格と個別規格の両方を満たしたものが市場に出回っています。例えば、「ミネラルウォーター類のうち殺菌・除菌を行うもの」では、両規格合わせて44項目に基準が設けられていますが、水道水質基準に設けられている一般細菌、塩化物イオンなどには基準は設定されていません。

このように清涼飲料水の規格基準は、他の規格との整合性も含め、今後検討されるべき課題が多いことも事実です。

3 清涼飲料水の規格基準

今回の規格基準の改正では、基準が新たに設定されたもの2項目、基準が厳しくなったもの2項目、基準そのものの考え方が変わったものと基準がなくなったものがそれぞれ1項目、計6項目あり、これらの項目の特徴等について以下に記述いたします。なお、改正内容について、現行の水道水質基準項目のものと併せて表に示しました。

(1) 基準が新たに設定されたもの

1) アンチモン(Sb)：水道水質基準には設定されていない項目です。ガラスなどの材料成分として使用されて、ヒトへの健康影響としては嘔吐・下痢といった症状が知られています。

2) 亜硝酸態窒素($\text{NO}_2\text{-N}$)：平成26年4月に水道水質基準にも追加された項目です。水中の亜硝酸イオンや亜硝

酸塩に含まれている窒素のことで、赤血球のヘモグロビンと反応し、メトヘモグロビン血症を起こすことがあります。

(2) 基準が厳しくなったもの

1) ヒ素(As)：自然界では鉱物と共存し自然水中に溶出し、排水や農薬の混入によっても水中に含まれることがあり、可溶性の無機ヒ素化合物を摂取すると肝臓・腎臓・消化管などに強く作用します。

2) マンガン(Mn)：地殻中に広く分布しており、生理的に不可欠の元素ですが、過剰摂取すると全身倦怠感・頭痛・不眠・言語不明瞭等中毒症状を起こします。

(3) 基準そのものの考え方が変わったもの

ホウ素(B)：中毒症状としては胃腸障害・皮膚紅疹・抑うつ症を伴う中枢神経刺激の症状があります。

(4) 基準が廃止されたもの

亜鉛(Zn)：ヒトの摂取欠乏は、味覚障害のほか、貧血、食欲不振などを起こします。

4 終わりに

清涼飲料水の規格基準は必要に応じ見直されています。今般、健康への影響が懸念される六価クロムの規格基準の改正について、厚生労働大臣から薬事・食品衛生審議会会長あてに諮問されました。この改正は、ミネラルウォーター類のうち「殺菌又は除菌を行わないもの」及び「殺菌又は除菌を行うもの」の基準を現行の0.05mg/Lから0.02mg/Lへと厳格化される内容です。今後、規格基準の改正が行われるものと考えられます。

(文責：筒井 暁美)

(参考文献)

- 平成26年度水道技術者研修会水質管理コーステキスト
- 薬事・食品衛生審議会食品規格部会試料2-1(令和元年9月13日)

表 ミネラルウォーター(殺菌・除菌を行うもの)の規格基準の改正

基準改正内容	項目	改正後	改正前	水道水質基準
新たに設定	アンチモン	0.005以下	基準値なし	基準値なし
	亜硝酸態窒素	0.04以下	基準値なし	0.04以下
厳しくなる	ヒ素	0.01以下	0.05以下	0.01以下* ¹
	マンガン	0.4以下	2以下	0.05以下* ¹
考え方変わる	ホウ素	5以下	30以下* ²	1以下* ¹
廃止	亜鉛	基準値なし	5以下	1以下* ¹

(単位:mg/L)、*¹:その化合物も含む値、*²:ホウ酸(H_3BO_3)としての値

最新の分析機器と高精度な技術で暮らしの安心、安全をサポートする

お問い合わせ

TEL 054-634-1000 FAX 054-634-1010
http://www.seikankensa.co.jp

株式会社 静環検査センター

静岡県藤枝市高柳2310番地