

食品の表示について

近年、食品の製造・加工技術の進歩や輸入食品の増加などによって、多種多様な食品が出回るようになりましたが、私たちにとって必要な情報は、それぞれの食品の表示から読みとることができ、これらの表示が何を意味しているのかを理解した上で、食品を選択し購入することが大切です。

そこで、食品衛生法で定められている表示内容を中心に、食品表示の基本的な見方やその実例をあげて紹介します。

PART 1 食品表示の基本的な見方

1 この食品は何だろう？

名称（品名）からどんな食品であるか分かるよう表示されています。

2 使用した食品添加物や原材料は？

使用した食品添加物は通常、原材料名の欄に表示されています。

また、原材料は食品に占める重量の割合の多いものから順に表示されています。ここでは、遺伝子組換え食品やアレルギー物質についての情報も表示されています。

3 いつまでに食べたらいいのか？

日持ちの短い食品には「消費期限」が、それ以外の食品には「品質保持期限（賞味期限）」が表示されています。

これらは、表示された保存方法で「未開封」の状態において品質が保証された期限です。したがって、保存方法が守られていなかった場合や、開封後は期限より前に食品が傷むおそれがあります。

消費期限

表示された保存方法を守れば、細菌が繁殖したり、腐敗したりすることなく、衛生上の危害がない期限です。

品質保持期限（賞味期限）

表示された保存方法を守れば、食品の品質が保たれておいしく食べられる期限です。

4 食品の保存方法は？

保存方法の基準が定められている食品には、その基準を守るため保存方法が表示されています。また、基準が定められていない食品でも、品質を保つために必要な保存方法が表示されています。

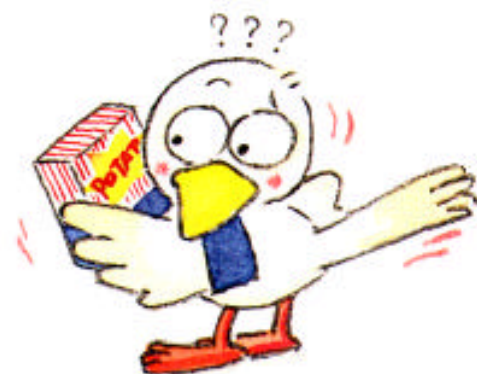
●保存基準のある食品と表示例

- 牛乳(常温保存可能品を除く)：保存温度10℃以下
- 冷凍食品：保存温度-15℃以下
- 即席めん類（油脂で処理したものに限り）：直射日光をさけて保存

5 どこで、だれによって作られたのか？

製造者などが分かるように、氏名及び製造所所在地（輸入品又は加工品にあっては輸入者、加工者の氏名及びその所在地）が表示されています。

品名：○○○○○○○
 原材料名：○○○○○
 品質保持期限：○○○
 保存方法：○○○○○
 製造者：○○○○○○○



PART 2 実例で見る食品表示

PART1では、食品表示の基本的な見方を見てきましたが、それ以外にも食品ごとに表示をする項目があります。ここでは、そのいくつかをご紹介します。

牛乳

成分無調整

○生乳を処理するときに、乳脂肪分を調整することなく、製造されたものをいいます。



種類別名称	牛乳
商品名	カナジン牛乳
無脂乳固形分	8.0%以上
乳脂肪分	3.2%以上
原材料名	生乳100%
殺菌	130℃ 2秒間
内容量	1000ml
品質保持期限	上部に記載
保存方法	10℃以下で保存してください。
開封後の取り扱い	開封後は、品質保持期限内にかかわらず、できるだけ早めにお飲みください。
製造所所在地	神奈川県〇市〇町1-1
製造者	〇〇乳業株式会社

○この成分の含有率などにより、「牛乳」「脱脂乳」などに分類されます。

○牛乳が製造されたときの殺菌条件が示されています。これとは別に、殺菌方法によっては「低温殺菌牛乳」もあります。

ソーセージ

○食肉製品の分類を示しています。これ以外に乾燥食肉製品、非加熱食肉製品、特定加熱食肉製品があります。

○「容器包装に入れた後加熱したもの(包装後加熱)」か、「加熱殺菌した後容器包装に入れたもの(加熱後包装)」かを示しています。



加熱食肉製品 (加熱後包装)

品名	ギョウソーゼージ(ウィンナー)
原材料名	豚肉、小麦でん粉、糖類(水あめ、ぶどう糖、砂糖)、食塩、香辛料、リン酸塩(Na)、調味料(アミノ酸)、酸化防止剤(ビタミンC)、発色剤(亜硝酸Na)
内容量	125g
品質保持期限	〇〇年〇月〇日
保存方法	10℃以下で保存してください。
製造者	〇〇株式会社 AB3 神奈川県〇市〇町〇-〇

○食品添加物です。



○この記号から製造者のどこの工場で作られたかが分かります。これを製造所固有記号といいます。その他に、販売者が製造を他社工場に委託した場合に表示する固有記号があります。記号は、ローマ字や数字、ひらがな、ががで表示されています。

販売者として表示されている場合の固有記号例	販売者 △△株式会社ABC 神奈川県△△市△町△-△
-----------------------	-------------------------------

生かき



名称	生かき(生食用)
消費期限	○年○月○日
保存方法	10℃以下で保存してください。
採取海域	○○県海域
加工者	○○水産株式会社 ○○県○○市○○町1-1

○「生食用」か、「加熱用」かを記載することになっています。
*「加熱用」と表記されているものを、決して「生食用」として食べないでください。

○生食用のものには、採取された海域が書かれています。

冷凍食品



(冷凍食品)

○名称のほか、冷凍食品である旨が表示されます。

名称	コロケ
原材料名	野菜(ばれいしょ(遺伝子組換えでない)、たまねぎ)、パン粉(小麦・乳・卵を含む)、食塩、香辛料、調味料(アミノ酸等)
内容量	300g(10個入り)
賞味期限	○年○月○日
保存方法	-18℃以下で保存のこと。
使用方法	枠外上部に記載
冷凍前加熱の有無	加熱してありません。
加熱調理の必要性	加熱してお召しあがりください。
原産国	アメリカ
輸入者	○○食品株 神奈川県○○市○○町1-1

○遺伝子組換えでない場合は、表示の義務はありませんが、このように明記する商品も出ています。

○アレルギー物質を含む食品です。

○枠外でも使用にあたって注意する事項が記載されています。(例)解凍方法、調理方法など

○冷凍食品には生食用冷凍鮮魚介類を除いて、冷凍前の状態や食べる時の加熱調理の必要性について表示されています。

● アレルギー物質を含む食品の表示

食物アレルギーを引き起こす食品のうち、表示する必要性の高い次の5品目については、それを含む旨の表示が義務付けられています。5品目以外にもアレルギーの原因になることがある19品目についても、同様に表示するよう推奨されています。

表示が義務付けられている5品目	卵、乳、小麦、そば、落花生
表示が推奨されている19品目	あわび、いか、いくら、えび、さけ、さば、かに、牛肉、豚肉、鶏肉、ゼラチン、大豆、まつたけ、やまいも、オレンジ、牧草、りんご、くるみ

● 遺伝子組換え食品の表示

現在、表示する必要がある食品は35品目です。なお、遺伝子組換え食品を使っている場合は「遺伝子組換え」、それを使っているかどうか分からない場合は「遺伝子組換え不分別」の旨の表示が義務付けられています。

農産物 5品目	大豆、とうもろこし、ばれいしょ、菜種、綿実
加工食品 30品目	豆腐、味噌、納豆、きな粉、コンナック菓子、ホップ・コン、コンスターチ、ホトナック菓子 など

PART 3 正しく分かりやすい食品表示のための取り組み

ここまで、食品表示の意味や見方などについて見てきましたが、正しく分かりやすく表示されていないければ、せっかくの表示制度も意味がありません。

そこで、国や自治体が行っている主な取り組みをご紹介します。

食品衛生監視員による監視

全国の自治体の食品衛生監視員が、食品製造施設や販売施設などに対して、表示点検を含めた監視指導を実施しています。特に毎年夏と年末には食品や添加物などの表示の一斉監視を実施しています。

消費者モニターによる監視

公正取引委員会から委嘱された消費者がモニターとなり、不当な表示（原産国、産地など）がされていないかをチェックしています。

食品表示ウォッチャーによる監視

食品の偽装表示が次々と発覚したことを受けて、食品表示の監視を強化するため、農林水産省や自治体から委嘱された消費者が食品表示ウォッチャーとしてチェックをしています。



相談窓口の新設

厚生労働省と農林水産省は、平成14年12月に消費者や事業者に分かりやすい、食品の表示に関する一元的な相談窓口を開設しました。

相談窓口は次の2か所です。

- 社団法人 日本食品衛生協会 食品安全情報相談室
03-3403-4127 (毎週月曜日)
- 独立行政法人 農林水産消費技術センター 表示指導第2課
048-600-2366 (毎週水曜日)

食品表示の見直し

食品の表示方法は、食品衛生法をはじめさまざまな法律により定められていますが、より分かりやすいものにするため、厚生労働省と農林水産省が共同で、表現の統一などの検討を進めています。

詳しいことを関係機関にきいてみよう！



食品表示に関連する法令

法律等の名称	表示の目的	神奈川県問い合わせ先 045-210-1111(代表)
食品衛生法	飲食による衛生上の危害の発生防止	生活衛生課または保健福祉事務所
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)	一般消費者の商品の選択に役立てる	農業振興課
不当景品類及び不当表示防止法	消費者保護のため、誤認を与えるような虚偽、誇大広告などの不当表示の排除	消費生活課
神奈川県消費生活条例	他法令による規制がない商品の内容等の適正表示	
健康増進法(旧栄養改善法)	栄養の改善など健康の保持増進に役立てる	地域保健課 または保健福祉事務所