

2023年 9月26日(火)・富士ロゼシアター
2023年11月29日(水)・焼津文化センター
2024年 1月19日(金)・掛川生涯学習センター

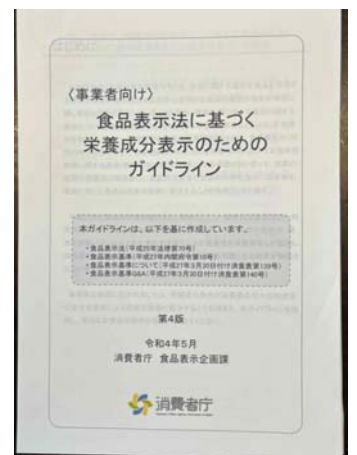
2023年度 食品表示講習会

静岡県健康福祉部生活衛生局衛生課
公益社団法人 静岡県栄養士会

1

本日のレジュメ

- ・食品表示法
- ・原料原産地表示
- ・アレルギー表示
- ・遺伝子組換え表示
- ・栄養成分表示
- ・その他



資料: 早わかり食品表示ガイド (消費者庁 令和5年3月版)
: 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 令和4年5月版)

2

最近の食品表示に関するトピックス （2023年度）

1. 特定原材料として「くるみ」を追加（令和5年3月施行）
～経過措置期間：令和7年3月31日～
2. 遺伝子組換えに関する任意表示変更(令和5年4月1日施行)
3. 加工食品の原料原産地表示制度
4. 「食品添加物の不使用表示に関するガイドライン」の公表
～表示の見直し期間：令和6年3月末～
5. しいたけの原産地表示の見直し(令和4年3月末から)
～植菌地を原産地として表示～
6. アサリの原産地表示のルール厳格化(令和4年3月末から)

3

食品表示法

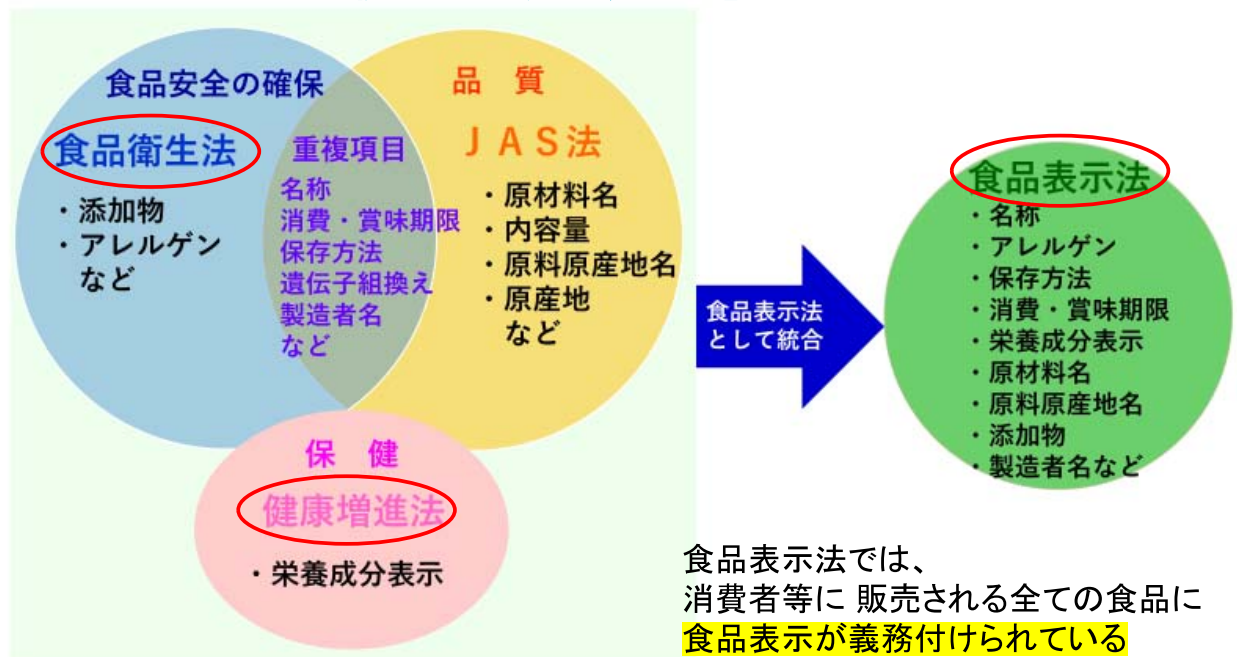
- ・食品表示法
- ・罰則規定
- ・表示例

4

食品表示法

3法に分かれた食品表示の法令を一元化
食品の原材料や添加物、栄養成分などの表示方法を統一する「食品表示法」

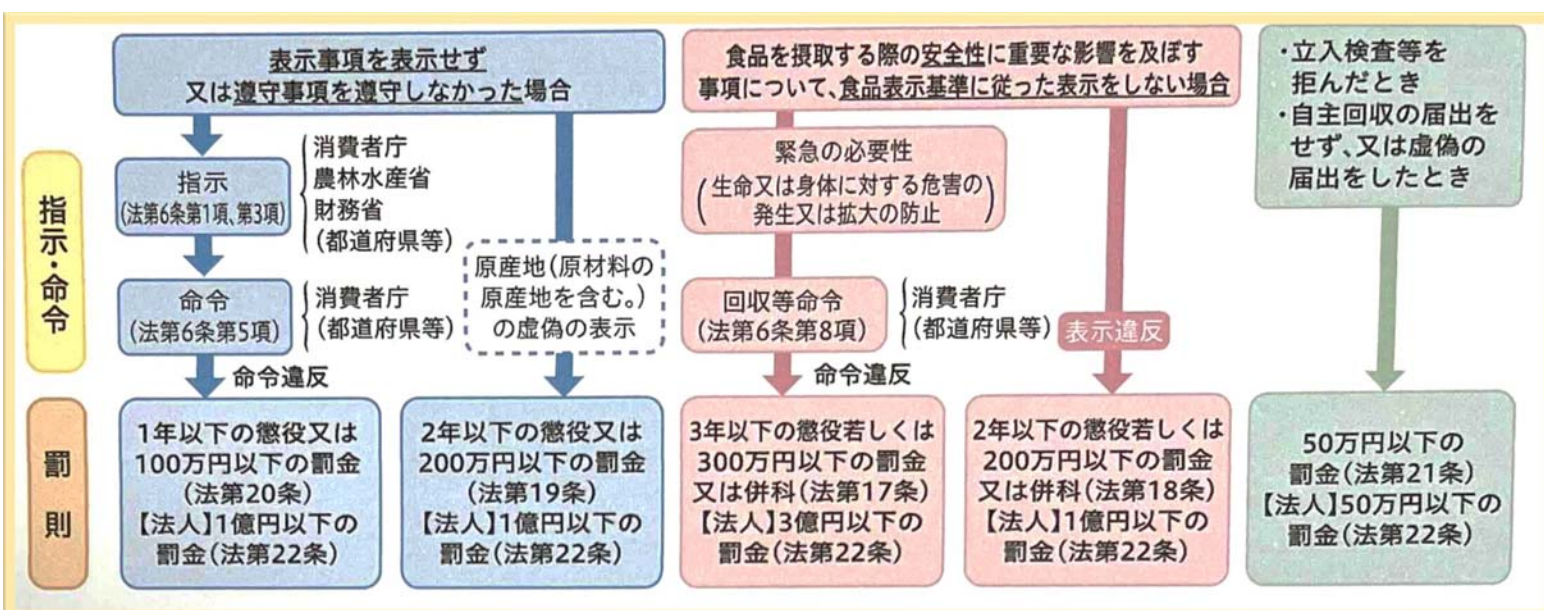
早p1



罰則について

早p2

食品関連事業者等が食品表示法に係る違反等を行った場合には、罰則が設けられている



生鮮食品の表示の概要

早p3~10

生鮮食品とは、食品表示基準では「加工食品及び添加物以外の食品」と定義し、**農産物**、**水産物**、**畜産物**の3つに分類している。また平成20年4月からは、業務用生鮮食品表示制度が設けられ「生鮮食品のうち、加工食品の原材料となるもの」を**業務用生鮮食品**といい、それ以外のものを**一般用生鮮食品**と呼んでいる

横断的義務表示事項				個別的義務表示事項
名称	原産地	容器又は包装に入れられた特定商品(*1) ・計量法第13条1項参照		その他(*2)
	国産品	輸入品		
農産物 p3.p4 p9	その内容を表す一般的な名称 ・都道府県名市町村名その他一般に知られている 地名可	・原産国名一般に知られている 地名可		・玄米・精米(容器舗装されたもの)の表示は「 玄米及び精米 」p9参照 ・ しいたけの原産地は採取地から原木又は菌床培地に種菌を植え付けた場所(植菌地)
畜産物 p5.p6	・国産である旨主たる飼養地が属する都道府県名、市町村名その他一般に知られている 地名可	原産国名		・食肉に鳥獣の種類を表示
水産物 p7.p8	・漁獲した水域名か養殖場がある都道府県名水域名による表示が困難な場合は、水揚港名、または水揚港がある都道府県名可 ・水域名に水揚港名、水揚港が属する都道府県名の併記可	・ 原産国名水域名の併記可		・冷凍を解凍したものは「 解凍 」と表示 ・養殖したものは「 養殖 」と表示 ・ 輸入したアサリの原産地は、輸出国とする(例外を除く)

7

精米の表示例

早p9

容器包装に入れられた「**玄米及び精米**」は、容器包装の見やすい箇所に一括して行う。
名称・原料玄米・内容量・調製時期・精米時期または輸入時期(年月日)・食品関連事業者の氏名又は名称・住所及び電話番号 (文字ポイント**12ポイント**、内容量3kg以下は**8ポイント**)

表示例 (単一原料米の場合)

名 称	精 米
	産 地 品 種 産 年
原 料 玄 米	単一原料米 〇〇県 △△ヒカリ 21年産 農産物検査証明による
内 容 量	5kg
精米年月日	平成21年〇月〇日
販 売 者	〇〇米穀株式会社 和歌山県〇〇市〇〇〇〇-〇〇 TEL〇〇〇 (〇〇〇) 〇〇〇〇

精米・うるち米・もち精米・玄米・胚芽精米
のいずれか表示

表示例 (複数原料米の場合)

名 称	精 米
	産 地 品 種 産 年 使用割合
原 料 玄 米	複数原料米 (国内産 〇〇県 △△ヒカリ 21年産 10割 ××県 □□ヒカリ 21年産 9割) 1割
内 容 量	5kg
精米年月日	平成21年〇月〇日
販 売 者	〇〇米穀株式会社 和歌山県〇〇市〇〇〇〇-〇〇 TEL〇〇〇 (〇〇〇) 〇〇〇〇

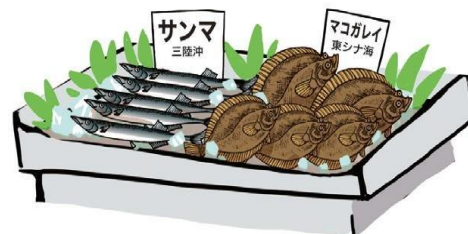
- ★精米は精米時期 **年月日**または**年月旬**
- ★玄米は「調製時期」
- ☆輸入米は「輸入時期」

8

- 容器包装に入れられていない生鮮食品にあつては、製品に近接した掲示、その他見やすい場所に表示する

名称 + 原産地等

- 表示に用いる文字の色は、背景の色と対照的な色とする
 - 容器包装への表示に用いる文字は、JISZ8305に規定する**8ポイントの活字**以上の大きさの文字で表示
- ただし、表示可能面積がおおむね150cm²以下のものに表示するものにあつては、**5. 5ポイントの活字**以上の文字で表示することができる



- 機能性表示食品、栄養成分表示及び特定保健用食品の表示については栄養成分及び熱量・ナトリウムの量・栄養機能食品に係る栄養成分の機能・栄養成分補給ができる旨・栄養成分又は熱量の適切な摂取ができる旨 p10参照

★詳細は、食品表示基準第22条をご確認ください

生鮮食品表示の有無

早p3～10

販売形態	表示を必要としない事	備考
容器包装あり •生産した場所以外で販売する場合 •生産した場所で直接販売する場合 •不特定若しくは多数の者に対して譲渡販売を除く）する場合	-	すべての表示が必要 です。
容器包装なし •生産した場所以外で販売する場合 •生産した場所で直接販売する場合 •不特定若しくは多数の者に対して譲渡（販売を除く。）する場合	•名称 •原産地 •内容量 •食品関連事業者の氏名又は名称及び住所 •玄米及び精米に関する事項 •栽培方法（しいたけに限る。） •解凍した旨及び養殖された旨（水産物に限る） •放射線照射に関する事項 •乳児用規格適用食品である旨 •内容量、食品関連事業者の氏名又は名称及び住所 •個別に表示事項が定められている食品	•食品を摂取する際の安全性に関する表示事項については義務表示となる（例）放射線照射に関する事項 •乳児用規格適用食品である旨 •食肉に関する事項 他 •自主的かつ合理的な食品選択に関する表示事項については義務表示となる（例）名称 •原産地 - しいたけは採取地から原木又は菌床培地に種菌を植え付けた場所（植菌地） ・解凍した旨及び養殖された旨（水産物に限る） 他
設備を設けてその場で飲食させる場合	適用対象外	適用対象外のため、表示は必要ありません ただし、これらの場合も、生食用牛肉のリスク表示は必要です

※「生産した場所で直接販売する場合」とは、具体的には、生産者が生産した生鮮食品を自ら（水産物であれば水揚げした場所）で消費者に直接販売する場合をいいます。

加工食品 容器包装に入れられたものが対象

/食品と添加物を分ける

食品表示法で表示することが

義務として決められている

- ①名称（一般的な名称）
- ②アレルギー
- ③保存方法
- ④期限表示（賞味期限又は消費期限）
- ⑤原材料名（遺伝子組み換え食品表示）
- ⑥食品添加物
- ⑦栄養成分の量及び熱量
- ⑧原料原産地名（輸入品の場合は原産国名）
- ⑨内容量
- ⑩製造業者等の氏名又は名称及び住所

名 称	焼き菓子	⑤
原材料名	ばれいしょ(遺伝子組換え不分別)、小麦粉、砂糖、バター、□□、△△、膨張剤、香料、 (一部に小麦・卵・乳成分を含む)	⑥ ②
内 容 量	100g	
賞味期限	〇〇.〇〇.〇〇	
保存方法	高温多湿を避けて常温で保存してください	
原 産 国	△△国	
輸 入 者	〇〇食品株式会社 北海道小樽市〇〇×丁目△番△号	

⑦

栄養成分表示 (100g当たり)	
熱量	550kcal
たんぱく質	4.5g
脂質	33.9g
炭水化物	56.8g
食塩相当量	1.3g

11

期限表示 表示例 ①令和4年9月30日 ②04.09.30 ③2022.09.30 ④22.09.30

消費期限

急速に劣化する食品に表示。
期限を越えると安全でなくなる可能性がある。

食肉・惣菜・生菓子類など



・年月日

・use-by date（期限が過ぎたら食べない方がよい）

賞味期限

比較的傷みにくい食品に表示。
期限を越えてもすぐに安全性に問題が発生するとは限らない。

スナック菓子・缶詰など



・年月日

～製造日から3か月を超える食品は年月～

・best-before（おいしく食べることができる期限）

12

製造者 & 表示責任者表示例

製造者と表示責任者(販売者)が異なる場合の表示例

- 表示責任者が販売者で、製造者が異なる場合

名称
原材料名/添加物

:

販売者 □□株式会社 静岡市葵区城東町△ー△

製造所 ●●株式会社 静岡市駿河区南八幡××ー×

製造所の所在地+
製造者の名称を
近接して表示

- 表示責任者が製造者の場合(販売者=製造者の場合を含む)

名称
原材料名/添加物

:

製造者 □□株式会社 静岡市葵区追手町△ー△

製造所 □□株式会社 清水工場 静岡市清水区旭町××ー×

13

表示責任者と固有番号

- 固有番号に係る届出
オンライン手続き (p15参照)
- 製造所固有番号の有効期限5年間
オンラインにて更新が必要

例:東京の厚労食品が埼玉の関東食品(工場:
〇〇町)に製造を委託した食品への表示

原則(製造者)による表示

製造者	関東食品(株)
	埼玉県××郡〇〇町〇〇1-1

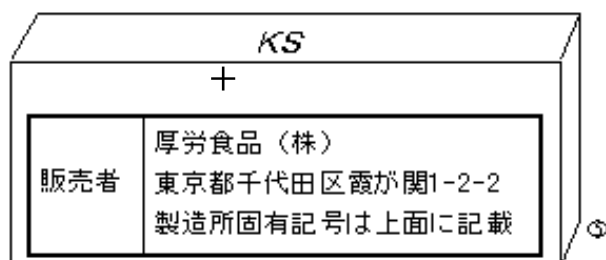
固有記号による表示

販売者	厚労食品(株) KS
	東京都千代田 +KS 1-2-2

又は、下記のような記載も可 → 同一パッケージを
複数の工場で利用可能

製造者 ○〇株式会社 +AA
東京都千代田区霞が関〇-〇-〇

他の製造所に委託して製造する場合は
表示に関して責任を有する者として名称の後に
[+]を冠して表示をする



14

食物アレルギー表示

・食物アレルギー表示の仕方 個別表示と一括表示

食物アレルギーとは
食物を摂取した際、身体が食物に含まれるたんぱく質等(アレルゲン)を異物として認識し、自分の体を過剰に防御することで不利益な症状を起こすこと
おもな症状は
かゆみ・蕁麻疹・唇の腫れ・嘔吐・咳・ぜん息

- ・アレルゲン ～疫学調査を定期的実施し、見直しを行う
義務(特定原材料 8品目)
推奨(特定原材料に準ずるもの20品目)
- ・表示例

15

アレルギーの表示の仕方

加工食品のアレルゲン表示の方法には、「**個別表示**」と「**一括表記**」の2種類があります。

原則は「**個別表示**」ですが、表示面積に限りがある場合は例外として、原材料名の最後に『(一部に○○・□□・△△を含む)』と表示する方法が認められている
(原材料と添加物を事項欄を設けて区分している場合は、それぞれ原材料欄の最後と添加物欄の最後に、全ての特定原材料等をまとめて記載する)

個別表示	・表示は個別表示を原則 ・乳を含んでいる場合→「乳成分を含む」と表記(統一) ・複数の特定原材料がある場合は「●●・△△」とナカグロでつなぐ ・繰り返しになる特定原材料を省略可 ・添加物は「～由来」と表示
一括表示	・表示面積に限りがある場合、例外的に可能 ・原材料や代替表記も含まれる特定原材料について、原材料名欄の最後に「(一部に●●・■ ■・△△を含む)」と表示

16

食物アレルギー表示義務 特定原材料8品目

▼ 特定原材料 8品目 表示義務



p15

▼ 特定原材料に準ずるもの 推奨20品目



2023年3月9日追加
2025年3月31日猶予期間

17

★ アレルゲン表示の具体的な表示例 (個別表示と一括表示)

p16

個別表示 (原則)

原材料名 白いんげん豆、小麦粉、砂糖、栗甘露煮、**卵黄(卵を含む)**／炭酸水素Na、**カゼインナトリウム(乳由来)**、着色料(黄4)

一括表示 (例外)

原材料名 白いんげん豆、小麦粉、砂糖、栗甘露煮、**卵黄**／炭酸水素Na、**カゼインナトリウム**、着色料(黄4)、**(一部に小麦・卵・乳成分を含む)**

★ 繰り返しになるアレルゲン表示の省略

原材料名 ○○○○(△△△△、ごま油)、ゴマ、□□、×××、醤油(大豆・小麦を含む)、マヨネーズ(**大豆・卵・小麦を含む**)、たん白加水分解物(**大豆を含む**)、卵黄(**卵を含む**)、食塩、◇◇◇、酵母エキス(**小麦を含む**)

添加物 調味料(アミノ酸等)、増粘剤(キサンタンガム)、甘味料(ステビア)、◎◎◎◎(**大豆由来**)

18

★ 表示例

原材料表示

原材料原産地表示

原材料は重量の割合が高いものから表示

鶏卵が50%を超える
(国産)の表示例

アレルギー表示

表示例

鶏卵
(乳成分を含む)
(大豆由来)

期限表示

賞味期限表示例

商品名	
チョコレートフィナンシェ	
名称	洋菓子
原材料名	鶏卵（国産）、植物油、砂糖、アーモンド、小麦粉、チョコレート（乳成分を含む）、ココア、転化糖、カカオマス、塩／乳化剤（大豆由来）、香料、着色料（カロテン）
内容量	12個
賞味期限	2021.5.8
保存方法	高温多湿、直射日光を避けてください。
製造者	株式会社ブラザー製菓 〒467-8577 名古屋市長区瑞穂区苗代町15番1号
栄養成分表示（1個当たり）	
エネルギー 140kcal、たんぱく質 2.0g、脂質 9.2g、炭水化物 12.1g、食塩相当量 0.1g	
この表示値は、目安です。	





19

★ アレルギー表示例

早p15・p16

名称	〇〇〇
原材料名	小麦粉(アメリカ製造)、砂糖、植物油、マヨネーズ(卵を含む)、ショートニング、食塩
添加物	調味料(アミノ酸等)、膨張剤、乳化剤(大豆由来)、香料
内容量	100g
賞味期限	2020. 12. 31

赤字はアレルギー

栄養成分表示 1袋(100g)当たり	
熱量	〇〇 kcal
たんぱく質	〇〇 g
脂質	〇〇 g
炭水化物	〇〇 g
食塩相当量	〇〇. 〇 g

早p16

★ L-フェニルアラニン化合物を含む旨

アスパルテームを含む食品についてはL-フェニルアラニン化合物を含む旨の表示が必要

「L-フェニルアラニン化合物を含む」と表示

20

コンタミネーション

食品を製造する際、原材料としては使用していないにもかかわらず、特定原材料等が意図せず混入してしまうことをコンタミネーションという

コンタミネーションの防止策の徹底を図っても、その可能性を排除できない場合、表示の対応方法として、一括表示枠外に注意喚起表示をすることが認められている

注意喚起表示の例

①同一製造ライン使用による場合

『本品製造工場では、〇〇(特定原材料等の名称)を含む製品を生産しています。』

『〇〇(特定原材料等の名称)を使用した設備で製造しています。』 等

②原材料の採取方法による場合

『本製品で使用しているしらすは、かに(特定原材料等の名称)が混ざる漁法で採取しています。』 等

③えび、かにを捕食していることによる場合

『本製品(かまぼこ)で使用しているイトヨリダイは、えび(特定原材料等の名称)を食べています。』 等

その他(あわび、まつたけ等の高級食材について)

特定原材料等のうち、高価なもの(あわび、まつたけ等)が含まれる加工食品については、ごく微量しか含有されていないにもかかわらず、あたかも多く含まれるかのような表示が行われると、消費者に誤認を生じさせるおそれがある。このため、表示に当たっては、例えば「エキス含有」など、それらの含有量、形態に着目した表示も併せて表示する

21

加工食品の原料原産地表示

早p17～p21

- | | |
|-----------|--|
| ・対象となる食品 | すべての加工食品(輸入品除く) |
| ・対象となる原材料 | 一番多く使用されている原材料の産地 |
| ・表示方法 | 1. 「国別重量順表示」
2. 「製造地表示」
3. 「又は表示」
4. 「大括り表示」
5. 「大括り表示+又は表示」 |

令和4年3月31日までは、食品メーカー等が準備するための猶予期間でした

22

対象となる食品

対象となる食品は基本的には全ての加工食品(輸入品を除く)が対象となるが、下記のように一部例外もある

・原料原産地表示制度の対象外

- ① 設備を設けて飲食させる場合(外食)
- ② 容器包装に入れずに販売する場合
- ③ 他の法令で表示義務がある場合(ワイン、米加工品 等)
- ④ 食品を製造し、又は加工した場所で販売する場合
- ⑤ 不特定、又は多数の者に対して譲渡する場合(販売は除く)

- ・原料原産地表示制度が省略可能
- ・容器包装の表示可能面積がおおむね30cm²以下の場合

23

対象となる原材料

- ・原料原産地表示制度では
対象となる原材料は「使用した原材料に占める重量割合が最も高い原材料」となる(水、添加物を除く)
- ・又、最も高い原材料が同量で複数ある場合は、その全てが対象となる
ハンバーグで牛肉と豚肉の配合割合が同量で最も多い原材料
下記のとおり使われている牛肉と豚肉がどちらも国産であることがわかる

<記載例>

名称	冷凍ハンバーグ
原材料名	食肉(牛肉(国産)、豚肉(国産))、玉ねぎ、...

24

表示方法

製造地表示 対象原材料が生鮮原材料の場合は、これまでと記載方法に大きな違いはないが、**加工原材料の場合は「製造地表示」**

＜記載例＞

アメリカ産大豆を国内で製造した醤油の場合 → 醤油(国内**製造**)
 国産さとうきびをタイで製造した砂糖の場合 → 砂糖(タイ**製造**)

又、下記のように生鮮食品まで分解して記載する事も可能

アメリカ産大豆を国内で製造した醤油の場合 → 醤油(**大豆(アメリカ)**、…)
 国産さとうきびをタイで製造した砂糖の場合 → 砂糖(**さとうきび(国産)**)

25

「又は表示」「大括り表示」

早p18

原産地の記載方法は**基本的には国毎に多い順に記載する国別重量順表示が原則**ですが、今後の1年間で順序の変動や、産地の切替えの見込みがある場合は「又は表示」や「大括り表示」、両方を組み合わせた表示が可能

①又は表示

「アメリカ又はブラジル」の様に産地を「又は」でつないで記載する方法

こちらの記載は「アメリカ」「ブラジル」「アメリカ、ブラジル」「ブラジル、アメリカ」の4パターンの意味を含んだ表示となる

又、3ヶ国以上で「又は表示」をする場合、3ヶ国目以降は「その他」とまとめる事もできる

＜記載例＞

名称	冷凍ハンバーグ
原材料名	牛肉（ 国産又はアメリカ又はブラジル（5%未満） ）、…
	※牛肉の産地は、昨年度の使用実績順

＜注意点＞

- ・産地の表記順序は一定期間の使用割合を基に**重量割合の高い順序に記載**する
- ・又、「**〇〇の産地は、昨年度の使用実績順**」等と記載する事が必要である
- ・一定期間の使用割合が5%未満の産地については産地の後に括弧を付して、「**5%未満**」である旨を記載する事が必要。なお、「その他」でまとめた場合には記載不要
- ・**根拠資料の保管が必要である**

26

②大括り表示

使用予定の産地が外国3ヶ国以上の場合、「輸入」と表示できる

一定期間における国別使用実績又は使用計画からみて、輸入内で国別重量順表示が困難な場合に用いることができる

又、「輸入」の他に「外国」や一般的な地域名「アフリカ」「南米」等とする事も可能
(地域名の場合は地域内で3ヶ国以上である事が必要)

<記載例>

名称	冷凍ハンバーグ
原材料名	牛肉（国産、 輸入 ）、玉ねぎ、…

<注意点>

- ・国産と混合する場合は重量割合の高い順に記載
- ・「又は表示」と異なり、注意書きの記載は不要
- ・根拠資料の保管が必要
- ・加工原材料の製造地表示は可能ですが、「輸入製造」等のように意味が分かり難い表示はできない
(「外国製造」は可能)

27

表示例

早p18

①一番多い原材料が生鮮食品の場合は、その産地を表示します。

【原則】国別重量順表示

原材料名	豚肉（中国産、国産）、ゼラチン、…
------	-------------------

【新たな表示方法】

・又は表示

原材料名	豚肉（中国産又は国産）、ゼラチン、…
------	--------------------

豚肉の産地は、令和〇年の使用実績順

・大括り表示

原材料名	豚肉（輸入）、ゼラチン、…
------	---------------

②一番多い原材料が加工食品の場合は、その製造地を表示します。

原材料名	チョコレート（ベルギー製造）、小麦粉、…
------	----------------------

28

製造地表示 例

一括表示の仕方

- ・容器包装の**見やすい箇所に表示**
- ・表示に用いる文字及び枠色は
背景の色と対照的な色
- ・表示に用いる文字は
日本産業規定**8ポイントの活字以上**
- ・表示可能面積が概ね150cm²以下のものは**5.5ポイントの活字以上**の文字にする

(詳細は基準別記様式1・基準別表20)

商品名	チョコたっぷりクッキー
名称	焼菓子
原材料名	小麦粉(国内製造)、黒糖、マーガリン、チョコレートチップ(乳成分を含む)、卵、食塩 / 乳化剤、香料、カラメル色素、膨張剤
内容量	6枚
賞味期限	この面の上部に記載
保存方法	直射日光を避け、常温で保存してください。
製造者	〇〇製菓(株) 東京都墨田区〇-〇-〇〇
製造所	青森工場 青森県青森市〇-〇-〇〇

栄養成分表示 100g当たり

エネルギー	498kcal
たんぱく質	5.1g
脂質	25.2g
炭水化物	59.8g
食塩相当量	0.42g



u Public Health Center

遺伝子組換え表示

任意表示変更に関して新制度が
令和5年(2023年)4月1日に施行されました

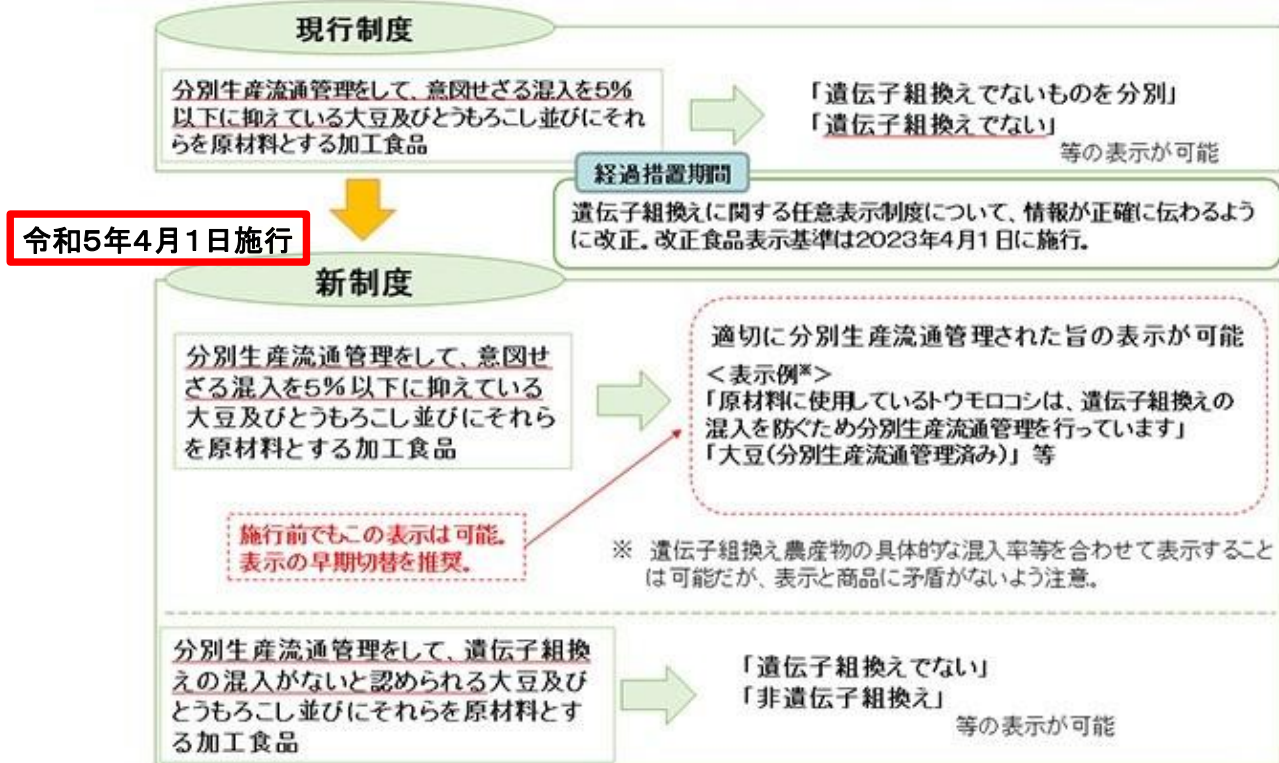
新制度では、
任意表示を使用した原材料に応じて2つの表現に分けることにより
消費者の誤認防止、選択機会の拡大につながる

原材料に対して
「遺伝子組換えでない」旨の表示
「適切に分別生産流通管理をしている」旨の表示



新しい遺伝子組換え食品の表示方法(任意表示)

早p25



31

任意表示制度の根拠となる分別生産流通管理

早p25

遺伝子組み換え作物が混ざらないように分別生産流通管理された原料であることを裏付ける証明書つきの原材料を使った場合は、任意で次のように表示をすることができルール厳格

分別生産流通管理をして、遺伝子組み換えの混入がないと認められる大豆およびとうもろこし、またそれらを原料とする加工食品。

→ 「遺伝子組み換えでない」「非遺伝子組み換え」などの表示が可能

分別生産流通管理をして、意図せざる混入を5%以下に抑えている大豆およびとうもろこし、またそれらを原料とする加工食品

→ 適切に分別生産流通管理された旨の表示が可能

<表示例>

- ・「原材料に使用しているとうもろこしは、遺伝子組み換えの混入を防ぐため分別生産流通管理を行っています」
- ・「大豆(分別生産流通管理済み)」など

32



「遺伝子組換えでない」と表示するための条件

早p25

適切に分別生産流通管理を実施し、遺伝子組換え農産物の混入がないことを確認した非遺伝子組換え農産物及びこれを原材料とする加工食品には、「**遺伝子組換えでない**」と表示することができる
遺伝子組換え農産物の混入がないことの確認方法としては、**第三者分析機関等による分析**のほか、**以下を証明する書類等**(1. ～3.)を備えておくことなどが考えられる

1. 生産地で遺伝子組換えの混入がないことを確認した農産物を専用コンテナ等に詰めて輸送し、**製造者の下で初めて開封**していること
2. 国産品又は遺伝子組換え農産物の非商業栽培国で栽培されたものであり、生産、流通过程で、**遺伝子組換え農産物の栽培国からの輸入品と混ざらないこと**を確認していること
3. 生産、流通过程で、各事業者において**遺伝子組換え農産物が含まれていないことが証明**されており、その旨が記載された**分別生産流通管理証明書**を用いて取引を行っている場合

なお、行政の行う科学的検証及び社会的検証の結果において、原材料に遺伝子組換え農産物が含まれていることが確認され場合には、不適正な表示となります

33

遺伝子組換えの表示義務対象品目一覧

現在、遺伝子組換え表示が義務付けられている品目は、以下の8+1農産物とこれらを原材料とした33加工食品群である。主な表示義務対象品目は、豆腐、納豆、みそ及びコーンスナック菓子であり、現在のところ、しょうゆ、大豆油等の植物油脂及び液糖などは義務表示の対象外となっている。

早p25

対象農産物	加工食品
大豆 (枝豆、大豆もやしを含む。)	1 豆腐・油揚げ類
	2 凍り豆腐、おから及びゆば
	3 納豆
	4 豆乳類
	5 みそ
	6 大豆煮豆
	7 大豆缶詰及び大豆瓶詰
	8 きなこ
	9 大豆いり豆
	10 1から9を主な原材料とするもの
	11 調理用の大豆を主な原材料とするもの
	12 大豆粉を主な原材料とするもの
	13 大豆たんぱくを主な原材料とするもの
	14 枝豆を主な原材料とするもの
	15 大豆もやしを主な原材料とするもの
とうもろこし	16 コーンスナック菓子
	17 コーンスターチ
	18 ポップコーン
	19 冷凍とうもろこし
	20 とうもろこし缶詰及びとうもろこし瓶詰
	21 コーンフラワーを主な原材料とするもの
	22 コーングリッツを主な原材料とするもの (コーンフレークを除く)
	23 調理用のとうもろこしを原材料とするもの
	24 16から20を主な原材料とするもの

対象農産物	加工食品
ばれいしょ	25 冷凍ばれいしょ
	26 乾燥ばれいしょ
	27 ばれいしょでん粉
	28 ポテトスナック菓子
	29 25から28を主な原材料とするもの
	30 調理用のばれいしょを主な原材料とするもの
なたね	
綿実	
アルファルファ	31 アルファルファを主な原材料とするもの
てん菜	32 調理用のてん菜を主な原材料とするもの
パパイヤ	33 パパイヤを主な原材料とするもの
からしな	GMからしなは油糧用の品種であり、食用油としての流通のみが想定されることから、別表第17のからしなに係る加工食品は規定しない

※食品表示基準に基づき、加工食品については、その**主な原材料**(原材料の重量に占める割合が高い原材料の上位3位までのもので、かつ、原材料及び添加物の重量に占める割合が5%以上のものであるもの)について表示が義務付けられている。



34

表示例

義務表示

名 称	ポテトチップス
原材料名	じゃがいも(遺伝子組換え不 分別)、植物油、塩
内 容 量	g 原産国
賞味期限	

名 称	〇 〇 〇
原 材 料	大豆(遺伝子組換え)
内 容 量	300g
賞味期限	〇年△月×日
保存方法	要冷蔵,10℃以下で保存
製 造 者	〇〇食品有限会社 広島市中区〇〇〇〇〇〇

任意表示

名 称	有機豆乳
大豆固形分	9%以上
原材料名	有機大豆(遺伝子組換えでない)
内 容 量	1000ml
賞味期限	上面に記載
保存方法	直射日光や高温多湿を避ける

名 称	納豆
原材料名	【納豆】丸大豆(国産)(遺伝子組換え混入防止管理済)、納豆菌 【たれ】たんぱく加水分解物(大豆を含む)、果糖ぶどう糖液糖、しょうゆ(小麦・大豆を含む)、食塩、砂糖、醸造酢、かつお節エキス、昆布エキス(小麦・大豆を含む)／アルコール、調味料(アミノ酸等)、ビタミンB ₁₂

名 称	納豆
原材料名	【納豆】丸大豆(アメリカ又はカナダ)(分別生産流通管理済み)、米粉、納豆菌、(一部に大豆を含む) 【たれ】たんぱく加水分解物、砂糖、しょうゆ、食塩、鰹節エキス／調味料(アミノ酸等)、アルコール、(一部に小麦・大豆を含む)

早p22～p24

(4) 栄養成分表示

栄養成分表示の仕方

機能性表示

表示を行なうのは、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る
製造業者・加工者・販売者・輸入者のいずれか

食品表示法の施行

栄養成分表示を義務化

栄養成分表示 1食(〇g)当たり	
熱量	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

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

栄養成分表示例

栄養成分表示（1枚当たり）

エネルギー	●● kcal	表示単位
たんぱく質	●● g	
脂 質	●● g	
炭 水 化 物	●● g	
食塩相当量	●.● g	

エネルギー = 熱量

必ず表示される
5項目栄養表示例を
見てみましょう！

強調表示例

栄養成分表示 [1包装（○g）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

ポリフェノール △△mg

順番に

当社従来品に比べて
ポリフェノール2倍★ 上記の様式で表示が困難な場合
以下の方法がある

- ・横に並べて表示
- ・分割して表示

ポイント① 【表示の単位】

100g 当たり, 100ml 当たり, 1個当
たり, 1食あたりなど, それぞれの単位ごとに
栄養成分の含有量が表示されています。
どの単位を用いるかは商品によって異なる
ので, 商品を選ぶ際は気をつけましょう。

ポイント② 【義務表示】【第3条】

食品表示法により, 表示が義務づけられた
5つの項目です。
これらは, 生活習慣病予防や健康の維持・
増進に深く関わる重要な成分です。

栄養成分表示

1食(○g)当たり

エネルギー	○kcal
たんぱく質	○g
脂質	○g
炭水化物	○g
食塩相当量	○g

【推奨表示】(表示が推奨されている栄養成分): 飽和脂肪酸, 食物繊維

【任意表示】(任意で表示されている栄養成分): n-3系脂肪酸, n-6系脂肪酸, コレステロール
糖質, 糖類, ミネラル(カルシウム, 鉄など)
ビタミン(ビタミンA, ビタミンCなど)

【第7条】

栄養成分表示【1食分（250ml）当たり】

①熱 量	7~13kcal
②たんぱく質	0g
③脂 質	0g
④炭 水 化 物	5.5~8.3g
-糖 質	0.5~1.7g
-食 物 繊 維	5.0~6.6g
⑤食塩相当量	0.05g
⑥関与成分: 難消化性デキストリン (食物繊維として)	5g

カフェイン 0mg

一般加工食品における栄養成分表示を省略できる場合又は表示を要さない場合

- ①容器包装の表示可能面積がおおむね30cm² 以下 ②酒類 ③栄養の供給源としてきわめて微量のもの
④極めて短期間で原材料(配合割合も含む)が変更されるもの

(次の要件をのいずれかを満たすもの)

日替わり弁当(サイクルメニューを除く。)等レシंपが3日以内に變更される場合

複数の部位を混合しているため都度原材料が變わるもの

(例:合挽肉、切り落とし肉等切り身を使用した食肉加工 白もつ等のうち複数の種類・部位をを混合しているため都度原材料が變わるもの)

- ・消費税法第九条第一項において消費税を納める義務が免除される事業者が販売するもの。

■ 以下の①②のいずれかに該当する場合、栄養成分表示は要しません。ただし、**栄養表示をしようとする場合**(以下「(ウ)」「**栄養表示をしようとする場合**」について)参照)は表示が必要です。詳細は栄p6参照

① 食品を製造し、又は加工した場所で販売する場合

「食品を製造し、又は加工した場所で販売する場合」とは、製造者と販売者が同一で、同一の施設内、又は敷地内で製造販売することをいいます。具体的には洋菓子店、和菓子店等の「菓子小売業(製造小売)」や、パン店等の「パン小売業(製造小売)」等がその場で行う食品の製造販売、総菜や刺身盛り合わせ等をインスタ加工し、その店内で販売する等が該当します。

② 不特定又は多数の者に対して譲渡(販売を除く。)する場合

39

栄養強調表示

健康の保持増進に関わる栄養成分を強調する表示は、基準を満たした食品だけにつくことができる

強調表示の種類	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
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(※3)以下であること	- 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
表現例	- 高〇〇 〇〇豊富	〇〇源 〇〇供給 〇〇含有	〇〇30%アップ 〇〇2倍	- 無〇〇 〇〇ゼロ - ノン〇〇	- 低〇〇 〇〇控えめ 〇〇ライト	〇〇30%カット 〇〇gオフ 〇〇ハーフ
該当する栄養成分	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、パントテン酸、ピオチン、ビタミンA、B1、B2、B6、B12、C、D、E、K及び葉酸			熱量、脂質、飽和脂肪酸、コレステロール、糖類、ナトリウム		

(※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)食品表示基準別表第13

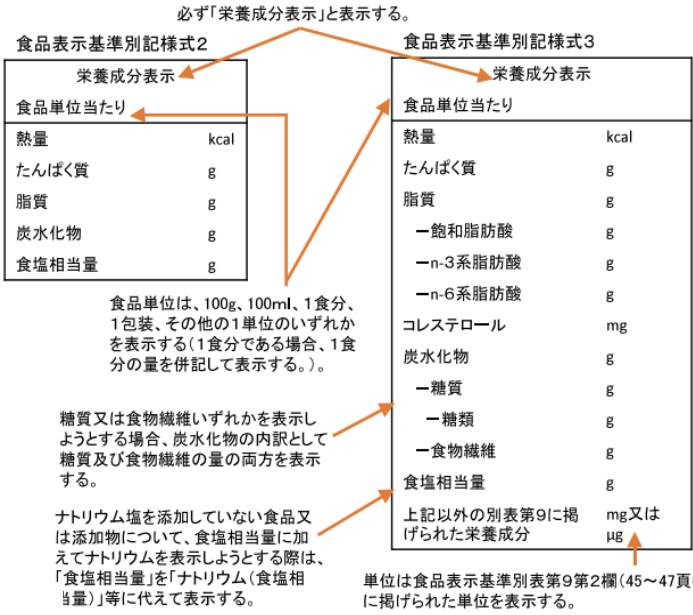
40

栄養成分の表示の方法

栄p 22～23

ポイント

- ・栄養成分及び熱量の**順番を変更してはいけない**
- ・文字の大きさ等は、他の表示項と同様、食品表示基準第8条の規定に従う



(3)表示値の桁数

ア. 最小表示の位

栄養成分表示に表示する値は必ず以下の最小表示の位まで表示しなければなりません。

最小表示の位	栄養成分名
1の位	たんぱく質※ ¹ 、脂質※ ¹ 、飽和脂肪酸※ ¹ 、コレステロール※ ¹ 、炭水化物※ ¹ 、糖質※ ¹ 、糖類※ ¹ 、食物繊維、カリウム、カルシウム、クロム、セレン、ナトリウム※ ¹ 、マグネシウム、モリブデン、ヨウ素、リン、ナイアシン、ピオチン、ビタミンA、ビタミンC、ビタミンK、葉酸、熱量※ ¹
小数第1位	n-3系脂肪酸、n-6系脂肪酸、亜鉛、鉄、銅、食塩相当量※ ² 、マンガン、パントテン酸、ビタミンB ₁ 、ビタミンB ₂ 、ビタミンB ₆ 、ビタミンB ₁₂ 、ビタミンD、ビタミンE

栄p26

栄養成分表示の仕方

早p22
栄p37～p41

正確な分析値を
表示したい!

商品を
分析機関で
分析する

A.「分析値」を表示する

★分析機関で分析

- ・サンプルを送付

原材料も変更するし、
経費を抑えて表示したい!

配合レシピ・
調理工程を
考慮し、
計算する

B.「計算値」を表示する

★栄養成分計算の方法

- ①インターネット活用
(参考) <http://fooddb.mext.go.jp/>
「食品成分データベース」(文部科学省)
- ②市販の「栄養ソフト」を使用

- ③日本食品成分表を使用
最新版を利用すること
2020年版(八訂)が
現在(2023年)では最新版



栄養成分表示値は

①分析値、②計算値、③参照値、④併用値の4つの方法がある

①分析値	・公定法(食品表示基準別表第9の第3欄に掲げる方法)により分析した値 ・自社分析値と分析機関に依頼した分析値 ・複数回分析の平均値と単回分析値
②計算値	・公的なデータベース(日本食品標準成分表)から原材料の栄養成分値を計算した値 ・データベースに載っている食品、原料製造者から提供されるデータより計算された値
③参照値	・公的なデータベース等をもと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 ・過去の分析結果を参照して表示する場合
④併用値	・分析値、計算値および参照値を併用した値

43

★計算値で注意の必要な調理加工による影響の考え方

- ・調理加工による栄養成分含量の変動、食品水分含量、油の吸着、食品中の成分溶出や変化等があるため、計算値を求める際には合理的な根拠に基づき、**重量変化率などの調理加工の影響を計算値に反映**させることが望ましい
- ・大量調理を行う場合も、モデル的な規模での調理で推定することも必要

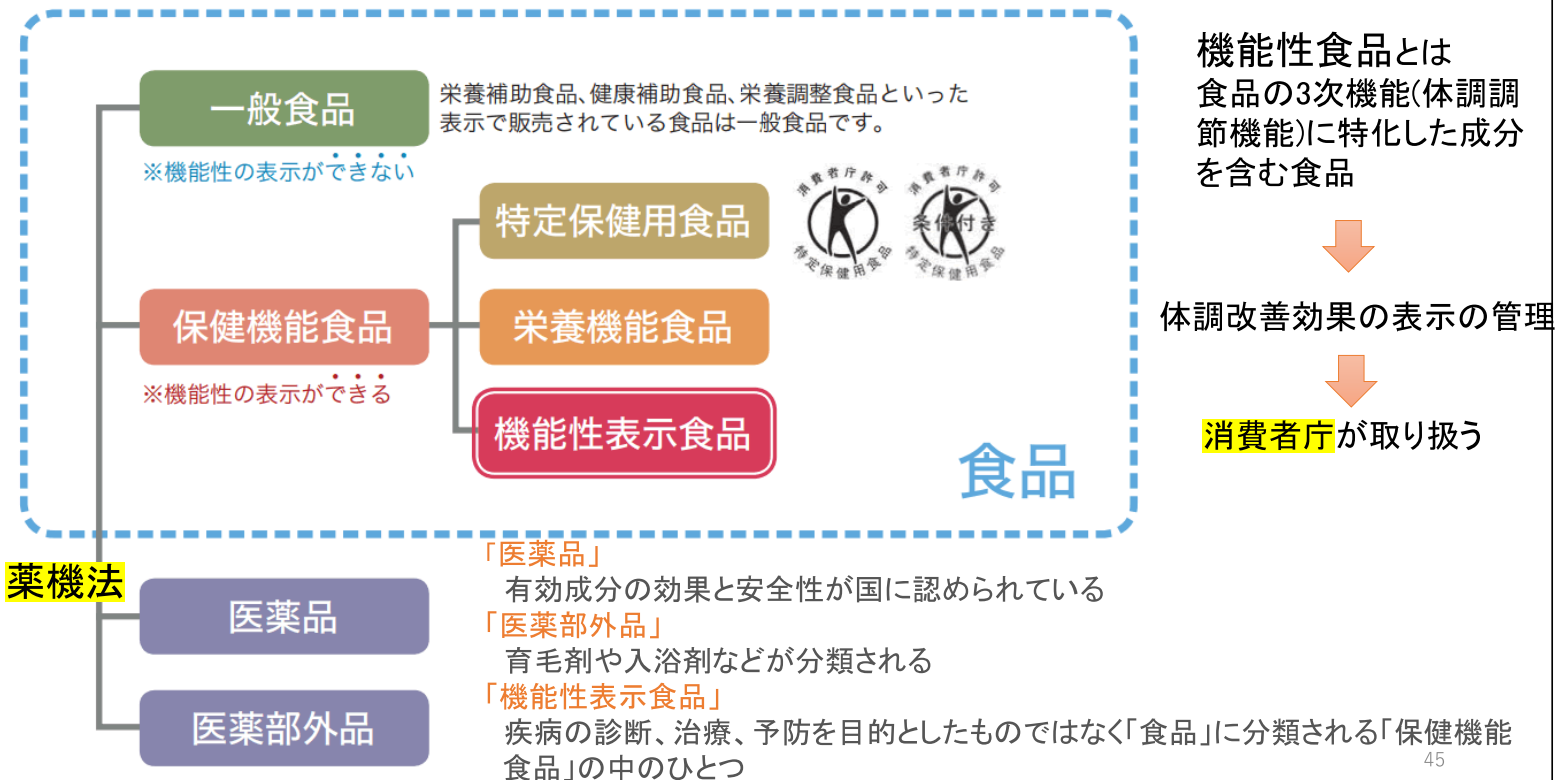
栄p36

★求めた値の表示根拠となる資料は保管する

- ・**分析値**の場合：
分析試験成績書、十分な数の分析結果、品質管理資料など
- ・**計算値**の場合：
データベースの名称、レシピ、調理加工工程表、重量変化率などの表を表示が行われている間保管する

44

食品と医薬品の分類表



45

保健機能食品比較表

保健機能食品の分類	国の審査	手続き・承認	マーク・表示	特徴
機能性表示食品	×	○ 安全性の確保と科学的根拠を前提に 消費者庁に届出 (届出のみ)	×	事業者の責任において機能性(効果)を表示できる
特定保健用食品 (トクホ) 	○ 機能性(効果)や安全性を 個別審査	○ 食品ごとに 消費者庁長官が許可	○ 消費者庁許可のマークがあり、「 特定保健用食品 」と表示されている	許可手続きに時間と費用がかかる
栄養機能食品	×	×	×	国が定めた表現によって機能性(効果)を表示 / 対象成分が限定されている

46

●届出表示：本品には〇〇が含まれます。〇〇は▽▽の機能があります。

●摂取の方法：食事と一緒にお願いします。

●摂取上の注意：多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。

●一日摂取目安：1日1本(250mL)

●本品は、疾病の診断、治療、予防を目的としたものではありません

●本品は、疾病に罹患している者、未成年者、妊産婦(妊娠を計画している者を含む)及び授乳婦を対象に開発された食品ではありません。●疾病に罹患している場合は医師、薬剤師に相談してください。●本品は疾病の診断、治療、予防を目的としたものではありません。●体調に異変を感じた場合は、速やかに摂取を中止し、医師に相談してください。

●お問い合わせ先：◎◎株式会社0120-XX-XXXX

機能性表示食品
〇〇〇〇(商品名)
届出番号△△

早p22



名称：□□□□
原材料名：〇〇〇〇、△△△△、□□□□...../×××(xxxxxx)
内容量：250mL
賞味期限：枠外に記載
保存方法：直射日光を避けて保存してください。
製造者：神奈川県XX市xxxx ◎◎株式会社

栄養成分表示
(製品1本/250mL当たり)

エネルギー	kcal
たんぱく質	g
脂質	g
炭水化物	g
食塩相当量	g

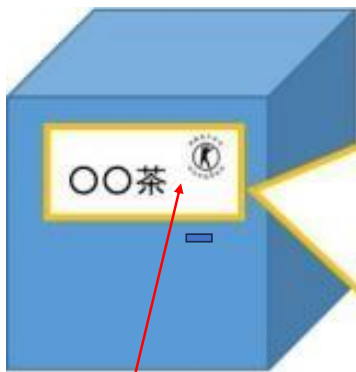
食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。

本品は、事業者の責任において特定の保健の目的が期待できる旨を表示するものとして、消費者庁長官に届出されたものです。ただし、特定保健用食品と異なり、消費者庁長官により個別審査をうけたものではありません。

●機能性関与成分〇〇 mg⁴⁷

特定保健用食品

早p23

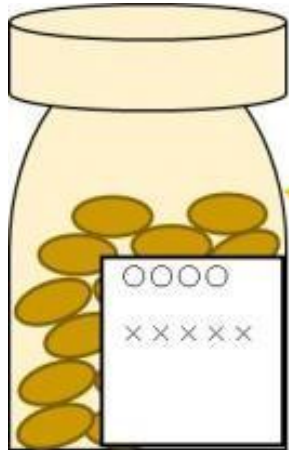


<パッケージ表示例>

- ・特定保健用食品 商品名 ●●
- ・名称 粉末清涼飲料
- ・原材料名
- ・内容量 賞味期限
- ・許可表示 ●●には△が含まれているため、便通を改善します。おなかの調子を整えたい方やお通じの気になる方に適しています。
- ・「食生活は、主食、主菜、副菜を基本に食事のバランスを」
- ・栄養成分表示 2袋当たり
エネルギー kcal、たんぱく質 g、脂質 g、炭水化物 g、食塩相当量 g
関与成分 △ 〇g
- ・1日当たりの摂取目安量：1日当たり2袋を目安にお召し上がりください。
- ・摂取方法：水に溶かしてお召し上がりください。
- ・摂取する上での注意事項：一度に多量に摂りすぎると、おなかが緩くなることがあります。1日の摂取目安量を守ってください。
- ・調理または保存の方法：保存は高温多湿の場所を避け、涼しいところに保存してください。
- ・製造者
- ・1日当たりの摂取目安量に含まれる該当栄養成分の量が栄養素等表示基準値に占める割合：(関与成分が栄養素等表示基準値の定められた成分である場合)

栄養機能食品

早p24



＜パッケージ表示例＞（栄養機能食品がビタミンCの場合）

- ・栄養機能食品（ビタミンC） 商品名 ○○○○
- ・ビタミンCは、皮膚や粘膜の健康維持を助けるとともに、抗酸化作用を持つ栄養素です。
- ・名称
- ・原材料名
- ・内容量
- ・賞味期限
- ・製造者
- ・住所
- ・栄養成分表示：1日当たりの摂取目安量（○粒当たり）
エネルギー kcal、たんぱく質 g、脂質 g、炭水化物 g、食塩相当量 g
- ・1日当たりの摂取目安量：1日当たり○粒を目安にお召し上がりください。
- ・摂取方法及び摂取をする上での注意事項：本品は多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。1日の摂取目安量を守ってください。
- ・1日当たりの摂取目安量に含まれる機能の表示を行う栄養成分の量の栄養素等表示基準値（18歳以上、基準熱量2,200kcal）に占める割合：ビタミンC ○%
- ・調理または保存の方法：保存は高温多湿の場所を避け、開封後はキャップを閉めて早めにお召し上がりください。
（特定の対象者に対し、注意を必要とするものに当たっては、当該注意事項）
- ・「本品は、特定保健用食品と異なり、消費者庁長官による個別審査を受けたものではありません。」
- ・「食生活は、主食、主菜、副菜を基本に食事のバランスを」