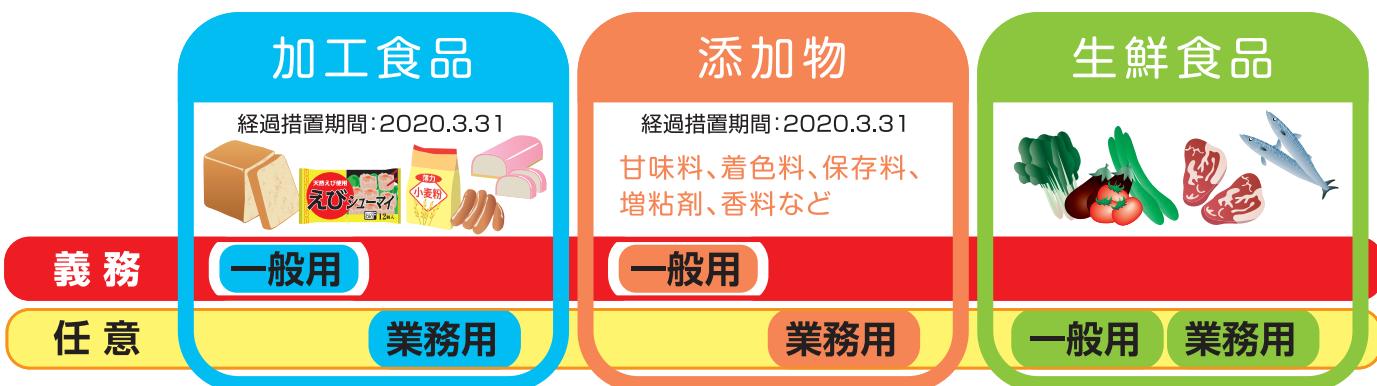


栄養成分表示が義務になりました

栄養成分表示の対象(義務・任意)となる食品

- 原則として予め包装されたすべての一般消費者向けの加工食品と添加物において表示が義務付けられました。

国民の栄養摂取の状況からみて、その欠乏または過剰な摂取が国民の健康の保持増進に影響を与えるとして、定められたものです。



栄養成分表示の目的

- 消費者が栄養成分表示を見て、上手に食品を選び、必要な栄養素を過不足なく摂取することができれば、健康の維持や増進につながり、生活習慣病を防ぐことができます。

食品表示法の施行

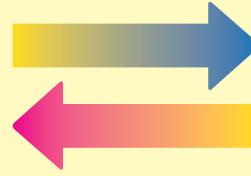
栄養成分表示を義務化

栄養成分表示 100g当たり

熱量	○○○ kcal
たんぱく質	○○○ g
脂質	○○○ g
炭水化物	○○○ g
食塩相当量	○○○ g

※熱量はエネルギーと表示できます。

栄養成分の量が分かる



上手に食品を選ぶ



必要な栄養素を過不足なく摂取

健康の維持・増進



とちぎのヘルシーグルメ推進店

料理の栄養成分表示や健康に配慮したメニューを提供することにより、県民が自分に合った食事を選択できるよう、健康的な食生活を応援するお店です。



機能性が表示できる食品、できない食品

栄養補助食品、健康補助食品、栄養調整食品といった表示で販売されているいわゆる健康食品といわれるものは一般食品です。

一般食品

※「機能性」を表示 できない

保健機能食品

※「機能性」を表示 できる

機能性とは…

「おなかの調子を整えます」、「脂肪の吸収をおだやかにします」など、特定の保健の目的が期待できる(健康の維持及び増進に役立つ)という食品の機能です。

特定保健用食品



栄養機能食品

機能性表示食品

栄養強調表示をする場合

- 栄養成分を強調する表示には、ルールがあり、それぞれの栄養成分ごとに基準値が定められています。甘さ控えめなど、味に関する表現には、基準はありません。

強調表示の種類	高い旨 絶対表示	含む旨 相対表示	強化された旨 相対表示	含まない旨 絶対表示	低い旨 相対表示	低減された旨 相対表示	無添加強調表示
表現例	高〇〇／△△豊富 ××たっぷり	〇〇含有 △△源／××入り	〇〇30%アップ △△2倍	無〇〇／△△ゼロ ノン××	低〇〇／△△控えめ ××ライト	〇〇30%カット △△gオフ／××ハーフ	〇〇無添加 △△不使用
該当する栄養成分等	たんぱく質、食物繊維、亜鉛、カリウム、カルシウム、鉄、銅、マグネシウム、ナイアシン、パンテン酸、ビオチン、ビタミンA、ビタミンB1、ビタミンB2、ビタミンB6、ビタミンB12、ビタミンC、ビタミンD、ビタミンE、ビタミンK、葉酸			熱量、脂質、飽和脂肪酸、コレステロール、糖類、ナトリウム			糖類、ナトリウム塩

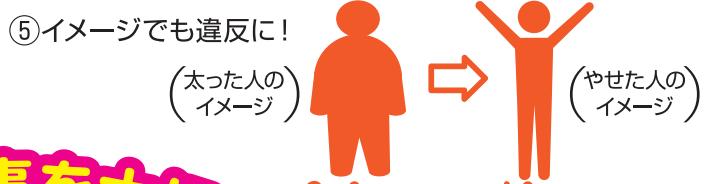
虚偽誇大広告の禁止(健康増進法第31条)にも気をつけて

- 食品として販売する物に広告その他の表示をするときは、健康の保持増進の効果等について、著しく事実と違った表示や著しく人を誤認させるような表示をしてはなりません。

違反となる表現(例)



- ①ご飯や甘い物に気をつけなくとも、もう糖なんて気にしない!!
- ②糖分を制限されている方を安心にサポート!
- ③飲むだけで〇〇kgなどどんどん落ちるダイエット!
- ④古代から神の食品と言われ〇〇国では薬膳にも使用されている。



毎日の食事を大切に!



- ①野菜を1皿多く食べましょう
- ②塩辛いものを控えめにしましょう
- ③朝ご飯を毎日食べましょう



栄養成分表示を理解・活用し、虚偽誇大広告にまどわされないで、健全な食生活をおくりましょう!

食品表示に関する情報は
ホームページでお知らせしています
(消費者庁)

https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/



栃木県 保健福祉部 健康増進課