

# 「栄養成分表示」が義務化されました

## 表示義務化の目的: 消費者の健康の保持・増進

- 食品の表示について定めた新しい法律「**食品表示法**」が平成 27 年 4 月 1 日から施行され、原則として**予め包装された一般消費者向けの全ての加工食品と添加物に栄養成分表示が義務化**されました。(省略対象除く)
- 経過措置期間(旧基準の表示方法が認められる期間)は、**令和 2 年 3 月 31 日まで**です。なお、旧基準と新基準の表示方法が**混在された表示は原則認められません**。

## 1. 表示方法(義務化栄養成分 5 項目とその単位)

- 当該食品の**販売される状態**における可食部分の 100g 若しくは 100ml または 1 食分、1 包装その他の 1 単位あたりの栄養分量及び熱量について、下記例の順番と単位で表示する必要があります。(順番は変えてはいけません。)
- 義務 5 項目以外の栄養成分を表示したい場合は、食品表示基準別表第 9 に定められている栄養成分と定められていない栄養成分では表示の仕方が異なります。  
食品表示基準別表第 9 に定められている栄養成分は食塩相当量の次に表示します。定められていない栄養成分は、定められた栄養成分と区分して表示しなければなりません。

例)

栄養成分表示	
[1 個 (●) 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
カルシウム	●mg
ポリフェノール	●mg

この数値は、日本食品標準成分表(第 7 訂)を参照にした推定値です。

必ず「栄養成分表示」と表示する

義務 5 項目

任意表示  
食品表示基準別表第 9 に定められている栄養成分

任意表示  
食品表示基準別表第 9 に定められていない栄養成分  
(区分して表示する。)

食品単位当たり

- ※熱量、たんぱく質、脂質、炭水化物は整数、食塩相当量は小数点第 1 位まで表示。  
(位を下げてかまわないが、位を下げる場合はその下の位を四捨五入して表示する。)
- ※ナトリウム塩を添加していない食品は「食塩相当量」を「ナトリウム 0mg (食塩相当量 Δg)」等に変えて表示してよい。
- ※食品単位を 1 食分と表示する場合は、1 食分の量(重量又は容量)を併記して表示する。例) [1 食(125g) 当たり]
- ※販売時と摂食時で重量に変化があるもの(粉末ジュース、粉末スープ等)においても、販売時の栄養成分の量及び熱量で表示すること。
- ※調理により栄養成分の量が変化するもの(米、乾めん、塩抜きをする塩蔵品等)は、販売時の栄養成分の量に加えて、標準的な調理方法と調理後の栄養成分の量を併記することが望ましい。
- ※セットで販売され、通常一緒に食される食品(即席めんなどにおける「めん、かやく、スープの素」、ハンバーグセットにおける「ハンバーグとソース」等)の表示については、セット合計の含有量を表示する。これに併せ個々の食品について含有量を表示することは可能。
- ※表示スペースの都合により横に並べて記載すること等も可能。枠を表示することが困難な場合には、枠を省略することができる。  
横に並べて表示する場合 栄養成分表示[1 個 (●) g 当たり]/熱量●kcal、たんぱく質●g、脂質●g (飽和脂肪酸●g)、炭水化物●g (糖質●g、食物繊維●g)、食塩相当量●g

## 2. 栄養成分値の求め方

○栄養成分の表示値を得る方法として、分析値（食品表示基準別表第9の第3欄に掲げる方法）、計算値、参照値、これらの併用値などがあり、結果として表示された含有量に合理的な根拠があれば、いずれの方法も可能であるとされています。

○分析値が許容差の範囲※に収まることが困難な場合（季節間差、個体差がある等）、合理的な推定により得られた値等、実際の値が示された値と一致しない可能性がある場合、栄養成分表示の近くに①「推定値」②「この表示値は、目安です」のいずれかの文言を含む表示をしてください。

ただし、栄養強調表示等（●●たっぷり、低▲▲等）には、この方法による表示は認められません。

※「サンプル分析による推定値」等、追記することは差し支えありません。

※行政機関等の求めに応じて表示値の設定根拠を説明できる資料を保管しておく必要があります。

※栄養成分表示を行なう値の誤差の許容範囲が定められています（食品表示基準別表第9）。熱量、たんぱく質、脂質、炭水化物、ナトリウム等の許容差範囲は±20%です。ただし、低含量の食品（熱量25kcal未滿、たんぱく質、脂質、炭水化物2.5g未滿、ナトリウム25mg未滿）の許容差範囲は別途基準が定められています。行政機関等が実際に分析して得られた値が表示している含有量の許容差の範囲を超えていた場合は不適正な表示となります。

※栄養成分表を用いた計算による方法については、日本標準食品成分表があれば事業者様でも実施可能です。

## 3. 栄養成分表示の留意点

表示場所	容器包装を開かないでも容易に見える場所。
文字の大きさ	原則8ポイント以上の大きさと記載する。（8ポイント大きさ見本） ただし、容器包装又は容器の表示面積がおおむね150cm <sup>2</sup> 以下の場合は5.5ポイント以上の大きさと記載しても良い。（5.5ポイント大きさ見本）

## 4. 栄養成分表示を省略等できるもの

○容器包装の表示可能面積がおおむね30cm<sup>2</sup>以下であるもの

○酒類

○栄養の供給源として寄与の程度が小さいもの（一部例外あり）

（社会通念上、1回の使用量が極めて少ないもの。例：香辛料、コーヒーなど。）

○極めて短い時間で原材料（その配合割合も含む）が変更されるもの

（日替わり弁当等3日以内に変更されるもの。サイクルメニューは除く。）

○消費税法第9条第1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。ただし当分の間、中小企業基本法第2条第5項に規定される小規模事業者が販売するものも省略できるものとする（一部例外あり）

○食品を製造し、又は加工した場所で販売する場合（一部例外あり）

※スーパーマーケット店内で惣菜やパンを製造し販売した場合。

※外食や持ち帰り弁当のような対面販売のもの。

○その他

※容器に入っていない食品、生鮮食品、業務用食品（一般消費者が購入可のものは対象）。

※食品関係事業者以外の販売者（バザーなどの反復性のない販売者）。

※不特定または多数の者に対して譲渡（販売除く）するもの。

### 問い合わせ先

食品表示法全般について：消費者庁食品表示企画課 03-3507-8800(代表)

栄養成分表示について：上五島保健所企画保健課 0959-42-1121

栄養成分表示等の個別具体的な相談は、表示に責任をもつ本社等の所在地を所管する保健所へお問い合わせください。