

NR・サプリメントアドバイザー必携

(第2版)

追補

目次

| | |
|--------------------|----|
| 改訂・修正表 | 2 |
| p.221 図 8-3 の差し替え | 6 |
| p.240 表 8-7 の差し替え | 6 |
| p.255 図 8-8 の差し替え | 7 |
| p.257 図 8-9 の差し替え | 7 |
| p.262 図 9-1 の差し替え | 8 |
| p.264 表 9-2 の差し替え | 8 |
| p.265 表 9-3 の差し替え | 9 |
| p.275 表 9-9 中の差し替え | 9 |
| p.279 表 9-10 の差し替え | 10 |
| p.280 表 9-11 の差し替え | 11 |
| p.280 表 9-12 の差し替え | 12 |
| p.282 表 9-14 の差し替え | 12 |
| p.388 表 13-1 の差し替え | 13 |
| p.389 表 13-2 の差し替え | 14 |
| 食品表示法の概要 | 15 |

●本書中、次の改訂およびデータ更新がございます。

| 頁 等 | 改訂前 | 改訂後 |
|--|---|---|
| p.3 上から7行目 | 食品衛生法に定められており、 | 食品表示法に定められており、 |
| 上から9行目 | 12種類のビタミンと5種類のミネラルが定められている。 | 13種類のビタミンとミネラルなど7種類の成分が定められている。さらに、2015年には機能性表示食品が新たに位置づけられた。これは、生鮮食品や加工食品、サプリメントなどに健康の維持・増進効果などを具体的に示すことができる制度である。 |
| p.221 図8-3 | | 本追補 p.6 上段図8-3 と差し替え |
| p.240 表8-7 | | 本追補 p.6 下段表8-7 と差し替え |
| 上から12～13行目 | 2014年8月現在、食品は8作物（計291品種）、添加物は8種類（計17品目）ある | 2015年11月現在、食品は8作物（計303品種）、添加物は9種類（計21品目）ある |
| p.243 上から2～3行目 | なお、（ ）内は2014年8月現在の品目数。 | なお、（ ）内は2015年9月現在の品目数。 |
| 上から4行目 | 指定添加物（443品目） | 指定添加物（449品目） |
| p.244 上から17～18行目 | 2014年8月現在、365品目となっている。 | 2015年9月現在、365品目となっている。 |
| p.247 上から2行目 | 食品衛生法第19条第1項に基づき、 | 食品表示法第4条に基づく食品表示基準第3条に従い、 |
| 上から3～4行目 | JAS法（農林物資の規格化および品質表示の適正化に関する法律）は、 | JAS法は、農林物資の規格化等に関する法律と名称変更され、表示に関する規定はすべて食品表示法に一元化された。食品表示法では、 |
| 上から5行目 | 原材料を記載することとしている。 | 原材料を記載することもできる。 |
| 上から8～9行目 | 表示が免除されている。 | 表示が免除されている。ただし、調製粉乳においては、栄養強化の目的で使用しても、主要な混合物として表示する必要がある。 |
| p.251 上から4行目 | 食品衛生法に基づく規定により、 | 食品表示法に基づく規定により、 |
| p.255 図8-8 | | 本追補 p.7 上段図8-8 と差し替え |
| p.257 図8-9 | | 本追補 p.7 下段図8-9 と差し替え |
| p.261 上から10行目 | (food with nutrient function claims) となっている ³⁾ 。 | (food with nutrient function claims) ³⁾ 、機能性表示食品（food with function claims）となっている。 |
| p.262 図9-1 | | 本追補 p.8 上段図9-1 と差し替え |
| 上から6～7行目 | 保健機能食品（特定保健用食品と栄養機能食品の総称） | 保健機能食品（特定保健用食品、栄養機能食品と機能性表示食品の総称） |
| p.264 表9-2 | | 本追補 p.8 下段表9-2 と差し替え |
| 上から2～3行目 | 機能性表示食品に表示すべき事項および表示禁止事項は表9-3のようになる予定である。 | 機能性表示食品の表示義務事項および表示禁止事項は表9-3のようになっている。 |
| p.265 表9-3 | | 本追補 p.9 上段表9-3 と差し替え |
| p.267 下から4行目 | 2014年8月の時点で該当する許可製品は、1件のみである。 | 2015年11月の時点で該当する許可製品は、ない。 |
| p.268 表9-5 表側 表下注 4～5行目 表下注 7～8行目 | Ⅲ（食物繊維） 過剰用量とは、～3倍以上の範囲を指す。 特定保健用食品（規格基準型）制度の創設の趣旨に照らして | Ⅲ（難消化性デキストリン） 削除 削除 |

| 頁 等 | 改訂前 | 改訂後 |
|-------------------------------------|---|---|
| 上から2～3行目 | 2014年8月の時点で該当する許可製品は、約90件ある。 | 2015年11月の時点で該当する許可製品は、約130件ある。 |
| p.268 下から1行目～ p.269 上から1行目 | 2014年8月の時点で該当する許可製品は14件あり、 | 2015年11月の時点で該当する許可製品は16件あり、 |
| p.274 上から14～15行目 | 2014（平成26）年8月の時点において、特定保健用食品として許可・承認されている食品は、約1,100品目である。 | 2015（平成27）年11月の時点において、特定保健用食品として許可・承認されている食品は、1,209品目である。 |
| p.275 表9-9 | | 本追補 p.9 下段表9-9 中改訂後に差し替え |
| p.278 下から14行目 | ビタミン12成分とミネラル5成分であり、 | ビタミン13成分とミネラルなど7成分（うち、ナトリウムは食塩として義務表示）であり、 |
| p.279 表9-10 | | 本追補 p.10 表9-10 と差し替え |
| p.280 表9-11 | | 本追補 p.11 表9-11 と差し替え |
| 表9-12 | | 本追補 p.12 上段表9-12 と差し替え |
| p.281 上から2～4行目 | 食品中に含まれているビタミン12成分とミネラル5成分の上限値と下限値が、定められた規格基準に適合していればよい。しかし、生鮮食品（鶏卵を除く）については、栄養機能食品の適用対象外であり、栄養成分の機能の表示はできない。 | 食品中に含まれているビタミン13成分とミネラルなど7成分の上限値と下限値が、定められた規格基準に適合していればよい。対象食品として、加工食品だけでなく容器包装されていれば生鮮食品も適用され、栄養機能表示が可能である。 |
| p.282 表9-14 | | 本追補 p.12 下段表9-14 と差し替え |
| p.331 上から7・15行目 | β-コングリシニン | β-コングリシニン |
| p.335 下から11～10行目 | (2014年8月現在、459素材) | (2015年12月現在、848素材) |
| p.383 下から2行目 | 今後、2年以内に施行されることになっている。 | 2015年4月に施行されている。 |
| p.386 下から3行目 | 今まで許可・承認された1,112品目（2014年8月現在） | 今まで許可・承認された1,209品目（2015年11月現在） |
| p.388 表13-1 | | 本追補 p.13 表13-1 と差し替え |
| p.389 表13-2 | | 本追補 p.14 表13-2 と差し替え |
| p.391 下から12～11行目 | ただし、薬事法に規定する医薬品および医薬部外品は、これを含まない」と定められている（第4条）。薬事法の定義（第2条）で、 | ただし、「医薬品、医療機器等の品質、有効性及び安全性の確保等に関する法律」に規定する医薬品、医薬部外品及び再生医療等製品は、これを含まない」と定められている（第4条）。「医薬品、医療機器等の品質、有効性及び安全性の確保等に関する法律」の定義（第2条）で、 |
| p.393 上から9行目 | 2014年8月8日現在、指定添加物は443品目、 | 2015年9月18日現在、指定添加物は449品目、 |
| 上から14行目 | JAS法では一括表示の原材料欄に、 | 食品表示法では原材料欄に、 |
| 上から16～17行目 | 保存料、甘味料、増粘剤、安定剤、ゲル化剤、糊料、酸化防止剤、発色剤、漂白剤 | 甘味料、着色料、保存料、増粘剤、安定剤、ゲル化剤、酸化防止剤、発色剤、漂白剤、防かび剤 |

| 頁 等 | 改訂前 | 改訂後 |
|---------------------|---|---|
| p.395 上から 10 行目 | 食品, 添加物, 器具, 容器包装 | 器具, 容器包装 |
| 上から 11 行目 | 食品, 添加物, 器具, 容器包装 | 器具, 容器包装 |
| 下から 15 行目 | (2015 年 6 月施行, p.409)。 | (2015 年 4 月施行, p.409)。 |
| p.396 上から 5～7 行目 | JAS 法における加工食品の品質表示基準 (p.405) の原材料等の一括表示枠に加えて, 特定原材料等を記載する。例えば, 個々の原材料の直後または原材料すべてのあとに括弧書きで記載する二つの方法がある。 | 食品表示法のアレルギ表示により, 特定加工食品および拡大表記 (マヨネーズ←卵を含むなど) を廃止し, 個別表示を原則とする。例外的に一括表示する場合は, 一括表示欄にすべて表示する。 |
| 下から 2 行目 | ビタミン 12 種類, ミネラル 5 種類 | ビタミン 13 種類, ミネラルなど 7 種類 |
| p.405 上から 10 行目 | JAS 法 (農林物資の規格化及び品質表示の適正化に関する法律) | JAS 法 (農林物資の規格化等に関する法律) |
| 上から 15 行目 | 定めるようになった。 | 定めるようになった。2015 年 4 月, 食品表示法施行により, 品質表示基準に関する規定は食品表示法に移管されている。 |
| 下から 10 行目 | 農林物資の品質に関する適正な表示を行わせることによって一般消費者の選択に資し, | 飲食料品以外の農林物資の品質に関する適正な表示を行わせることによって, 食品表示法による措置と相まって一般消費者の選択に資し, もって |
| p.406 上から 3 行目 | 義務づけることになった (第 19 条の 14)。 | 義務づけることになった。2015 年 4 月, 食品表示法施行により, 品質表示基準に関する規定は食品表示法に移管されている。 |
| 上から 6 行目 | 義務づけられている。 | 義務づけられている。密封容器・包装に入れられた商品では内容量, 販売業者の氏名または名称および住所を記載し, 冷凍水産物を解凍したものは「解凍」, 養殖されたものでは「養殖」と記載する。 |
| p.409 上から 12 行目 | 2 年以内に施行されることになっている。 | 2015 年 4 月に施行されている。 |
| p.463 9-10 解説 | 1 生鮮食品は対象外であるが, 鶏卵は対象となっている。 | 1 鶏卵は対象となっている。 【補足】平成 27 年 4 月の食品表示法施行により, 容器包装されていれば生鮮食品も適用対象になった。 |
| p.470 下から 9 行目 | 2013 年 6 月に公布されている。 | 2013 年 6 月に公布されている。施行は, 2015 年 4 月である。 |

●食品表示法施行による変更

| 頁 等 | 変更内容 |
|--|---|
| p.393 上から 11 行目～ p.394 上から 4 行目 | (3) 食品添加物の表示の項は, 規定法が「食品衛生法」から「食品表示法」へ移管された。 |
| p.405 下から 3 行目～ p.409 上から 8 行目 | ④品質表示基準～⑧遺伝子組換え食品の項は, 規定法が「JAS 法」から「食品表示法」へ移管された。 |

●研究所統合による国立健康・栄養研究所の名称変更

| 頁 等 | 改訂前 | 改訂後 |
|---|------------------|-----------------------------------|
| p.5 下から 16 行目 | (以下, 研究所) | (以下, 研究所; 現国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所) |
| p.254 上から 18 行目, ③のタイトル, 下から 12 行目 | 独立行政法人国立健康・栄養研究所 | 国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所 |
| p.255 下から 7 行目 | | |
| p.257 図 8-9 のタイトル | | |
| p.273 図 9-5, 図 9-6 中 | | |
| p.335 下から 14 行目, 下から 13 行目 | | |
| p.436 8-10 の 3 | | |
| p.437 9-3 の 5 | | |
| p.462 9-3 の解説 5 | | |
| p.474 右段下から 12 行目 | | |

●本文中, 下線部に誤りがございました。お詫びして訂正いたします。

| 頁 等 | 誤 | 正 |
|---------------------|--|---|
| p.3 上から 3 行目 | 適正であると認められれたもの | 適正であると認められたもの |
| p.208 上から 2～3 行目 | 10%を超えると高齢化社会, 20%を超えると超高齢社会とされる。 | 7%を超えると高齢化社会, 21%を超えると超高齢社会とされる。 |
| p.288 表 9-19 中 | ナイアシン 0.45 mgNE ~15* ³ (5* ⁴)mg, 0.45~15* ³ (5* ⁴) mgNE, | ナイアシン 0.45 mgNE ~15* ³ (5* ⁴)mg, |
| p.434 7-4 選択肢 a | 有酸素的 ATP 供給 | 無酸素的 ATP 供給 |

| リスク評価 | リスク管理 | | |
|---|--|---|---|
| 食品安全委員会 ●リスク評価の実施 ●リスク管理を行う行政機関への勧告 ●リスク管理の実施状況のモニタリング ●内外の危害情報の一元的な収集・整理 など 食品安全基本法 | 厚生労働省 ●検疫所 ●地方厚生局 ●地方自治体 保健所 など 一食品の衛生に関するリスク管理 食品衛生法など | 農林水産省 ●地方農政局 ●消費技術センター など 一農林・畜産・水産に関するリスク管理 農薬取締法, 飼料安全法など | 消費者庁 一食品の表示に関するリスク管理 食品衛生法, 健康増進法など |
| | リスクコミュニケーション ●食品の安全性に関する情報の公開 ●消費者等の関係者が意見を表明する機会の確保 | | |

図 8-3 リスク分析の考え方を取り入れたわが国の食品安全行政の枠組み
 資料) 厚生労働省：食品の安全確保に向けた取組, 2013

表 8-7 これまでに安全性審査が行われた遺伝子組換え食品および遺伝子組換え技術によって生産された添加物の概要 (2015年11月現在)

| 食品 | 性質 | 添加物 | 性質 |
|---------|---|--------------------------|-------------------------|
| じゃがいも | 害虫抵抗性, ウイルス抵抗性 | α -アミラーゼ | 生産性向上, 耐熱性向上, スクロース耐性向上 |
| 大豆 | 除草剤耐性, 高オレイン酸, 高オレイン酸形質, 害虫抵抗性, 低飽和脂肪酸, ステアリドン酸産生 | キモシン | 生産性向上, キモシン生産性 |
| | | ブルナーゼ | 生産性向上 |
| | | リパーゼ | 生産性向上 |
| てんさい | 除草剤耐性 | リパーゼ | 生産性向上 |
| とうもろこし | 害虫抵抗性, 除草剤耐性, 組織特異的除草剤耐性, 高リシン形質, 耐熱性 α -アミラーゼ産生, 乾燥耐性 | リポフラビン | 生産性向上 |
| | | グルコアミラーゼ | 生産性向上 |
| なたね | 除草剤耐性, 雄性不稔性, 捻性回復性 | α -グルコシルトランスフェラーゼ | 生産性向上, 性質改変 |
| | | シクロデキストリングルカノトランスフェラーゼ | 生産性向上, 性質改変 |
| わた | 害虫抵抗性, 除草剤耐性 | アスパラギナーゼ | 生産性向上 |
| アルファルファ | 除草剤耐性, 低リグニン | | |
| パパイヤ | ウイルス抵抗性 | | |

図 8-8 国立研究開発法人 医薬基盤・健康・栄養研究所 「健康食品」の安全性・有効性情報

図 8-9 国立研究開発法人 医薬基盤・健康・栄養研究所 「健康食品」の素材情報データベースよりダウンロードしたエキナセアの情報

注) 本図は概要を示しているが、「すべての情報を表示」をクリックすると、より詳細な情報を得ることができる。安全性や有効性の科学的根拠を示した文献にもリンクが張られている。

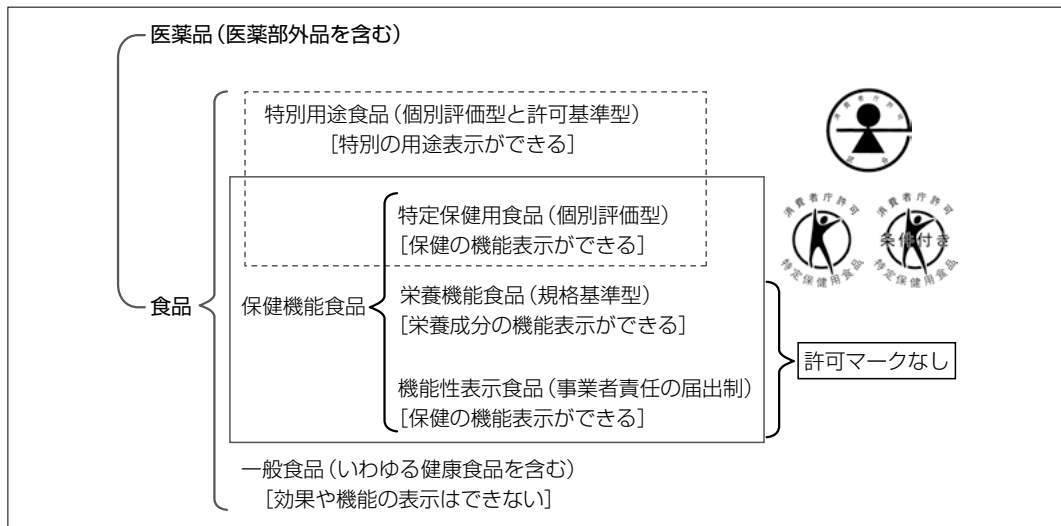


図 9-1 医薬品と食品の分類

注) 経口摂取するもので、医薬品 (医薬部外品を含む) 以外のものがすべて食品。特別用途食品と保健機能食品 (特定保健用食品 + 栄養機能食品 + 機能性表示食品) については、例外的に限定的な特別の用途または機能の表示が認められている。

表 9-2 健康食品として想定されている食品の概略

| ①機能等が表示できる製品 | |
|---------------------------|--|
| 特別用途食品 | 乳児、妊産婦・授乳婦、病者など、医学・栄養学的配慮が必要な対象者の発育や健康の保持・回復に適するという「特別の用途の表示」が国によって許可された食品。 |
| 保健機能食品 | 特定保健用食品 特定の保健の目的が期待できることを表示した製品で、特保 (トクホ) とも呼ばれる。国がヒトでの保健効果および安全性を製品として審査・許可。現時点で許可されている製品のほとんどは明らかな食品形態。 注) 制度が創設されたときの分類の関係上、特別用途食品の一つでもある。 |
| | 栄養機能食品 国の定めた規格基準で栄養素が含まれている製品に栄養機能を表示したもの。現時点で表示できる栄養素はビタミン 13 成分とミネラル 6 成分 (亜鉛, カリウム, カルシウム, 鉄, 銅, マグネシウム), n-3 系脂肪酸。国への届け出や審査は不要で、製造者の自己認証により表示されている。製品の形状は、錠剤・カプセル状から、通常の明らかな食品形態まで多様。過剰摂取のリスク回避から、カリウムについては、錠剤、カプセル剤等の食品は対象外。 |
| | 機能性表示食品 特定の保健の目的が期待できる機能性を表示した製品で、事業者の責任において、科学的根拠に基づいた機能性を表示した食品。販売前に、安全性および機能性の根拠に関する情報などが消費者庁長官に届け出られたもの。 注) 特定保健用食品とは異なり、消費者庁長官の個別許可を受けたものではない。 |
| ②機能等の表示ができない製品 (いわゆる健康食品) | |
| 栄養補助食品 | 米国の制度で用いられている “dietary supplement” の日本語訳と考えられるもの。国が制度化・定義しているものではない。製品中のビタミンやミネラル、n-3 系脂肪酸が国の規格基準を満たしたものは栄養機能食品となっている。 |
| 健康補助 | 栄養成分の補給や健康の保持・増進および健康管理の目的で摂取される食品として、公益財団法人日本健康・栄養食品協会が提唱しているもの。 |
| サプリメント | 一般には米国の “dietary supplement” のように特定成分が濃縮された錠剤やカプセル形態のものが該当。ただし、わが国では言葉に法令上の明確な定義がないため、人によって想定する製品はさまざま。 |
| ③違法な製品 | |
| 無承認無許可医薬品 | 違法に医薬品成分が含有されていたり、医薬品のような病気の治療・治癒を謳った製品であることが、行政の検査によって判明したもの。 |

表 9-3 新たに創設された機能性表示食品における表示事項 (2015 年 3 月)

| 義務表示事項 (第 3 条第 2 項, 第 18 条第 2 項) |
|---|
| 1) 機能性表示食品である旨 |
| 2) 科学的根拠を有する機能性関与成分および当該成分または当該成分を含有する食品が有する機能性 |
| 3) 栄養成分の量および熱量 |
| 4) 一日当たりの摂取目安量当たりの機能性関与成分の含有量 |
| 5) 一日当たりの摂取目安量 |
| 6) 届出番号 |
| 7) 食品関連事業者の連絡先 |
| 8) 機能性および安全性について、国による評価を受けたものではない旨 |
| 9) 摂取の方法 |
| 10) 摂取をする上での注意事項 |
| 11) バランスのとれた食生活の普及啓発を図る文言 |
| 12) 調理または保存の方法に関し特に注意を必要とするものにあつては当該注意事項 |
| 13) 疾病の診断、治療、予防を目的としたものではない旨 |
| 14) 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。) および授乳婦に対し訴求したものではない旨 |
| 15) 疾病に罹患している者は医師、医薬品を服用している者は医師、薬剤師に相談した上で摂取すべき旨 |
| 16) 体調に異変を感じた際は速やかに摂取を中止し医師に相談すべき旨 |

表示禁止事項 (第 9 条第 1 項第 8 号, 第 23 条第 1 項第 6 号)

- 1) 疾病の治療効果または予防効果を標榜する用語
- 2) 消費者庁長官に届け出た機能性関与成分以外の成分を強調する用語
- 3) 消費者庁長官の評価、許可等を受けたものと誤認させるような用語
- 4) 別表第 9 の第一欄に掲げる栄養成分の機能を示す用語

資料) 内閣府：食品表示基準、内閣府令第 10 号 (http://www.caa.go.jp/foods/pdf/150320_kijyun.pdf)

表 9-9 中に差し替え

| 改訂前 | 改訂後 |
|----------------------------------|---|
| コレステロール & お腹の調子, コレステロール & 脂肪関係等 | コレステロールが高めで気になる方、おなかの調子が気になる方の食生活の改善に役立ちます。 |
| 粉末ゼリー飲料 清涼飲料水 | 粉末ゼリー飲料 清涼飲料水 |
| 低分子化アルギン酸ナトリウム, サイリウム種皮の食物繊維など | 低分子化アルギン酸ナトリウム, サイリウム種皮の食物繊維など |
| コレステロール & お腹の調子 | コレステロールが高めで気になる方、おなかの調子が気になる方の食生活の改善に役立ちます。 |
| コレステロール & 脂肪関係等 | 体脂肪が気になる方、おなかの調子が気になる方の食生活の改善に役立ちます。 |
| 粉末ゼリー飲料 清涼飲料水 | コーヒー飲料 |
| 低分子化アルギン酸ナトリウム, サイリウム種皮の食物繊維など | コーヒー豆マンノオリゴ糖 |

表 9-10 栄養機能食品の上限値と下限値と許可されている栄養機能表示と注意喚起表示（ビタミン）

| 栄養成分 | 1日当たりの摂取目安量に含まれる栄養成分量 | | 栄養機能表示 | 注意喚起表示 |
|----------------------|-----------------------|----------|--|---|
| | 下限値 | 上限値 | | |
| ナイアシン | 3.9 mg | 60 mg | ナイアシンは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。 | 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。 |
| パントテン酸 | 1.44 mg | 30 mg | パントテン酸は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。 | |
| ビオチン | 15 µg | 500µg | ビオチンは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。 | |
| ビタミン A | 231 µg | 600µg | ビタミン A は、夜間の視力の維持を助ける栄養素です。 ビタミン A は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。 | 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。 妊娠3か月以内または妊娠を希望する女性は、過剰摂取にならないよう注意してください。 |
| ビタミン B ₁ | 0.36 mg | 25 mg | ビタミン B ₁ は、炭水化物からのエネルギー産生と皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。 | 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。 |
| ビタミン B ₂ | 0.42 mg | 12 mg | ビタミン B ₂ は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。 | |
| ビタミン B ₆ | 0.39 mg | 10 mg | ビタミン B ₆ は、たんぱく質からのエネルギーの産生と皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。 | |
| ビタミン B ₁₂ | 0.72 µg | 60 µg | ビタミン B ₁₂ は、赤血球の形成を助ける栄養素です。 | |
| ビタミン C | 30 mg | 1,000 mg | 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。 | |
| ビタミン D | 1.65 µg | 5.0 µg | ビタミン D は、腸管でのカルシウムの吸収を促進し、骨の形成を助ける栄養素です。 | |
| ビタミン E | 1.89 mg | 150 mg | ビタミン E は、抗酸化作用により、体内の脂質を酸化から守り、細胞の健康維持を助ける栄養素です。 | |
| ビタミン K | 45 µg | 150 µg | ビタミン K は、正常な血液凝固能を維持する栄養素です。 | 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。 血液凝固阻止薬を服用している方は、本品の摂取を避けてください。 |
| 葉酸 | 72 µg | 200 µg | 葉酸は、赤血球の形成を助ける栄養素です。 葉酸は、胎児の正常な発育に寄与する栄養素です。 | 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。 葉酸は、胎児の正常な発育に寄与する栄養素ですが、多量摂取により胎児の発育がよくなるものではありません。 |

資料) 内閣府：食品表示基準 別表 11, 内閣府令第 10 号 (http://www.caa.go.jp/foods/pdf/150320_kijyun.pdf)

表 9-11 栄養機能食品の上限値と下限値と許可されている栄養機能表示と注意喚起表示（ミネラル、*n*-3 系脂肪酸）

| 栄養成分 | 1日当たりの摂取目安量に含まれる栄養成分量 | | 栄養機能表示 | 注意喚起表示 |
|------------------|-----------------------|----------|---|--|
| | 下限値 | 上限値 | | |
| 亜鉛 | 2.64 mg | 15 mg | 亜鉛は、味覚を正常に保つのに必要な栄養素です。 亜鉛は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。 亜鉛は、たんぱく質・核酸の代謝に関与して、健康の維持に役立つ栄養素です。 | 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。 亜鉛の摂りすぎは、銅の吸収を阻害するおそれがありますので、過剰摂取にならないよう注意してください。 1日の摂取目安量を守ってください。 乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。 |
| カリウム | 840 mg | 2,800 mg | カリウムは、正常な血圧を保つのに必要な栄養素です。 | 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。 腎機能が低下している方は本品の摂取を避けてください。 |
| カルシウム | 204 mg | 600 mg | カルシウムは、骨や歯の形成に必要な栄養素です。 | 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。 |
| 鉄 | 2.04 mg | 10 mg | 鉄は、赤血球を作るのに必要な栄養素です。 | |
| 銅 | 0.27 mg | 6.0 mg | 銅は、赤血球の形成を助ける栄養素です。 銅は、多くの体内酵素の正常な働きと骨の形成を助ける栄養素です。 | |
| マグネシウム | 96 mg | 300 mg | マグネシウムは、骨や歯の形成に必要な栄養素です。 マグネシウムは、多くの体内酵素の正常な働きとエネルギー産生を助けるとともに、血液循環を正常に保つのに必要な栄養素です。 | 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。 多量に摂取すると軟便（下痢）に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。 乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。 |
| <i>n</i> -3 系脂肪酸 | 0.6 g | 2.0 g | <i>n</i> -3 系脂肪酸は、皮膚の健康維持を助ける栄養素です。 | 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。 |

資料) 内閣府：食品表示基準 別表 11, 内閣府令第 10 号 (http://www.caa.go.jp/foods/pdf/150320_kijyun.pdf)

表 9-12 栄養素等表示基準値 (NRV : nutrient reference value)

| 栄養成分および熱量 | 単位 | 栄養素等表示基準値 | 栄養成分および熱量 | 単位 | 栄養素等表示基準値 |
|------------|------|-----------|----------------------|----|-----------|
| 熱量 (エネルギー) | kcal | 2,200 | マンガン | mg | 3.8 |
| たんぱく質 | g | 81 | モリブデン | μg | 25 |
| 脂質 | g | 62 | ヨウ素 | μg | 130 |
| 飽和脂肪酸 | g | 16 | リン | mg | 900 |
| n-3系脂肪酸 | g | 2.0 | ナイアシン | mg | 13 |
| n-6系脂肪酸 | g | 9.0 | パントテン酸 | mg | 4.8 |
| 炭水化物 | g | 320 | ビオチン | μg | 50 |
| 食物繊維 | g | 19 | ビタミン A | μg | 770 |
| 亜鉛 | mg | 8.8 | ビタミン B ₁ | mg | 1.2 |
| カリウム | mg | 2,800 | ビタミン B ₂ | mg | 1.4 |
| カルシウム | mg | 680 | ビタミン B ₆ | mg | 1.3 |
| クロム | μg | 10 | ビタミン B ₁₂ | μg | 2.4 |
| セレン | μg | 28 | ビタミン C | mg | 100 |
| 鉄 | mg | 6.8 | ビタミン D | μg | 5.5 |
| 銅 | mg | 0.9 | ビタミン E | mg | 6.3 |
| ナトリウム | mg | 2,900 | ビタミン K | μg | 150 |
| マグネシウム | mg | 320 | 葉酸 | μg | 240 |

資料) 内閣府：食品表示基準 別表 10、内閣府令第 10 号 (http://www.caa.go.jp/foods/pdf/150320_kijyun.pdf)

表 9-14 栄養機能食品に必要な表示事項

- ① 栄養機能食品である旨および栄養成分の名称「栄養機能食品 (〇〇)」
- ② 栄養成分の機能 (既定の表示内容以外の記載は認められない)
- ③ 1 日当たりの摂取目安量
- ④ 摂取の方法
- ⑤ 摂取をする上での注意事項
- ⑥ バランスのとれた食生活の普及啓発を図る文言「食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。」
- ⑦ 消費者庁長官の個別の審査を受けたものではない旨「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。」
- ⑧ 1 日当たりの摂取目安量に含まれる機能に関する表示を行っている栄養成分の量が栄養素等表示基準値に占める割合
- ⑨ 栄養素等表示基準値の対象年齢 (18 歳以上) および基準熱量 (2,200 kcal) に関する文言
- ⑩ 調理または保存の方法に関し特に注意を必要とするものは、その注意事項
- ⑪ 特定の対象者に対し、注意を必要とするものは、その注意事項

資料) 内閣府：食品表示基準、内閣府令第 10 号 (<http://law.e-gov.go.jp/announce/H27F10001000010.html>)

表 13-1 補給ができる旨の表示について遵守すべき基準値一覧表

| 栄養成分 | 高い旨の表示の基準値 | | 含む旨の表示の基準値 | | 強化された旨の表示の基準値 |
|----------------------|---|--------------|---|--------------|---|
| | 食品 100 g 当たり () 内は、一般に飲用に供する液状の食品 100 mL 当たりの場合 | 100 kcal 当たり | 食品 100 g 当たり () 内は、一般に飲用に供する液状の食品 100 mL 当たりの場合 | 100 kcal 当たり | 食品 100 g 当たり () 内は、一般に飲用に供する液状の食品 100 mL 当たりの場合 |
| たんぱく質 | 16.2 g (8.1 g) | 8.1 g | 8.1 g (4.1g) | 4.1 g | 8.1 g (4.1 g) |
| 食物繊維 | 6 g (3 g) | 3 g | 3 g (1.5g) | 1.5 g | 3 g (1.5 g) |
| 亜鉛 | 2.64 mg (1.32 mg) | 0.88 mg | 1.32 mg (0.66 mg) | 0.44 mg | 0.88 mg (0.88 mg) |
| カリウム | 840 mg (420 mg) | 280 mg | 420 mg (210 mg) | 140 mg | 280 mg (280 mg) |
| カルシウム | 204 mg (102 mg) | 68 mg | 102 mg (51 mg) | 34 mg | 68 mg (68 mg) |
| 鉄 | 2.04 mg (1.02 mg) | 0.68 mg | 1.02 mg (0.51 mg) | 0.34 mg | 0.68 mg (0.68 mg) |
| 銅 | 0.27 mg (0.14 mg) | 0.09 mg | 0.14 mg (0.07 mg) | 0.05 mg | 0.09 mg (0.09 mg) |
| マグネシウム | 96 mg (48 mg) | 32 mg | 48 mg (24 mg) | 16 mg | 32 mg (32 mg) |
| ナイアシン | 3.9 mg (1.95 mg) | 1.3 mg | 1.95 mg (0.98 mg) | 0.65 mg | 1.3 mg (1.3 mg) |
| パントテン酸 | 1.44 mg (0.72 mg) | 0.48 mg | 0.72 mg (0.36 mg) | 0.24 mg | 0.48 mg (0.48 mg) |
| ビオチン | 15 μg (7.5 μg) | 5 μg | 7.5 μg (3.8 μg) | 2.5 μg | 5 μg (5 μg) |
| ビタミン A | 231 μg (116 μg) | 77 μg | 116 μg (58 μg) | 39 μg | 77 μg (77 μg) |
| ビタミン B ₁ | 0.36 mg (0.18 mg) | 0.12 mg | 0.18 mg (0.09 mg) | 0.06 mg | 0.12 mg (0.12 mg) |
| ビタミン B ₂ | 0.42 mg (0.21 mg) | 0.14 mg | 0.21 mg (0.11 mg) | 0.07 mg | 0.14 mg (0.14 mg) |
| ビタミン B ₆ | 0.39 mg (0.20 mg) | 0.13 mg | 0.20 mg (0.10 mg) | 0.07 mg | 0.13 mg (0.13 mg) |
| ビタミン B ₁₂ | 0.72 μg (0.36 μg) | 0.24 μg | 0.36 μg (0.18 μg) | 0.12 μg | 0.24 μg (0.24 μg) |
| ビタミン C | 30 mg (15 mg) | 10 mg | 15 mg (7.5 mg) | 5 mg | 10 mg (10 mg) |
| ビタミン D | 1.65 μg (0.83 μg) | 0.55 μg | 0.83 μg (0.41 μg) | 0.28 μg | 0.55 μg (0.55 μg) |
| ビタミン E | 1.89 mg (0.95 mg) | 0.63 mg | 0.95 mg (0.47 mg) | 0.32 mg | 0.63 mg (0.63 mg) |
| ビタミン K | 45 μg (22.5 μg) | 30 μg | 22.5 μg (11.3 μg) | 7.5 μg | 15 μg (15 μg) |
| 葉酸 | 72 μg (36 μg) | 24 μg | 36 μg (18 μg) | 12 μg | 24 μg (24 μg) |

資料) 内閣府：食品表示基準 別表 12、内閣府令第 10 号 (http://www.caa.go.jp/foods/pdf/150320_kijyun.pdf)

表 13-2 適切な摂取ができる旨の表示について遵守すべき基準値一覧表

| 栄養成分 および熱量 | 含まない旨の表示の基準値 | 低い旨の表示の基準値 | 低減された旨の表示の基準値 |
|---------------|--|--|--|
| | 食品 100 g 当たり () 内は、一般に飲用に供 する液状の食品 100 mL 当た りの場合 | 食品 100 g 当たり () 内は、一般に飲用に供 する液状の食品 100 mL 当た りの場合 | 食品 100 g 当たり () 内は、一般に飲用に供 する液状の食品 100 mL 当た りの場合 |
| 熱量 | 5 kcal (5 kcal) | 40 kcal (20 kcal) | 40 kcal (20 kcal) |
| 脂質 | 0.5 g (0.5 g) ^{*1} | 3 g (1.5 g) | 3 g (1.5 g) |
| 飽和脂肪酸 | 0.1 g (0.1 g) | 1.5 g (0.75 g) ただし、当該食品の熱量のう ち飽和脂肪酸に由来するもの が当該食品の熱量の 10% 以 下であるものに限る | 1.5 g (0.75 g) |
| コレステロール | 5 mg (5 mg) ^{*2} ただし、飽和脂肪酸の量が 1.5 g (0.75 g) 未満であって 当該食品の熱量のうち飽和脂 肪酸に由来するものが当該食 品の熱量の 10% 未満のもの に限る | 20 mg (10 mg) ^{*2} ただし、飽和脂肪酸の量が 1.5 g (0.75 g) 以下であって 当該食品の熱量のうち飽和脂 肪酸に由来するものが当該食 品の熱量の 10% 以下のもの に限る | 20 mg (10 mg) ただし、飽和脂肪酸の量が当 該他の食品に比べて低減され た量が 1.5 g (0.75 g) 以上の ものに限る |
| 糖類 | 0.5 g (0.5 g) | 5 g (2.5 g) | 5 g (2.5 g) |
| ナトリウム | 5 mg (5 mg) | 120 mg (120 mg) | 120 mg (120 mg) |

*1 ドレッシングタイプ調味料（いわゆるノンオイルドレッシング）について、脂質の「含まない旨の表示」については「0.5 g」を、「3 g」とする。

*2 1 食分の量を 15 g 以下である旨を表示し、かつ、当該食品中の脂肪酸の量のうち飽和脂肪酸の量の占める割合が 15% 以下である場合、コレステロールにかかる含まない旨の表示および低い旨の表示のただし書きの規定は、適用しない。

資料) 内閣府：食品表示基準 別表 13、内閣府令第 10 号 (http://www.caa.go.jp/foods/pdf/150320_kijyun.pdf)

食品表示法の概要

食品表示法は、食品衛生法、JAS 法、健康増進法の 3 法から食品表示に関する規定を統合し、包括的で一元化した制度として創設された（図）。所管は消費者庁である。

目的は、消費者の安全性および自主的で合理的な食品選択の機会を確保することである。

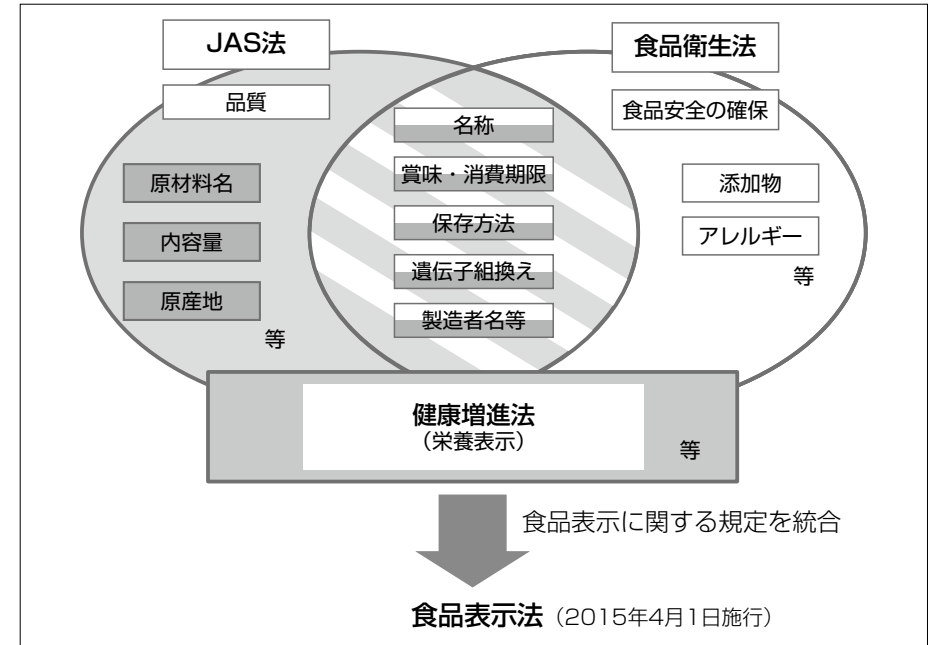


図 食品表示の全体像と食品表示法

<新たな表示への経過措置（猶予）期間>

加工食品および添加物の表示は、2020（平成 32）年 3 月 31 日まで、生鮮食品の表示は、2016（平成 28）年 9 月 30 日までに切り替えなければならない。

製造所固有記号の規定は 2016（平成 28）年 4 月 1 日から施行され、2020（平成 32）年 3 月 31 日までに切り替えなければならない。