

知っておきたい、 食品の表示



消費者庁

Consumer Affairs Agency, Government of Japan

最近の食品表示に関するお知らせ

食品表示基準における変更点の御紹介

精米年月日表示の見直し

食品ロスの削減や、物流の合理化に伴う精米商品の安定配送の促進等のため玄米及び精米の表示について、「精米年月日」に加え精米年月旬(上旬 / 中旬 / 下旬)でも表示できるようになりました。

農産物漬物の内容量表示の見直し

計量法に基づく表示方法に統一しました。

生水牛乳に関する表示の変更

乳及び乳製品の成分規格等に関する省令の改正により、乳の範囲に生水牛乳が追加されたことから、食品表示基準の改正を行いました。

特別の注意を必要とする成分等を含む食品に関する表示

消費者の安全及び自主的かつ合理的な選択の機会を確保するため、特別の注意を必要とする成分等を含む食品(指定成分等含有食品)について、指定成分等含有食品である旨や事業者の連絡先等が表示されます。

新たな加工食品の原料原産地表示制度の開始(平成29年9月1日施行)

全ての加工食品(輸入品を除く。)に1番多く用いられている原材料の産地が表示されます。表示方法は「国別重量順表示」、「製造地表示」、「又は表示」又は「大括り表示」となります。

※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としています。

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)

任意表示について、使用した原材料に応じた表現で表示されることになります。「適切に分別生産流通管理をしている」旨の表示や「遺伝子組換えでない」旨の表示等が可能になります。

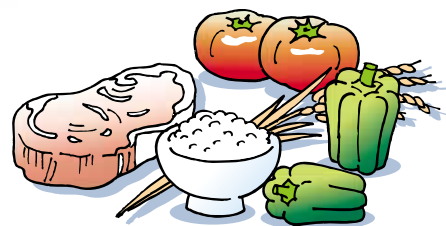
食品リコール(自主回収)情報の一元的公表(令和3年6月1日施行)

健康被害に関与する法律違反又は違反のおそれのある食品リコール(自主回収)に関する情報が一元的に公表されます。(届出の手續など含め詳細を検討中です。)

食品の表示制度について

食品の表示は、消費者が食品を購入するとき、食品の内容を正しく理解し、選択したり、摂取する際の安全性を確保したりする上で重要な情報源となっています。

万が一、事故が生じた場合には、その原因の究明や製品回収などの行政措置を迅速かつ的確に行うための手掛かりとなります。

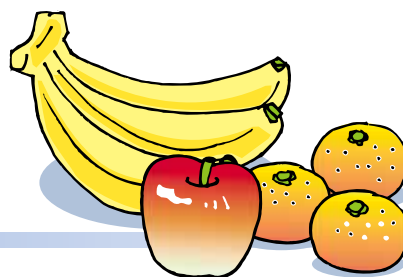


1. 生鮮食品の表示

消費者に販売されている全ての生鮮食品に、名称と原産地が表示されています。このほかに、個々の品目の特性に応じて、表示されている事項もあります。（食品表示基準第18条、第19条）



(1) 農産物



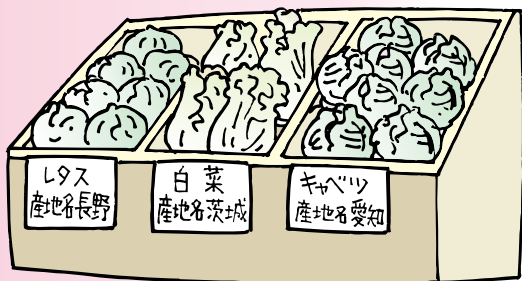
青果物の表示

キャベツ
愛知県産

キャベツやミカンなど一般的な名称が表示されています。

野菜や果物が生産された産地が表示されています。
国産品は都道府県名が、輸入品は原産国名が表示されています。
なお、市町村名やその他一般に知られている地名で表示されていることもあります。

※一般に知られている地名については下記のトピックス1を御覧ください。

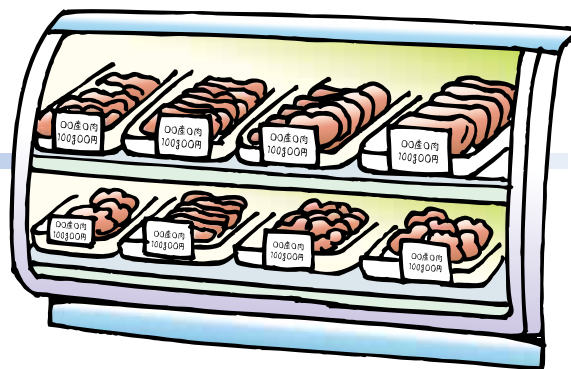


トピックス1 一般に知られている地名とは

国内であれば郡名（秩父郡や夕張郡など）、旧国名（信州や土佐など）、島名（屋久島や淡路島など）などが該当します。
外国であれば州名（カリフォルニア州など）、省名（山東省や福建省など）などが該当します。



(2) 畜産物



食肉の表示

1. 生鮮食品の表示

2. 加工食品の表示

3. 遺伝子組換え食品の表示

国産品は国産である旨が、輸入品は原産国名が表示されています。

なお、国産品には主たる飼養地がある都道府県名や市町村名、一般に知られている地名で表示されていることもあります。

※畜産物では、2か所以上にわたって飼養されている場合があり、こうした場合、一番長い期間飼養されていた場所を「主たる飼養地」といいます。

※一般に知られている地名については2ページを御覧ください。

(パック詰めされていないもの)

国産 豚ロース肉
100g ○○○円

牛肉や豚肉など一般的な名称で表示されています。また、部位（ロースなど）や用途（焼き肉用など）が併せて表示されていることがあります。

消費期限や保存方法が表示されています。

※期限表示については4ページを御覧ください。

(パック詰めされているもの)

● オーストラリア産 牛バラ肉（焼き肉用）
消費期限 2021.6.20（4℃以下で保存）
100g当たり(円) 価格(円)
● 内容量(g) 100g ○○
加工者 ○○スーパー株式会社
東京都千代田区○○○○-○-○

内容量がキログラム又はグラムで表示されています。

加工者の名称と加工所の所在地が表示されています。



トピックス2 生食用牛肉について

生食用の牛肉（内臓を除く。）には、個別の表示義務が定められており、容器包装に入れて販売されている生食用の牛肉には、「生食用」であることや「一般的に食肉の生食は、食中毒のリスクがあること」、「子供、高齢者、食中毒に対する抵抗力の弱い方は、食肉の生食を控えるべきこと」の注意喚起が表示されています。

また、容器包装に入れていない牛肉を生食用として販売している場合にも、店舗（飲食店など）の見やすい場所（表示ボード、メニュー、テーブル立てなど）に同様の注意喚起が表示されています。

卵の表示

鶏卵など一般的な名称で表示されています。

国産品は国産である旨が、輸入品は原産国名が表示されています。

なお、国産品には養鶏場がある都道府県名や市町村名、その他一般に知られている地名で表示されていることもあります。

※一般に知られている地名については2ページを御覧ください。

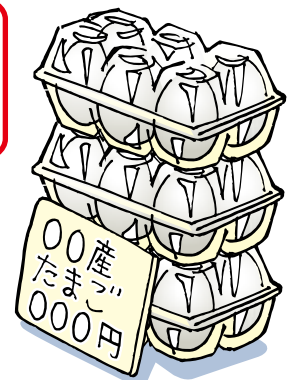
賞味期限と保存方法が表示されています。

※期限表示については下記のトピックス3を御覧ください。

(パック詰めされているもの)

- 名 称 鶏卵
- 原 産 地 国産
- 選別包装者 ○○養鶏場株式会社
○○県××市△△-□□
- 賞 味 期 限 2021.6.20
- 保 存 方 法 10℃以下で保存
- 使 用 方 法 生食の場合は賞味期限内に使用し、賞味期限経過後は十分加熱調理してください。

賞味期限を経過した後、飲食する際の注意事項などが表示されています。



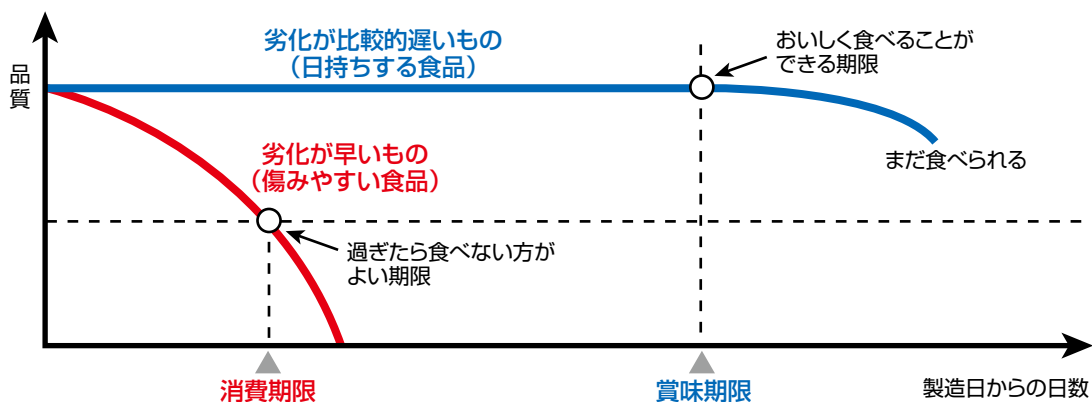
1. 生鮮食品の表示

2. 加工食品の表示

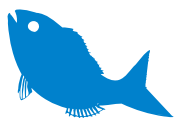
3. 遺伝子組換え食品の表示

トピックス3 期限表示について

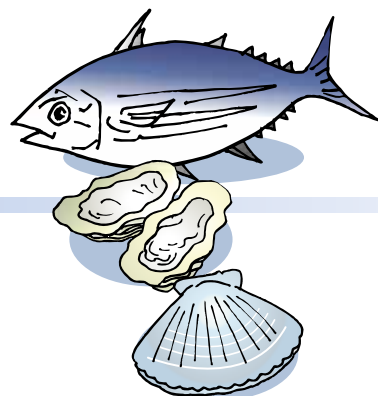
消費期限と賞味期限のイメージ



※消費期限や賞味期限は、未開封の状態で、保存方法に表示されている方法で保存した場合の期限ですので、開封後や決められた方法で保存していない場合には、期限が過ぎる前であっても品質が劣化していることがあります。



(3) 水産物



鮮魚の表示

国産品は、漁獲した水域名又は養殖場がある都道府県名が、輸入品は原産国名が表示されています。ただし、水域名表示が困難なものには、水揚げ港又はその港がある都道府県名が表示されています。なお、輸入品には、原産国名に水域名が併せて表示されていることもあります。

(パック詰めされていないもの)

ぶり
● 鹿児島県産 養殖 ●

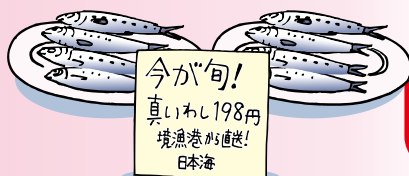
養殖されたものには「養殖」と、凍結させたものを解凍したものには「解凍」と表示されています。

(パック詰めされているもの)

● 韓国産 (北太平洋) ●
メバチマグロ (刺身用)
消費期限 2021.6.20 ●
保存方法 10℃以下で保存 ●
加工者 ○○スーパー株式会社 価格 (円)
東京都千代田区○○-△△ ○○○

解凍

魚種名など一般的な名称で表示されています。



今が旬!
真いわし198円
境漁港が直送!
日本海

加工者の名称と加工所の所在地が表示されています。

消費期限や保存方法が表示されています。
※期限表示については4ページを御覧ください。

生かきの表示

消費期限や保存方法が表示されています。
※期限表示については4ページを御覧ください。

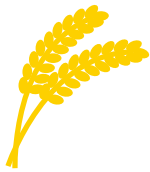
加工者の名称と加工所の所在地が表示されています。

(パック詰めされているもの)

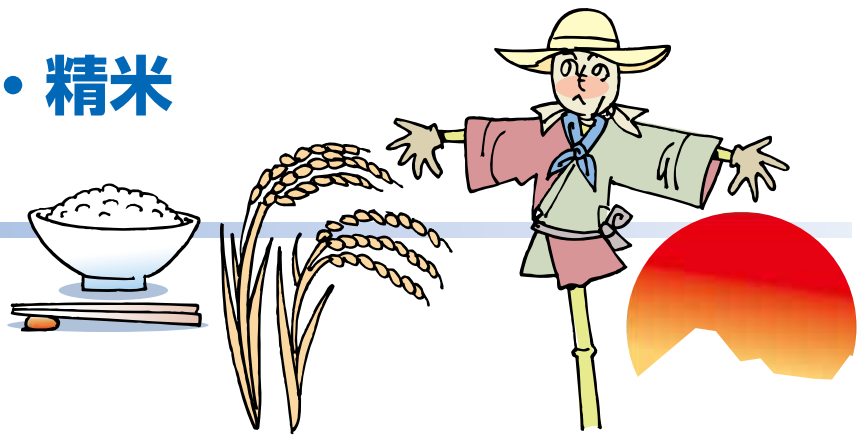
名 称 生かき (生食用) ●
採取水域 広島県海域広島湾 ●
消費期限 2021.6.20 ●
保存方法 10℃以下で保存してください。 ●
加工者 ○○水産株式会社
広島県○○市××-△△

かきなど一般的な名称で表示されています。
生食用には生食用である旨が表示されています。

生食用の生かきには採取された水域が表示されていますので、採取水域で原産地を確認することができます。
輸入品には原産国名が併記されています。



(4) 玄米・精米



玄米・精米の表示 (袋詰めされたもの)

精米、うるち精米、もち精米、玄米、胚芽精米の中から、その内容を表す名称が表示されています。

単一原料米の場合、検査証明を受けた原料玄米の産地、品種、産年が表示されています。

内容量がキログラム又はグラムで表示されています。

食品関連事業者のうち、表示内容に責任を有する者の名称、住所及び電話番号が表示されています。

単一原料米(産地、品種及び産年の証明を受けた原料玄米)の表示例

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	〇〇年産
内 容 量	〇〇kg		
精 米 時 期	〇〇年〇〇月〇旬 又は 〇〇年〇〇月〇〇日		
販 売 者	〇〇米穀株式会社 〇〇県〇〇市〇〇町〇-〇-〇 TEL 〇〇〇 (△△△) ××××		

精米は「精米時期」、玄米は「調製時期」が表示されています。また、輸入品でこれが不明なものは「輸入時期」が表示されています。なお、混合されたものは、これらのうち最も古い時期が表示されています。



トピックス4 単一原料米以外の原料玄米の表示

単一原料米以外の原料玄米の場合、産地と使用割合に加え、ブレンド米等である旨(複数原料米など)が表示されています。品種や産年については、農産物検査法による証明を受けた原料玄米が使用されている場合に、表示することができます。

また、検査証明を受けていない原料玄米の産地については、米トレーサビリティー法(※)第4条の規定に基づき伝達される都道府県名等を「△△県産(産地未検査)△割」と表示できます。

※米穀等の取引等に係る情報の記録及び産地情報の伝達に関する法律

2.加工食品の表示



消費者に販売されている加工食品のうち、パックや缶、袋などに包装されているものには、名称、原材料名、添加物、原料原産地名、内容量、賞味期限、保存方法、製造者等が表示されています。輸入品には原産国名や輸入者等も表示されています。

このほかに、個々の品目の特性により、表示されている事項もあります。

(食品表示基準第3条、第4条)

加工食品の表示 (国内で製造されたもの)

使用した原材料が表示されています。表示の見方については8ページを御覧ください。

その商品の内容を表す一般的な名称が表示されています。

添加物は、原材料名の欄に原材料名と明確に区分して表示されていることもあります。原材料名と添加物の見方については、8ページを御覧ください。

内容量はグラムやミリリットル、個数などの単位を明記して表示されています。

名 称	豆菓子
原 材 料 名	落花生(国産)、米粉、でん粉、植物油、 <u>しょうゆ(大豆・小麦を含む)</u> 、食塩、砂糖、香辛料
添 加 物	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、紅麹、カロチノイド)
内 容 量	100g
賞 味 期 限	2021.6.20
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	〇〇〇食品株式会社 +AK 東京都千代田区×××-△△△

①商品の表示に責任を持つ者の氏名又は法人名とその住所が表示されています。

②業者名の横に「+」を冠して表示されているアルファベット等の記号は、製造所固有記号といい、製造者等が実際に食品を製造した製造所を表す固有の記号として、消費者庁長官に届け出たものです(※)。

※原則は、製造所の所在地及び製造者の名称を表示することとなっていますが、例外として、この記号によって表示することも可能となっています。記号によって表示される場合については下欄を御覧ください。

賞味期限や保存方法が表示されています。

※期限表示については4ページを御覧ください。

トピックス5 製造所固有記号で表示される場合

製造所固有記号は、原則として、同一製品を2以上の製造所で製造する場合に使用することが可能です。

なお、この場合は、併せて次のいずれかが表示されます。①製造所に関する情報提供を求められたときに回答する者の連絡先、②製造所の所在地及び製造者の氏名又は名称を表示したウェブサイトのアドレス等、③製品の製造を行っている全ての製造所の所在地又は製造者の氏名若しくは名称及び製造所固有記号

トピックス6 原材料名と添加物の見方

食品表示基準では、①「原材料名」と「添加物」をそれぞれ事項名を設けて表示するか、②原材料名欄に原材料と添加物を明確に区分して表示されています。

①「原材料名」と「添加物」をそれぞれ事項名を設けて表示

原材料名	いちご、砂糖
添加物	ゲル化剤（ペクチン）、酸化防止剤（ビタミンC）

②原材料名欄に原材料と添加物を区分して表示

区分する方法としては、スラッシュなどの記号の使用や改行する方法等が考えられます。

例 1)スラッシュで区分して表示する方法

原材料名	いちご、砂糖／ゲル化剤（ペクチン）、酸化防止剤（ビタミンC）
------	--------------------------------

例 2)改行して表示する方法

原材料名	いちご、砂糖 ゲル化剤（ペクチン）、酸化防止剤（ビタミンC）
------	-----------------------------------

例 3)別欄に表示する方法

原材料名	いちご、砂糖
	ゲル化剤（ペクチン）、酸化防止剤（ビタミンC）

原材料は、最も一般的な名称で、使用した重量の割合の高い順に表示されています。

添加物は、使用した重量の割合の高い順に表示されており、その表示方法は大きく次の3つに分類されています。

●物質名(その物質名を表示する。)

※物質名は、定められた簡略名(例：塩化カルシウム→塩化 Ca)や、類別名(例：香辛料抽出物→香辛料、スパイス)による表示も認められています。

●用途名(使用の目的・用途を併せて表示する。)

例：甘味料(キシリトール)、着色料(β-カロテン)、保存料(ソルビン酸)等

●一括名(同様の機能・効果を有するものを一括名で表示する。)

例：香料、酸味料、pH 調整剤、乳化剤等

原材料や添加物の中にアレルギーを含む食品（7ページの表示例の中に赤字で表示されている食品）が使用されている場合には、その旨が表示されています。なお、このアレルギーを含む食品の表示に関する詳細については、12 ページを御覧ください。

なお、食品添加物は国で使用を認めたものだけが使用されています。

添加物に関して、保存料無添加、着色料不使用と表示された商品を購入する際には、一括表示欄の添加物の表示内容も併せて御確認ください。

トピックス7 特別の注意を必要とする成分又は物を含有する食品（指定成分等含有食品）について

食品衛生上の危害の発生を防止する見地から、特別の注意を必要とする成分等が含まれている食品には、個別の表示義務が定められており、商品には「指定成分等含有食品」であることや、喫食して体調に異変を感じた際の「食品関連事業者の連絡先」等が表示されています。

商品を購入する際には表示内容をよく確認し、喫食して体調に異変を感じた際には、速やかに摂取を中止して医師に相談するとともに、表示されている連絡先に連絡してください。

<表示例>

名 称	●●●●●
原材料名	乳糖（国内製造）、プエラリア・ミリフィカ粉末
添 加 物	加工デンプン（小麦由来）、グリセリン脂肪酸エステル（大豆由来）、セルロース、V.B ₂ 、V.C
内 容 量	20g
賞味期限	〇〇〇〇.〇〇.〇〇
保存方法	直射日光、高温多湿を避けて保存指定ください。
販 売 者	株式会社〇〇 東京都千代田区〇-〇-〇 03-〇〇〇〇-〇〇〇〇
製 造 所	株式会社△△△ 東京都千代田区△-△-△

※特別の注意を必要とする成分又は物として指定された成分等

コレウス・フォルスコリー、ドオウレン、プエラリア・ミリフィカ、ブラックコホシュ

●ポイント

喫食して体調に異変を感じた際には、速やかに摂取を中止し、医師に相談するとともに、表示されている連絡先に連絡してください。
(一括表示の枠外に記載されている場合もあります)

●ポイント

指定成分等含有食品である旨と特別の注意が必要な成分又は物が表示されています。

指定成分等含有食品(プエラリア・ミリフィカ)

指定成分等とは、食品衛生上の危害の発生を防止する見地から特別の注意を必要とする成分又は物です。

体調に異変を感じた際には、速やかに摂取を中止し、医師に相談してください。
加えて、体調に異変を感じた旨を表示された連絡先に連絡してください。

原料原産地名の表示 (国内で製造されたもの)

1番多い原材料が生鮮食品の場合は、その産地が表示されています。2か国以上の産地の原材料を使用している場合は、使用割合が高い順に国名が表示されています。

1番多い原材料が加工食品の場合は、原則としてその製造地が「〇〇製造」と表示されます。ただし、1番多い原材料(加工食品)に使われた1番多い生鮮食品の産地が分かっている場合には「〇〇製造」の代わりに、その生鮮食品の産地が表示されることもあります。

「アメリカ産又は国産」の意味
「アメリカ産」と「国産」以外の国の原材料は使用されていません。過去の使用実績等では「アメリカ産」の方が「国産」よりも多く使用されていることを示しています。

(輸入)の意味
3か国以上の外国の産地の原材料が使用されています。国産の原材料は使用されていません。

原産国名の表示 (輸入されたもの)

輸入された加工食品には、名称や原材料名等の事項のほかに、原産国名が表示されています。原産国名は、そのまま販売可能な形態で輸入される商品のほか、国内で小袋に包装し直して販売される商品等にも表示されています。

国内で製造された加工食品には原料原産地名が表示されています。

○産地が表示されるもの

全ての加工食品*の1番多い原材料

※外食、容器包装に入れずに販売する場合、作ったその場で販売する場合及び輸入品は対象外です。

○表示方法

「国別重量順表示」、「又は表示」、「大括り表示」

○国別重量順の表示(原則表示)

産地が表示されます。

◆1番多い原材料が生鮮食品であるもの

名 称 ウィンナーソーセージ

原材料名 豚肉(アメリカ産、国産)、豚脂肪、・・・

製造地が表示されます。

◆1番多い原材料が加工食品であるもの

名 称 チョコレートケーキ

原材料名 チョコレート(ベルギー製造)、小麦粉、・・・

(ベルギー製造)の意味

チョコレートがベルギーで作られたことを意味します。
ベルギー産の力カオ豆を使用しているという意味ではありません。

○国別重量順表示が難しい場合の表示

(1)「又は表示」

名 称 ウィンナーソーセージ

原材料名 豚肉(アメリカ産又は国産)、豚脂肪、・・・

※豚肉の産地は、〇〇年の使用実績順

(2)「大括り表示」

名 称 ウィンナーソーセージ

原材料名 豚肉(輸入)、豚脂肪、たん白加水分解物、・・・

種 類 別 ナチュラルチーズ

原 材 料 名 乳、食塩

原料乳の種類 めん羊

内 容 量 125g

賞 味 期 限 2021.6.20

保 存 方 法 要冷蔵(10℃以下)

原 産 国 名 ニュージーランド

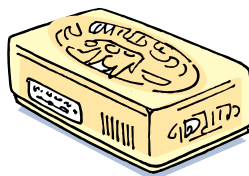
輸 入 者 〇〇食品株式会社

神奈川県横浜市中区〇〇町〇ー〇

飲食に供する際に加熱が必要なものには「種類別 ナチュラルチーズ」の次に加熱が必要な旨が表示されています。

輸入品には輸入者が表示されています。国内で小袋に包装し直した商品は、包装し直した者が加工者として表示されています。

栄養成分表示



○栄養成分表示とは

容器包装に入れられた加工食品及び添加物には、食品に含まれる栄養成分に関する情報を明らかにし、消費者に適切な食生活を実践していただくために、栄養成分表示が表示されています。また、食品に含まれている栄養成分及び熱量だけではなく、その表示が一定の栄養成分及び熱量を強調する場合には、含有量が一定の基準を満たすことが必要です。なお、水や香辛料などの栄養の供給源としての寄与が小さい食品や小規模の事業者が販売した食品などは、栄養成分表示が省略されていることがあります。

○表示の方法

熱量(エネルギー)、たんぱく質、脂質、炭水化物、ナトリウムの順で表示されています。ただし、ナトリウムについては食塩相当量で表示されています。また、表示が推奨されている栄養成分や任意で表示される栄養成分についても表示されています。

○表示事項

- ◆ 表示が義務付けられている栄養成分
熱量、たんぱく質、脂質、炭水化物、ナトリウム(食塩相当量で表示)
- ◆ 表示が推奨されている栄養成分
飽和脂肪酸、食物繊維
- ◆ 任意で表示されている栄養成分
ミネラル(亜鉛、カリウム、カルシウムなど)、ビタミン(ビタミンA、ビタミンB₁、ビタミンCなど)など

○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使われています。

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(※1)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食品を表示	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(※3)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食品を表示
表現例	- 高○○ ○○豊富	○○源 ○○供給 ○○含有	○○30%アップ ○○2倍	- 無○○ ○○ゼロ - ノン○○	- 低○○ ○○控えめ ○○ライト	○○30%カット ○○gオフ ○○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、ビオチン、ビタミンA、B ₁ 、B ₂ 、B ₆ 、B ₁₂ 、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

	糖類を添加していない旨の表示	ナトリウム塩を添加していない旨の表示
基準	- いかなる糖類も添加していない - 糖類に代わる原材料又は添加物を使用していない - 糖類含有量が原材料及び添加物の量を超えない - 糖類の含有量を表示する	- いかなるナトリウム塩も添加していない - ナトリウム塩に代わる原材料又は添加物を添加していない
表現例	- 糖類無添加 - 砂糖不使用	食塩無添加

【表示例(牛乳)】

栄養成分表示 1本(200ml)当たり	
熱量	140kcal
たんぱく質	7g
脂質	8g
炭水化物	10g
食塩相当量	0.2g
カルシウム	227mg

ナトリウム塩が添加されていない食品には、ナトリウムの量が表示されていることがあります。

【表示例】 ナトリウム 85mg
(食塩相当量 0.2g)
(参考・食塩相当量の計算式)
ナトリウム(mg) × 2.54 ÷ 1000 ÷ 食塩相当量(g)

表示が義務付けられている栄養成分以外の成分が表示されていることがあります。

機能性が表示
されている食品

○機能性が表示されている食品

◆特定保健用食品(トクホ)

健康の維持増進に役立つことが科学的根拠に基づいて認められ、「コレステロールの吸収をおだやかにする」などの表示が許可されている食品です。表示されている効果や安全性については国が審査を行い、食品ごとに消費者庁長官が許可しています。製品には、許可マークと許可表示が表示されています。



◆栄養機能食品

1日に必要な栄養成分(ビタミン、ミネラルなど)が不足しがちな場合、その補給・補完のために利用できる食品です。既に科学的根拠が確認された栄養成分を一定の基準量含む食品であれば、特に届出などをしなくても、国が定めた表現によって当該栄養成分の機能を表示することができます。製品には、「栄養機能食品(〇〇)」が表示されています(〇〇は、「亜鉛」、「ビタミンA」、「ビタミンB₁」、「ビタミンB₂」等の栄養成分の名称。)

◆機能性表示食品

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です。販売前に安全性及び機能性の根拠に関する情報などが消費者庁長官へ届け出られたものです。ただし、特定保健用食品とは異なり、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。製品には、「届出番号」が表示されています。届け出られた情報は、データベースから閲覧いただけます。



届出情報検索は、
こちら→

<https://www.fld.caa.go.jp/caaks/cssc01/>

表示例
(特定保健用食品)

特定保健用食品は、きちんと食事をした上で適切に摂取してください。バランスのよい食生活の大切さを知っていただくための表示です。※

機能性の表示及び機能性に関与する成分名が表示されています。※

摂取する際には、1日当たりの摂取目安量や注意事項をよく確認してからお召し上がりください。※

※ 機能性表示食品や栄養機能食品にも表示されています。

〇〇〇 (特定保健用食品)

●「食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。」

名 称 緑茶(清涼飲料水)
原材料名 緑茶(国産)、〇〇/△△
内 容 量 500ml
賞味期限 2021.6.20
保存方法 直射日光を避けて保存
製 造 者 株式会社〇〇
東京都△△区□□▲▲-■

●〈許可表示〉
〇〇〇には、△△が含まれているため、便通を改善します。

●〈一日当たりの摂取目安量〉
一日当たり2本を目安にお召し上がりください。

●〈摂取する上での注意事項〉
本品は、多量摂取することにより疾病が治癒したり、より健康が増進するものでもありません。一日の摂取目安量を守ってください。

栄養成分表示	
1本 (500ml) 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	〇.〇g
関与成分	〇g

アレルギーを含む 食品の原材料表示 について

○食物アレルギーとは

食物を摂取した際、食物に含まれる原因物質（アレルギー：主としてたんぱく質）を異物として認識し、身体が過敏な反応を起こすことです。主な症状としては、じん麻疹・紅斑などの皮膚症状、下痢・嘔吐・腹痛などの消化器症状、鼻・眼粘膜症状、咳・呼吸困難などの呼吸器症状などがあります。食中毒や食物そのものによる作用（乳糖不耐症など）は除きます。

食物を摂取した後、急速に複数臓器にこれらのアレルギー症状が出ることをアナフィラキシーと呼び、血圧低下や意識障害を伴う場合は、アナフィラキシーショックといわれ、対応が遅れると命に関わることもあります。

○何のための表示なのか

近年、乳幼児から成人に至るまで、特定の食物が原因でアレルギー症状を起こす人が増え、重篤なアナフィラキシーショックを起こす人も年々増加しています。

そこで、食品による健康被害を防止するため、平成 14 年 4 月から、容器包装された加工食品にはアレルギーを表示することになりました。

この表示の目的は、アレルギーに関する情報を表示することで、アレルギーの含まれる食品を避け、食べても大丈夫な食品を選ぶことにあります。

○表示されるアレルギー（特定原材料等について）

必ず表示される7品目（特定原材料）	えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生（ピーナッツ）
表示が勧められている21品目 （特定原材料に準ずるもの）	アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン

◆表示されるアレルギーは、食物アレルギーの実態に応じて見直されることがあります。

◆上記の28品目の表記以外にも、「卵」→『玉子』のように、表示方法は異なりますが特定原材料と同じものであることが理解できる表示を代替表記として認めています。

◆可能性表示（「入っているかもしれない」等の表示）は禁止されています。

◆食物アレルギーでは、極微量でも発症する場合があることから、加工食品 1 kg に対して数 mg 以上含まれる場合、表示されます。

◆対面販売で量り売りされる食品は、アレルギーの表示の義務はありませんが、健康被害防止のため情報提供を行うよう、自主的な取組が促されています。



アレルギーを含む 食品の原材料表示 の表示例

個別で表示される 場合

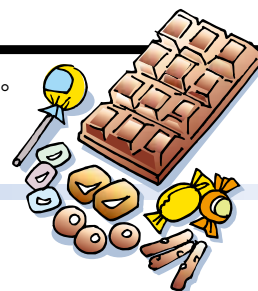
個々の原材料や添加物ごとに、アレルギーを表示する方法です。(～を含む)等と表示されます。どの原材料に何のアレルギーが含まれているかが分かります。

名 称：洋菓子

原材料名：小麦粉(国内製造)、砂糖、植物油脂(大豆を含む)、鶏卵、アーモンド、バター、異性化液糖、脱脂粉乳、洋酒、でん粉

添 加 物：ソルビトール、膨張剤、香料、乳化剤(大豆由来)、着色料(カラメル、カロテン)、酸化防止剤(ビタミンE、ビタミンC)

アレルギーは添加物にも表示されます。



一括で表示される 場合

加工食品に使われているアレルギーを、原材料名等の最後にまとめて表示する方法です。どの原材料にどのアレルギーが使われているかは分かりませんので、詳しく知りたい時は、製造者・販売者などに問い合わせてください。

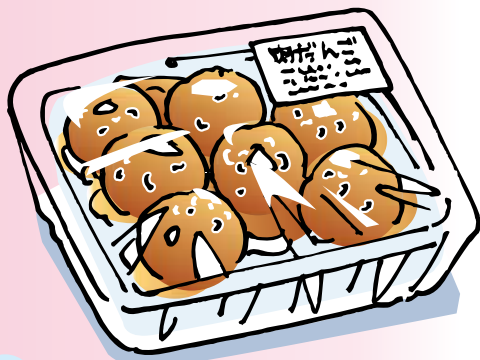
名 称：洋菓子

原材料名：小麦粉(国内製造)、砂糖、植物油脂、鶏卵、アーモンド、バター、異性化液糖、脱脂粉乳、洋酒、でん粉、(一部に小麦・大豆・卵・アーモンド・乳成分を含む)

添 加 物：ソルビトール、膨張剤、香料、乳化剤、着色料(カラメル、カロテン)、酸化防止剤(ビタミンE、ビタミンC)、(一部に大豆を含む)

アレルギーの 表示は省略される 場合もあります。

同じアレルギー名が何度も出てくる場合は、二度目以降は省略されることもあります。



■省略しない表示例

名 称：肉だんご

原材料名：豚肉(国産)、ゼラチン、食塩、砂糖、しょうゆ(大豆・小麦を含む)、香辛料(小麦を含む)、酵母エキス

添 加 物：調味料(アミノ酸等)

■省略した表示例

名 称：肉だんご

原材料名：豚肉(国産)、ゼラチン、食塩、砂糖、しょうゆ(大豆・小麦を含む)、香辛料、酵母エキス

添 加 物：調味料(アミノ酸等)

香辛料にも小麦が含まれていますが、しょうゆに「小麦」と表示しているので、香辛料の小麦は省略されています。

※下線部は、アレルギーに関するもの

3.遺伝子組換え食品の表示



遺伝子組換え食品

遺伝子組換え食品は、安全性が確認された農産物又はこれらを主な原材料とする加工食品のうち、下表に示した食品について、「遺伝子組換え食品」である場合には、その旨を表示することが義務付けられています。

(食品表示基準第3条、第18条)

遺伝子組換え表示の対象となる農産物及びその加工食品

義務表示の対象となる食品

【農産物8作物】

大豆（枝豆、大豆もやしを含む。）、とうもろこし、ばれいしょ、なたね、綿実、アルファルファ、てん菜、パパイヤ

【加工食品 33食品群】

1 豆腐・油揚げ類	12 大豆粉を主な原材料とするもの	24 16から20までに掲げるものを主な原材料とするもの
2 凍り豆腐、おから及びゆば	13 大豆たんぱくを主な原材料とするもの	25 ポテトスナック菓子
3 納豆	14 枝豆を主な原材料とするもの	26 乾燥ばれいしょ
4 豆乳類	15 大豆もやしを主な原材料とするもの	27 冷凍ばれいしょ
5 みそ	16 コーンスナック菓子	28 ばれいしょでん粉
6 大豆煮豆	17 コーンスターチ	29 調理用のばれいしょを主な原材料とするもの
7 大豆缶詰及び大豆瓶詰	18 ポップコーン	30 25から28までに掲げるものを主な原材料とするもの
8 きなこ	19 冷凍とうもろこし	31 アルファルファを主な原材料とするもの
9 大豆いり豆	20 とうもろこし缶詰及びとうもろこし瓶詰	32 調理用のてん菜を主な原材料とするもの
10 1から9までに掲げるものを主な原材料とするもの	21 コーンフラワーを主な原材料とするもの	33 パパイヤ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	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主な原材料とするもの	

※加工食品については、その主な原材料（原材料に占める重量の割合が上位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）について表示が義務付けられています。

表示方法

◆従来のものと組成、栄養価等が同等のもの（除草剤の影響を受けないようにした大豆、害虫に強いとうもろこしなど）

(1) 農産物及びこれを原材料とする加工食品であって、加工後も組み換えられたDNA又はこれによって生じたたんぱく質が検出可能とされているもの（上表に掲げる8作物及び33食品群）

ア 遺伝子組換え農産物を原材料とする場合（※）	★★★★★	「大豆(遺伝子組換え)」等	義務表示
イ 遺伝子組換え農産物と非遺伝子組換え農産物が分けて管理されていない農産物を原材料とする場合	★☆☆☆☆	「大豆(遺伝子組換え不分別)」等	
ウ 遺伝子組換えでない農産物を原材料とする場合（※）	○○○○○	「大豆(遺伝子組換えでない)」等	任意表示

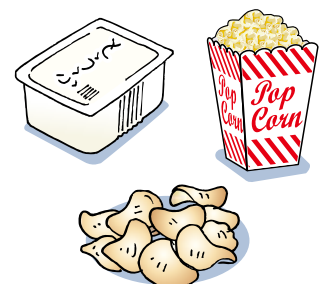
(※) 分別生産流通管理（IP管理）したものに限る。分別生産流通管理とは、遺伝子組換え農産物と遺伝子組換えでない農産物を、農場から食品製造業者まで生産、流通及び加工の各段階で相互に混入が起らないよう管理し、そのことが書類等により証明されていることをいう。

(2) 組み換えられたDNA及びこれによって生じたたんぱく質が、加工後に検出できない加工食品（大豆油、しょうゆ、コーン油、異性化液糖等）

「大豆(遺伝子組換え不分別)」等 「大豆(遺伝子組換えでない)」等	任意表示
--------------------------------------	------

◆従来のものと組成、栄養価等が著しく異なるもの(高オレイン酸大豆 等)

「大豆(高オレイン酸遺伝子組換え)」等	義務表示
---------------------	------



食品に
ついても

危ない、おかしいと思ったら、こちら。



い や や
1 8 8
消費者ホットライン

電話番号3桁を押してください。
地方公共団体が設置している身
近な消費生活センターや消費生
活相談窓口を御案内いたします。



消費者ホットライン188 イメージキャラクター『イヤヤン』

食品表示についてのお問い合わせ

食品表示に関する疑問点、御相談などありましたら、下記までお問い合わせください。



食品表示企画課

食品表示法に基づく食品表示に関する相談を受け付けています。

ウェブサイト <https://form.caa.go.jp/input.php?select=1075>

表示対策課 食品表示対策室

食品表示法に基づく食品表示に関する違反情報を受け付けています。

〒100-8958 千代田区霞が関3-1-1 中央合同庁舎第4号館

TEL: 03-3507-8800(代)



食品表示に関する
お問い合わせ受付フォーム

〈令和2年11月版〉

禁無断転載