

給食施設における栄養情報提供ガイド（2022年）

公益社団法人 日本給食サービス協会

一般社団法人 日本給食経営管理学会

本ガイド発刊によせて

「給食施設における栄養情報提供ガイド」は、公益社団法人日本給食サービス協会と一般社団法人日本給食経営管理学会の産学連携事業の取り組みの一つとして作成しています。日本食品標準成分表の改訂や日本人の食事摂取基準の改訂に合わせて見直しをすることで、常に新しい情報を盛り込み、成分表や食事摂取基準を適切に活用することの手助けとなり、給食提供にかかわる情報提供の質の向上に寄与してきたものと思っています。

今回は、日本食品標準成分表八訂に合わせて見直しを行いました。今回の成分表の改訂はたんぱく質、脂質、炭水化物が組成による成分値となったことで、エネルギー値も大きく変わりました。しかし、まだ変わりきっていないことや、中食・外食の成分値の表示の根拠となる食品表示法が従来測定方法を用いていることから、現実的には七訂と八訂が混在し、情報が提供されています。この点が、給食利用者の方々への説明を困難にしています。これらの課題に対して、どのような考え方やどのような計算方法を取ったらよいのかについて、日本給食経営管理学会では研修会を繰り返し開催し、議論しながら会員の理解を深めてきました。本ガイドでは、研修会の成果を含め、今できる対応方法をまとめています。

本ガイドは活用しながら、より良いものにしていくという考え方で取り組んできています。今回も未完成な部分も含めて、今できる限りの改訂を行いました。また日本給食サービス協会会員企業の皆様にもご協力いただき、アンケートなどで実際に困っていること、疑問に思うことの情報いただき、Q&Aを充実させました。

今後も両団体の産学連携委員会を中心に研究しながら、よりよいものに改訂していきたいと考えています。

多くの事業所給食の場、または管理栄養士・栄養士養成の場で本ガイドをご活用いただき、給食を利用されるお客様に信頼いただける情報を発信できることを期待しております。活用した中で、疑問に思われたり、分りにくい点等については、是非、ご意見をお寄せいただければ幸いです。

2022年9月

公益社団法人 日本給食サービス協会 会長
西脇 司（日本ゼネラルフード（株） 代表取締役社長）
一般社団法人 日本給食経営管理学会 理事長
赤尾 正（大阪樟蔭女子大学 准教授）

目次

I. はじめに 一本ガイドの活用にあたってー1
II. 給食を介した情報提供(表示を含む)の基本的な考え方2
1. 給食を介して提供される情報とは2
1) 栄養情報に関する基本的な考え方2
2) 販促情報に関する基本的な考え方3
3) 情報提供に関する基本姿勢4
2. 食品・食事と医薬品の違い4
3. 食事・給食の特徴5
III. 栄養成分表示のための栄養計算の考え方6
1. 健康増進法における栄養管理の基準と食品成分表6
2. 栄養計算の基本的な考え方7
1) 料理の栄養計算7
2) 料理を組み合わせたセット食の栄養計算7
3) 調理による成分の変動の考慮について7
4) 食品成分表八訂を用いた栄養計算方法8
3. 数値の表示方法9
4. 参考資料10
IV. 給食を介した情報提供(表示を含む)のために理解しておきたい食品の 表示・広告に関する主な法律・規則11
1. 食品表示法11
1) 食品表示法の概要11
2) 食品表示基準の適用について11

3) 栄養表示に関する栄養表示基準から食品表示基準への主な変更点12
2. 健康増進法14
V. 給食を介した情報提供の留意点16
1. 基本的な考え方16
1) はじめに16
2) 可能な機能性表示の範囲17
3) 医薬品的な効果効能の標ぼうの禁止19
4) 科学的根拠に基づき説明されていない機能性に関する表現19
2. 給食を介した情報提供の基準の考え方20
1) 栄養素の働きを強調する場合の考え方20
2) 基準の考え方の例20
3) 食事・料理における保健機能成分の考え方26
4) 給食を介した情報提供のための表示の作り方例27
5) 給食を介した情報提供のための表示のチェック例31
6) 給食を介した情報提供のための表示の作り方例で活用した資料一覧48
7) 栄養成分表示の英語表記について49
VI. 適正表示に関する Q&A50
1. 適正表示に関する Q&A50
2. 八訂成分表に関する Q&A52
資料 1: 栄養情報を提供する際の留意点58
資料 2: 医薬品的な標ぼうをしているとみなされる表現例61

I. はじめに ー本ガイドの活用にあたってー

給食受託企業が受託する各給食施設では、利用者に合わせて様々な健康・栄養に関する情報提供を行っています。様々な食品を組み合わせて調理したものを料理とし、またその料理を組み合わせて食事としている「給食」は、健康食品やサプリメントとは異なり、食品表示法の規制の対象とはなっていません。しかし、継続的に利用される食事であるがゆえに、利用者の栄養摂取への寄与や栄養状態への影響を考え、

「給食事業者として疾病の治療や予防が期待できるような含有成分の効果や効能を表現することは適切でなく、健康増進法や食品表示法等の考え方に準拠し、根拠に基づいた表現にとどめる」

ということを基本姿勢としました。

また、「給食」そのものは食品表示法の規制の対象ではありませんが、ポップ、リーフレット、パンフレット、ポスター、広告等は、景品表示法や健康増進法の対象となります。それゆえ、これら媒体での情報提供に虚偽がある場合は、処罰の対象となります。

情報提供を考える際には、栄養的な特徴や保健機能の特徴を短い文言で分かりやすく伝えようとすることで、表現に偽りが生じる可能性、提供した情報を受け取ったお客様の誤った解釈を誘導する可能性を認識しておく必要があります。また、保健の目的が期待できることの表示の範囲を正しく理解しておくことが大切です。

本ガイドは、給食受託企業の社会的な責任を踏まえ上記に示した基本姿勢をとる理由、虚偽あるいは誤った解釈を誘導しないよう、どのような表現がよいか等について事例を含め整理しました。

従って、本ガイドは以下のように活用されることを期待しています。

1) 本ガイドの適用範囲

給食施設において食事提供とともに提供されるポップ、リーフレット、パンフレット、ポスター等の媒体による健康・栄養情報。なお、事業所給食施設での健康・栄養情報の提供に際しての活用としました。栄養情報を提供する対象者として、医学的管理を必要とする人、すなわち特定の栄養素の摂取制限等が必要な人は含みません。

2) 本ガイド使用の対象者

①給食受託企業に勤務する管理栄養士・栄養士

栄養表示や栄養・健康情報提供にかかわる現在の業務をよりよくするために、給食施設での栄養情報提供に関わるであろう、制度や法律、規則等の理解に活用して下さい。

②給食受託企業の表示や情報提供を統括する部署

お客様への栄養表示や栄養・健康情報提供の基本的な考え方を、経営方針にそって構築する際に参考にして下さい。社員教育などでも活用して下さい。

II. 給食を介した情報提供（表示を含む）の基本的な考え方

1. 給食を介して提供される情報とは

給食施設においては、提供する食事（給食）を利用するお客様に日々、様々な情報を提供しています。給食を介して提供する情報には、食に関するもの、栄養に関するもの、健康に関するものなどがあります。食事を選択する機会および食べる体験にあわせて情報を提供することによって、お客様は食や健康に関する正しい知識を得ることができ、自分の健康に適した食事を選ぶことができます。これは、お客様の食環境を整備する活動です。給食受託事業者には、社会的にもこの活動をしっかり行っていくことが期待されています。

給食を介した情報提供は大きく分けて次の2つがあります。

- ① 栄養教育を目的としたもの（以後、栄養情報と表記する）
- ② 販売促進を目的としたもの（以後、販促情報と表記する）

目的に応じたそれぞれの情報提供について基本的な考え方を以下に示します。

1) 栄養情報に関する基本的な考え方

栄養情報の提供に際しては、次の2つの基本的な考え方を理解しておくことが大切です。

- ① 給食利用者の栄養状態および食生活の改善や利用者集団の健康の増進を図る目的で行うことが必要であるため、健康増進法（表1）に基づいた表示であること。
- ② 食事から摂取される栄養素や様々な機能を持った成分の健康影響は、習慣的な摂取すなわち継続的な摂取によって生じるものであり、1回の食事摂取の効果・効能をうたうことは適切ではないこと。

【表1】栄養情報に関わる法的根拠

健康増進法 施行規則（栄養管理の基準）第9条 最終改正：平成31年2月22日厚生労働省令第17号

法第二十一条第三項 の厚生労働省令で定める基準は、次のとおりとする。

- 一 当該特定給食施設を利用して食事の供給を受ける者（以下「利用者」という。）の身体の状況、栄養状態、生活習慣等（以下「身体の状況等」という。）を定期的に把握し、これらに基づき、適当な熱量及び栄養素の量を満たす食事の提供及びその品質管理を行うとともに、これらの評価を行うよう努めること。
- 二 食事の献立は、身体の状況等のほか、利用者の日常の食事の摂取量、嗜好等に配慮して作成するよう努めること。
- 三 献立表の掲示並びに熱量及びたんぱく質、脂質、食塩等の主な栄養成分の表示等により、利用者に対して、栄養に関する情報の提供を行うこと。
- 四 献立表その他必要な帳簿等を適正に作成し、当該施設に備え付けること。
- 五 衛生の管理については、食品衛生法（昭和二十二年法律第二百二十三号）その他関係法令の定めるところによること。

2) 販促情報に関する基本的な考え方

販促情報の提供に際しては、次の4つの基本的な考え方を理解しておくことが大切です。

- ① 興味・関心を引き付け、購買行動（選択行動）につなげることを目的として行うため、分かりやすい表現で、注目しやすい表示が求められること。
- ② しかし、利用者が摂取する食事を選択する時に示されるため、利用者への栄養情報の提供と捉えて対応することが必要であること。
- ③ 販売促進として料理や献立の特徴を示す情報や栄養成分の情報は、利用者が料理を選ぶ際の判断材料として表示することが必要であること。
- ④ 情報の表現が虚偽や誇大広告の観点から問題がないか、表示・広告に関わる法規（表2）を知り、十分に注意する必要があること。

【表2】食品の表示・広告に係わる主な関連法規

食品に関する虚偽・誇大広告・表示に関する主な規制の目的と表示対象

法律名	主旨目的	主な表示対象
食品衛生法 (消費者庁)	飲食による衛生上の危害の発生防止	容器包装に入れられた食品(一部生鮮品を除く)
JAS法 (消費者庁) (農林水産省)	消費者の適切な商品選択	一般消費者向けであって、容器に入れ、又包装されたもの(酒類、医薬品、医薬部外品を除く)
健康増進法 (厚生労働省)	国民の健康の改善及び増進	<ul style="list-style-type: none"> ・栄養表示をして販売しようとする容器包装に入れられた食品 ・特別用途食品(特定保健用食品を含む) ・パンフレット、インターネット等による広告等
景品表示法 (消費者庁)	一般消費者による自主的かつ合理的な選択を阻害する行為の禁止・一般消費者の利益を保護	容器包装、パンフレット、雑誌、インターネット等による広告等
特定商取引法 (消費者庁)	購入者等の利益の保護及び商品等の流通等の適正・円滑化	通信販売における広告等
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 (厚生労働省)	無承認・無許可医薬品の流通防止	容器包装、パンフレット、雑誌、インターネット等による広告等

東京都福祉保健局、東京都生活文化局編：「健康食品取扱マニュアル 第6版」より作表

表2に示す通り、これまでは、食品の表示・広告に係る法規は複数ありました。しかし、食品の表示に関しては、食品衛生法、JAS法、健康増進法の規定を統合し、食品表示に関する包括的かつ一元的な制度として食品表示法が創設（平成25年6月28日公布）され、平成27年4月1日に施行されました。その結果、従来、健康増進法第31条に示されていた「栄養表示基準」は健康増進法から削除され、新たに、内閣府令として「食品表示基準」が公布されまし

た。

3) 情報提供に関する基本姿勢

提供する情報の作成者および掲示する者には、誤った情報によって給食利用者の食事選択を誘導することがないように、正しい情報であるか否か、その科学的根拠や出典など確認して表現する責任があります。また、情報を受け取る人が誤認する可能性があることを認識しつつ、表現方法や表現内容に十分注意する責任があります。

2. 食品・食事と医薬品の違い

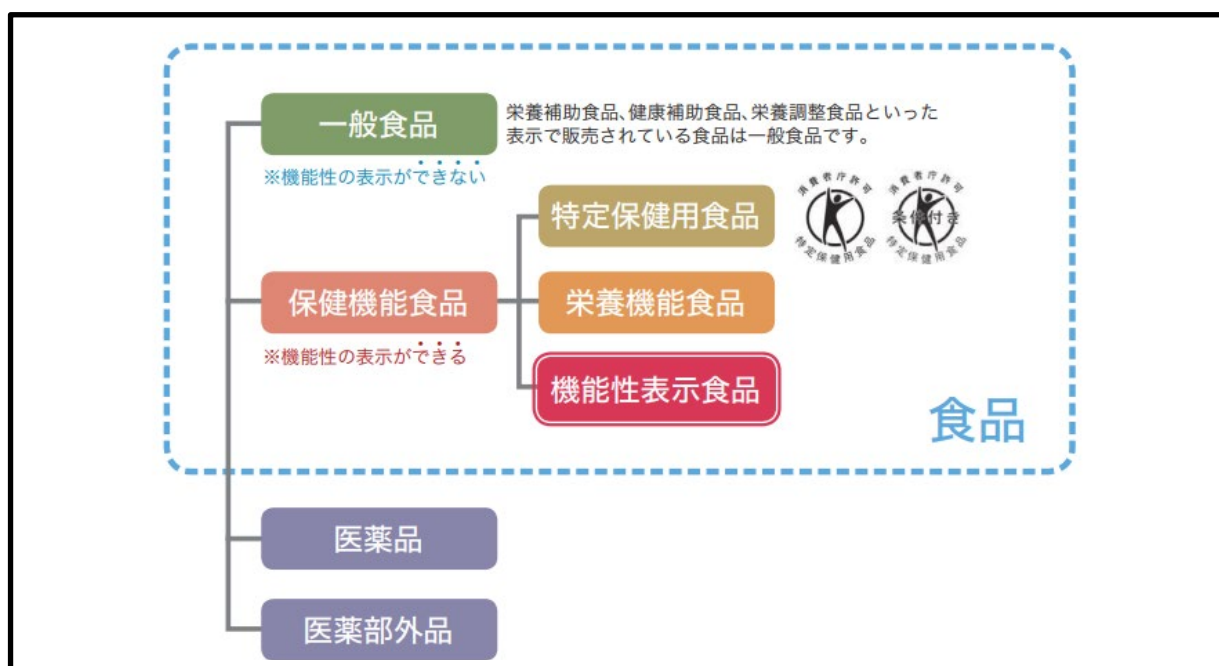
提供する情報の表現が法規上問題とならないようするためには、まず食品と医薬品の違いを理解しておく必要があります。

医薬品は、食品を摂取する目的とは異なり、疾病の診断、治療または予防に使用することや、人の身体の構造または機能に影響を及ぼすことが目的のものです。食品と医薬品の大きな分類は以下のように整理されています。

【表 3】食品と医薬品の大きな分類

(消費者の皆様へ「機能性表示食品」って何? : 消費者庁

https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/about_foods_with_function_claims/pdf/150810_1.pdf)



食品（食事含む）から摂取される栄養素や様々な保健機能を持った成分の健康影響は、習慣的な摂取すなわち継続的な摂取によって生じるものと、食事摂取直後の消化吸收過程で生じるもの（血糖上昇抑制等）とがあります。

食品は1回の摂取で効果・効能をうたうことは適切ではなく、また食品は1回の摂取が肥満や生活習慣病のリスクを高めるわけではありません。しかし、肥満や生活習慣病のリスクは、継続的な摂取の影響で高まります。

給食は、特定の人が継続的に利用する食事です。従って、後者に配慮した情報提供が求められます。提供する食事（給食）による直接的な効果を証明できない限り、特定の食品、料理や食事で効果・効能をうたうことは適切ではありません。

3. 食事・給食の特徴

食事は、複数の食品を組み合わせ、食品を加工・調理した料理として組み合わせて構成します。従って、単独の食品の摂取ではなく、様々な食品を組み合わせで摂取することになります。食品個々に栄養学的な特徴がありますが、実際食事を摂取する際には、食品が相互に影響しあった状態で摂取されます。精製された成分を摂取しているわけではありません。相互作用によって着目する成分の吸収利用にプラスに働くこともあればマイナスに働くこともあります。

また、調理・加工の過程で食品中の成分は変化します。給食施設での調理においても、施設の設備の条件、調理従事者の技術、納品される材料の品質によって含有成分の変動の仕方は一定ではありません。また、人が行う盛り付け作業の過程においても、提供量に誤差が生じます。より誤差を小さくする品質管理の努力は不可欠ですが、食品成分表や文献などの値を参考に算出した計算値と実際の提供量が一致する保証はありません。計算値はおよその量を示すものであって、誤差が伴うことを理解しておくことが大切です。

Ⅲ. 栄養成分表示のための栄養計算の考え方

1. 健康増進法における栄養管理の基準と食品成分表

給食施設においては、健康増進法施行規則の栄養管理の基準（P2、表 1）に従って、「利用者のアセスメントの結果に基づき、適当な熱量および栄養素の量を満たす食事の提供」を行っています。併せて「熱量およびたんぱく質、脂質、食塩等の主な栄養成分の表示等により、利用者に対して、栄養に関する情報の提供」を行います。これらを実行するために、提供する食事の献立は、給与栄養目標量に従い、エネルギーや栄養素量を適切に提供できるように調整し、その結果を利用者に表示しているわけです。

私たちはこの作業を、公的データベースである食品成分表を用いて行っています。それゆえ、食品成分表を正しく理解し、活用しなければなりません。また、給食システムの多様化により、材料は多様化しており、業務用加工食品、海外からの輸入食品もあり、食品成分表のみならず、自社での分析値、業務用加工食品の製造者から提供されるデータ、類似する食品からの類推値などを用いて表示する値を計算しています。

まず、用いるデータベースが、信頼できるものであるかを確認し、用いるデータベースの優先順位を明確にし、データベースの活用方法をルール化、標準化しておく必要があります。

給食の食材料は、季節間差、生産地間差、生産者間差などがあり、それが提供する料理の特徴になる場合もあります。しかしそれは同時に、食品に含まれる成分量の変動する要因になっていることを理解しなければなりません。食品に含まれる成分量の変動要因には、

自然要因（季節、生育環境、地域、成熟度や土壌・肥料（植物性食品）、年齢や飼料（動物性食品）、種）

人工的要因（製造、加工時および輸送と保管による影響、すなわち加熱条件、光、酸化、微生物、他の食品成分、時間）

があります。表示する成分値の限界を踏まえ、合理的な推定方法によって表示することが求められます。

また、調理・加工の過程で食品中の成分は変化します。食品に含まれる水分の蒸発あるいは調理中の吸水、吸油による食品重量の変化、水さらしや加熱などによる食品中の成分の溶出や変化があり、これらの結果として、成分量は変動します。給食施設での調理では、施設の設備の条件、調理従事者の技術、納品される材料の品質によって含有成分の変動の仕方は一定ではありません。また、人が行う盛り付け作業の過程においても、提供量に誤差が生じます。より誤差を小さくする品質管理の努力は不可欠ですが、食品成分表や文献などの値を参考に算出した計算値と実際の提供量が一致する保証はありません。計算値はおよその量を示すものであって、誤差が伴うことを理解しておくことが大切です。

誤差が伴うことが前提であっても、適切な計算方法によって、利用者に信頼が得られるよう表示する値には責任を持たなければなりません。

2. 栄養計算の基本的な考え方

食品成分表は、可食部 100g 当たりに含まれる成分値が表示されています。例えば、エネルギーは整数、たんぱく質、脂質、炭水化物は小数第 1 位、無機質、ビタミンは成分により整数、小数第 1 位、小数第 2 位までの表示になっています。表示にあたっての数値の丸め方は、最小表示桁の一つ下の桁を四捨五入していますが、エネルギー以外の整数で表示するものについては、原則として大きい位から 3 桁目を四捨五入して有効数字 2 桁で示されています。エネルギーは小数第 1 位を四捨五入して整数で表示されています。

栄養計算結果の値は、基本的に食品成分表の表示の考え方に従って示すことが適当であると判断します。また、その結果は、細かい数値にこだわるより、利用者がおよその量の水準で自分にとって適切な量であるかの判断ができるよう示すことが、利用者にとって、理解しやすいのではないかと考えます。従って、数値を丸めて表示することも可能と考えます。表示の利用者特性を考慮して、表示の位を検討することも必要です。以下にその考え方を示します。

1) 料理の栄養計算

食品の可食部（純使用量）に含まれる成分量を食品成分表に基づき計算します。このときの計算は、一般的にはコンピューターを利用し、栄養計算用ソフトを活用することが多いと思われます。この場合、計算のどの段階で四捨五入するかはプログラムによって以下のように異なっています。

①画面上は食品 1 つずつ食品成分表に表示されている桁に合わせているが、実際は多くの桁の計算が実施されていて、料理の合計値を算出してから、食品成分表に表示されている最小表示の位の 1 つ下の桁で四捨五入するケース。

②食品ごとに食品成分表の桁に合わせて四捨五入されており、料理の合計値は四捨五入した値の合計であるケース。

コンピューターを利用せず、電卓で計算している場合には、どの段階で桁合わせをするかは必ずしも統一されていません。

今後は、食品ごとに数値をまるめる桁あわせをせず、料理の合計値を算出してから、食品成分表に表示されている最小表示の位の 1 つ下の桁で四捨五入してまるめるように統一するなど、栄養計算の方法についての標準化の検討が必要です。

2) 料理を組み合わせたセット食の栄養計算

料理を組み合わせたセット食の栄養計算は、料理ごとの計算結果の合計とします。献立全体として最小表示の位で計算し、合計値としてから四捨五入するという方法も考えられますが、料理単位で成分値を管理して組み合わせることが多いと思われ、料理単位の結果との食い違いを起ささないためには、料理ごとに桁をあわせておき、それを合計する方法を推奨します。

3) 調理による成分の変動の考慮について

栄養成分の表示の目的は、利用者に食事からどのくらいの栄養量が摂取できるかの情報を知らせることです。これにより利用者は自分に適した栄養量の食事を選択し摂取することが可能になります。そうであれば、口に入る量を表示することが望ましいということになります。そのためには、調理後の成分を用いた栄養計算が必要です。

食品成分表八訂には、食品成分表七訂に比べ、調理後の成分が多く収載されています。調理としての下処理の油抜き（油揚げ）や肉・魚・野菜などの茹で、焼き、油炒め等の基本的な調理食品やから揚げなどの料理も含め調理食品は160食品増加しました。加熱調理後の成分値が収載されていない食品に対しては、加熱調理後の成分値が推計できるように「調理による成分変化率区分別一覧」として、食品群別、調理法別の平均値が収載されています。これを活用すれば、全ての食品について調理後の成分を推計できます。さらには、これらを用いて惣菜の成分値の計算方法を提示しています。

このように、第八訂の食品成分表を活用すれば、これまで以上に調理損失を考慮した栄養素摂取量を求めることができます。栄養状態の評価に用いるような食事調査や摂取量に関する研究においては、調理による食品の重量変化を考慮した上で、調理後の成分を評価していくこととなります。

給食施設においても、同様の方法によって調理損失を考慮した値を表示することが可能です。しかし、食品成分表にある食品の調理方法は大量調理とは異なるため、給食施設での調理に適用するには限界があること、これらのデータを活用するには、食品ごとの純使用量を調理による重量変化率によって調理後重量として計算を行う必要があり、作業量が増加すること、また栄養計算を行うためのソフト（データベース）の更新が容易ではないこと、以上のような背景により、調理損失を考慮した給与栄養量の検討や表示が行われてきませんでした。今後は、これらの課題を解決し、調理損失を考慮した食事の提供量や摂取量の評価や栄養成分表示が行えるようにしなければなりません。

具体的には2つの方法が考えられ、いずれの方法で計算する場合にもメリット、デメリットがありその特徴を把握しておく必要があります。

①食品成分表の食品の調理後の分析値を用いたり、重量変化率および成分の損耗率のデータを用いたりして計算する場合には、合理的な根拠に基づき、その方法を施設で標準化して行わなければなりません。

②「調理前の量」における成分で計算している場合には、その量は調理による損失を考慮していないため、過大評価されている値（成分によっては過小評価）であることを理解しておかなければなりません。

なお、モデル的な規模で調理を行う研究を推進し、大量調理あるいは給食施設における調理法に応じた重量変化率や成分の変動を明らかにしていくこと、及び、合理的な方法で計算できる栄養計算ソフトの開発が喫緊の課題です。

4) 食品成分表八訂を用いた栄養計算方法

食品データベースに関する連絡・検討委員会（日本給食経営管理学会・日本栄養改善学会合同）による「日本食品標準成分表の改訂に伴う実践栄養業務ならびに栄養学研究等に及ぼす影響と当面の対応に関する見解」には、栄養計算方法について以下のように示されています。

① 八訂成分表のエネルギー値と、エネルギー産生栄養素（たんぱく質・脂質・炭水化物）の摂取量の推定に当たっては、八訂成分表のエネルギー計算で用いている成分を使う。

② 八訂成分表を用いて確からしいエネルギー値を使い、エネルギー産生栄養素の摂取量推定については便宜上、従来（七訂）のたんぱく質・脂質・炭水化物の値を使う。

③ 当面は移行期間と位置づけ、七訂成分表を用いる。

日本給食経営管理学会では、この①を推奨します。①の栄養計算は具体的に、以下のようになります。

①たんぱく質摂取量の計算

「アミノ酸組成によるたんぱく質」の値を用いる。ただし、「アミノ酸組成によるたんぱく質」が未分析で欠損している場合は、「たんぱく質」の値で代用する。（「たんぱく質」の値は、七訂成分値。）

②脂質摂取量の計算

「脂肪酸のトリアシルグリセロール当量」の値を用いて計算する。ただし、「脂肪酸のトリアシルグリセロール当量」が未分析で欠損している場合は、「脂質」の値で代用する。（「脂質」の値は、七訂成分値。）

③炭水化物摂取量の計算

「利用可能炭水化物」の摂取量は、エネルギー計算に「利用可能炭水化物（単糖当量）」を用いた食品の場合、「利用可能炭水化物（質量計）」を用いる。「利用可能炭水化物（単糖当量）」の収載値がない場合や、エネルギー計算で「差し引き法による利用可能炭水化物」を使っている食品の場合は、「差し引き法による利用可能炭水化物」を用いる。以上の「利用可能炭水化物」に食物繊維と糖アルコールの値を加算する。

④PFC 比率の計算

・たんぱく質エネルギー比率(P)

アミノ酸組成によるたんぱく質（欠損している場合は「たんぱく質」）(g)×4 (kcal/g)
÷総エネルギー量 (kcal)×100

・脂質エネルギー比率(F)

脂肪酸のトリアシルグリセロール当量（欠損している場合は「脂質」）(g)×9 (kcal/g)
÷総エネルギー量 (kcal)×100

・炭水化物エネルギー比率(C)

100－（たんぱく質エネルギー比率＋脂質エネルギー比率）

3. 数値の表示方法

栄養計算は、食品成分表に表示されている桁に合わせて行いますが、その結果を表示する場合には、計算値を以下のように丸めることも可能と考えます。利用者の特性を考慮し、利用者が理解しやすい方法を選択してください。

整数表示のエネルギーと栄養素は 1 の位を四捨五入し 10 の位以上で表示するように丸めま

す。10 未満はそのままとします。

例

エネルギー：1551kcal	⇒	1550kcal	1556kcal	⇒	1560kcal
714kcal	⇒	710kcal	716kcal	⇒	720kcal
56kcal	⇒	60kcal	52kcal	⇒	50kcal
カルシウム：354mg	⇒	350mg	355mg	⇒	360mg
37mg	⇒	40mg	34mg	⇒	30mg

4. 参考資料

- 1) 日本食品標準成分表 2020 年版（八訂） 文部科学省科学技術・学術審議会 資源調査分科会報告 全国官報販売協同組合 2020
https://www.mext.go.jp/a_menu/syokuhinseibun/mext_01110.html
- 2) 事業者向け 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 第3版（消費者庁食品表示企画課 令和2年7月）
https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/health_promotion/pdf/food_labeling_cms206_20201001_02.pdf
- 3) 外食栄養成分表示ガイドブック 公益社団法人栃木県栄養士会 栃木県保健福祉部本稿増進課 2015
<http://www.kenko-choju.tochigi.jp/common/sysfile/finder/files/%e5%a4%96%e9%a3%9f%e6%a0%84%e9%a4%8a%e6%88%90%e5%88%86%e8%a1%a8%e7%a4%ba%e3%82%ac%e3%82%a4%e3%83%89%e3%83%96%e3%83%83%e3%82%af.pdf>
- 4) 由田 克士、石田 裕美、赤尾 正、瀧本 秀美、渡邊 智子：日本食品標準成分表の改訂に伴う実践栄養業務ならびに栄養学研究等に及ぼす影響と当面の対応に関する見解
<https://kyushoku.net/wp-content/uploads/2021/05/2eef4ba228d45aae07420814ed6686b4.pdf>
- 5) 食品データベースに関する連絡・検討委員会（日本給食経営管理学会・日本栄養改善学会合同）：「日本食品標準成分表の改訂に伴う実践栄養業務ならびに栄養学研究等に及ぼす影響と当面の対応に関する見解（5/21 新着情報）」に関する補足・訂正
<792a08ae459cca0d07a2d30ae452fa50.pdf> (kyushoku.net)

IV. 給食を介した情報提供(表示を含む)のために理解しておきたい

食品の表示・広告に関する主な法律・規則

1. 食品表示法

1) 食品表示法の概要

食品の表示について、基準やその他の必要な事項が定められています。表 4 に食品表示法の目的を示します。

【表 4】食品表示法の目的

[食品表示法 第 1 章総則 第 1 条 (最終改正：平成 30 年 12 月 14 日法律第 97 号)]

(目的)

第一条 この法律は、食品に関する表示が食品を摂取する際の安全性の確保及び自主的かつ合理的な食品の選択の機会の確保に関し重要な役割を果たしていることに鑑み、販売（不特定又は多数の者に対する販売以外の譲渡を含む。以下同じ。）の用に供する食品に関する表示について、基準の策定、その他の必要な事項を定めることにより、その適正を確保し、もって一般消費者の利益の増進を図るとともに、食品衛生法（昭和二十二年法律第二百三十三号）、健康増進法（平成十四年法律第百三号）及び農林物資の規格化等に関する法律（昭和二十五年法律第百七十五号）による措置と相まって、国民の健康の保護及び増進並びに食品の生産及び流通の円滑化並びに消費者の需要に即した食品の生産の振興に寄与することを目的とする。

2) 食品表示基準の適用について

食品の表示に関する具体的な基準については、従来、健康増進法（1 基準）、食品衛生法（5 基準）、JAS 法（52 基準）の 3 法に関連した計 58 本の基準が設けられていました。しかし、平成 27 年 4 月に施行された食品表示法に合わせて、これらの基準を統合した 1 つの基準「食品表示基準」が設けられました。この中には、従来、健康増進法に示されていた、食品に栄養表示をする際に守るべき基準も含まれています。

食品表示基準の中では、基準の適用範囲を表 5 のように定めています。給食はこの基準の適用の範囲には含まれず、この基準に定める栄養表示基準に従う必要はないと判断します。しかし、給食の栄養成分表示を行う際の参考になるため、その考え方や、基準設定の根拠について理解しておくことは重要です。給食施設で提供する食事の栄養成分の強調表示や機能性表示はこれらを参考にするとよいでしょう。

- ・「食品表示基準 第 7 条、別表第 11、別表第 12、別表第 13」（最終改正：令和 3 年 3 月 17 日内閣府令第 10 号）
- ・「食品表示基準について」（最終改正：令和 3 年 9 月 15 日消食表第 389 号）
- ・「食品表示基準 Q&A について」（最終改正：令和 3 年 3 月 17 日消食表第 115 号）
- ・機能性表示食品の届出等に関するガイドライン（最終改正：令和 3 年 3 月 22 日（消

食表第 120 号)

【表 5】食品表示基準の適用範囲

[食品表示基準 第 1 章総則 第 1 条 (最終改正：令和 3 年 3 月 17 日内閣府令第 10 号)]

(適用の範囲)

第一条 この府令は、食品関連事業者等が、加工食品、生鮮食品又は添加物を販売する場合について適用する。ただし、加工食品又は生鮮食品を設備を設けて飲食させる場合には、第四十条の規定を除き、適用しない。

3) 栄養表示に関する栄養表示基準から食品表示基準への主な変更点

①栄養成分表示の義務化

食品関連事業者に対し、原則として、全ての消費者向けの加工食品及び添加物への栄養成分表示を義務付けています。

【一般用加工食品の場合】

- (義務表示) 食品表示基準第 3 条 …… 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)
- (推奨表示) 食品表示基準第 6 条 …… 飽和脂肪酸、食物繊維
- (任意表示) 食品表示基準第 7 条 …… 糖類、糖質、コレステロール、
ビタミン・ミネラル類

②アレルギー表示に係るルール

(食品表示基準 第 3 条第 2 項 (一般加工用食品) 別表第 14、食品表示基準について別添：アレルギーを含む食品に関する表示、食品表示基準 Q&A について別添：アレルギーを含む食品に関する表示)

(a) 表示の対象

食事を選択する際に、食事 (食品) 摂取による健康被害がでないよう安全性を確保することは重要です。特にアレルギー患者にとっては、自分の食するものの中に、自分が反応するアレルギーを含むのかどうかを判断し、選別できるように情報提供が行われていることが重要です。アレルギー表示については、食品表示基準等が関わっていますが、これは容器包装された加工食品および添加物が対象です。インスタ加工で提供される食品、計り売りで提供される食品、外食で提供される食品は自主的な表示となっています。従って、給食も自主的な表示となります。クライアントとの相談のうえ、必要な場合に表示します。その際には、加工食品の原材料に見落としがないように留意する必要があります。

●特定原材料 (表示義務があるもの) 【7 品目】

卵、乳、小麦、えび、かに、そば、落花生

●**特定原材料に準ずるもの（表示することが推奨されているもの）【21 品目】**

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

(b) **コンタミネーション**

原材料として特定原材料等を使用していない食品を製造する場合であっても、製造工程上の問題等によりコンタミネーションが発生することが指摘されています。給食施設における調理工程においても同様の考え方で対応が不可欠です。複数の料理の調理が同時に行われる場合には、原材料中の特定原材料等が調理工程上で混入しないよう十分な作業場所を確保する、特定原材料等を含まない料理から順に調理する、可能な限り専用器具を使用する等のコンタミネーションを防止するための対策の実施を徹底すべきです。また、これらの防止対策の徹底を図ってもなおコンタミネーションの可能性が排除できない場合については、アレルギー疾患を有する者に対する注意喚起表記が必要です。ただし、特定原材料等に関して、「入っているかもしれない」等の可能性表示は認められません。

《**注意喚起表示例**》

・本製品の製造ラインでは、落花生を使用した製品も製造しています。

《**不適正な表示例（可能性表示の禁止）**》

・本製品には、小麦が入っている場合があります。

③**栄養強調表示に係るルール**

(a) **表示の対象となる食品および栄養成分等**

一般加工用食品と一般生鮮食品が対象です。栄養成分の補給ができる旨（高い旨、含む旨、強化された旨）の基準値が規定されている栄養成分は、たんぱく質、食物繊維、ミネラル6種（亜鉛、カリウム、カルシウム、鉄、銅、マグネシウム）、ビタミン13種（ナイアシン、パントテン酸、ビオチン、ビタミンA、ビタミンB₁、ビタミンB₂、ビタミンB₆、ビタミンB₁₂、ビタミンC、ビタミンD、ビタミンE、ビタミンK、葉酸）です。栄養成分または熱量の適切な摂取ができる旨（含まない旨、低い旨、低減された旨）の基準値が規定されている栄養成分等は、熱量、脂質、飽和脂肪酸、コレステロール、糖類、ナトリウムです。

(b) **栄養強調表示の規定：食品表示基準 第7条、第21条、別表第12、別表第13**

・強化された旨の表示をする場合（たんぱく質及び食物繊維）及び低減された旨の表示をする場合には、比較対象食品との絶対差が食品表示基準別表第12、第13に掲げる基準値以上であり、新たに、25%以上の相対差が必要です。

(c) **無添加強調表示：食品表示基準第7条**

食品への糖類無添加に関する強調表示及び食品へのナトリウム塩無添加に関する強調表示（食塩無添加表示を含む）は、それぞれ、一定の条件が満たされた場合にのみ行うことができます。

④栄養機能食品に係るルール（食品表示基準 第7、9、21、23条、別表第11）

(a) 表示の対象となる食品および栄養成分

一般加工用食品と一般生鮮食品が対象です。栄養成分の機能が表示できるものは、脂肪酸1種（n-3系脂肪酸）、ミネラル6種（亜鉛、カリウム、カルシウム、鉄、銅、マグネシウム）、ビタミン13種（ナイアシン、パントテン酸、ビオチン、ビタミンA、ビタミンB₁、ビタミンB₂、ビタミンB₆、ビタミンB₁₂、ビタミンC、ビタミンD、ビタミンE、ビタミンK、葉酸）です。

(b) 表示事項

栄養機能食品に関わる栄養成分の機能を表示する場合は、従来どおり1日当たりの摂取目安量に含まれる栄養成分量が定められた上・下限値の範囲内にある必要があります。栄養成分の機能に関する表現については、表7を参照してください。また、栄養機能食品にあつては、従来の表示事項に加え、1日当たりの摂取目安量、栄養素等表示基準値の対象年齢（18歳以上）及び基準熱量（2,200kcal）に関する文言、特定の対象者（疾病に罹患している者、妊産婦等）に対し、注意を必要とするものにあつては、当該注意事項を記載する必要があります。さらに、生鮮食品に栄養成分の機能を表示する場合は、保存方法の表示が必要です。

【栄養表示に関する栄養表示基準から食品表示基準への主な変更点に関する参考資料】

- ・食品表示基準の概要 消費者庁（平成25年6月）
https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/food_labeling_act/pdf/130621_gaiyo.pdf
- ・食品表示基準（最終改正：令和3年3月17日内閣府令第10号）
- ・食品表示基準について、別添：アレルギーを含む食品に関する表示
- ・食品表示基準Q&Aについて、別添：アレルギーを含む食品に関する表示
- ・<事業者向け>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 第3版（消費者庁食品表示企画課 令和2年7月）
- ・大切です！食品表示 食品表示法 食品表示基準手引編 東京都（令和2年11月）

2. 健康増進法

健康増進法では、誇大表示を以下の通り禁止しています。

【表6】誇大表示の禁止

[健康増進法（誇大表示の禁止）第65条1項（最終改正：令和3年5月19日法律第37号）]

何人も、食品として販売に供する物に関して広告その他の表示をするときは、健康の保持増進の効果その他内閣府令で定める事項（次条第三項において「健康保持増進効果等」という。）について、著しく事実に相違する表示をし、又は著しく人を誤認させるような表示をしてはならない。

関連の主な規制として以下の2つがあり、誇大表示に関する具体的な考え方や判断基準について示しています。

①食品として販売に供する物に関して行う健康保持増進効果等に関する虚偽誇大広告等の禁止及び広告等適正化のための監視指導等に関する指針(ガイドライン)(令和2年4月1日一部改正消表対第431号)

[URL:https://www.caa.go.jp/policies/policy/representation/extravagant_advertisement/pdf/extravagant_advertisement_200331_0003.pdf](https://www.caa.go.jp/policies/policy/representation/extravagant_advertisement/pdf/extravagant_advertisement_200331_0003.pdf)

②食品として販売に供する物に関して行う健康保持増進効果等に関する虚偽誇大広告等の禁止及び広告等適正化のための監視指導等に関する指針(ガイドライン)に係る留意事項(令和2年4月1日一部改正消表対第433号)

[URL:https://www.caa.go.jp/policies/policy/representation/extravagant_advertisement/pdf/extravagant_advertisement_200331_0005.pdf](https://www.caa.go.jp/policies/policy/representation/extravagant_advertisement/pdf/extravagant_advertisement_200331_0005.pdf)

また、不当表示および虚偽誇大広告等は、健康増進法の他、「不当景品類及び不当表示防止法」(景品表示法)において禁止しています。消費者庁では、いわゆる健康食品を対象に、どのような広告等が景品表示法上の不当表示(優良誤認表示)として、または健康増進法上の虚偽誇大広告として問題となるおそれがあるのかということについて、具体的な表現例や、これまでに景品表示法及び健康増進法において問題となった違反事例等を取りまとめ、公表しています(③)。

③健康食品に関する景品表示法及び健康増進法上の留意事項について(令和2年4月1日消費者庁)

[URL:https://www.caa.go.jp/policies/policy/representation/extravagant_advertisement/pdf/extravagant_advertisement_200331_0001.pdf](https://www.caa.go.jp/policies/policy/representation/extravagant_advertisement/pdf/extravagant_advertisement_200331_0001.pdf)

①～③の規制や事例は、いずれも食品を対象としたものですが、給食施設においても、これらを参考に、表示の基本的考え方を理解し、販促情報の表現を考えることが必要です。

V. 給食を介した情報提供の留意点

1. 基本的な考え方

1) はじめに

わが国では、新しい食品の機能性表示制度が検討され、平成 27 年 4 月に食品表示法が施行されました。その背景には、複雑化したこれまでの制度を一元化し、栄養表示を義務化することによって消費者にわかりやすく、また消費者の自主的かつ合理的な商品選択の機会を確保することがあげられています。

また、現在の日本における非感染性疾患の一次予防、重症化予防の観点から、健康的な食生活を送るための重要なツールとして栄養表示が果たす役割は大きいと期待されています。国際的にも、国民及び個人レベルでの食事に関する推奨事項として、脂質からのエネルギー摂取の制限、飽和脂肪酸から不飽和脂肪酸へのシフト、糖類摂取の制限、食塩摂取の制限が示されています。これらを実現するために、食品選択に際して、食品中にこれらの関係する成分がどのくらい含まれているかを示していくことは、国際的に共通する動向でもあります。給食においても、こうした背景を理解した上で栄養表示を行っていくことが必要です。

「食品の新たな機能性表示制度に関する検討会報告書」（以後、検討会報告書）に記載されている機能性表示は、アメリカの DS 制度（ダイエタリーサプリメント健康教育法）を参考にしています。

DS 制度で認められている機能性表示とは次のようになっています。

【適切な表示の範囲】

- 1) 人の構造や機能に影響を与えることを意図した栄養素又は食事成分の役割に関する表示
- 2) 栄養素又は食事成分が人の構造や機能に作用する、既知の機序に関する表示
- 3) 古典的な栄養素欠乏症（壊血病、ペラグラ等）に関する表示（ただし、当該欠乏症が米国でどの程度見られるかの言及が必要）
- 4) 全般的健康度（general well-being）に与える健康に関する表示

【不適切な表示】

疾病の診断（diagnose）、緩和（mitigate）、処置（treat）、治療（cure）、予防（prevent）等の文言を明示又は暗示する表示、疾病リスク低減表示、疾病強調表示等を行うことは不適切です。

以上の考え方を参考に、わが国で新たにスタートした機能性表示食品の制度では、対象者は、「疾患に罹患していない者（未成年者、妊産婦（妊娠を計画している者を含む）および授乳婦を除く。）」としています。これは、「生活習慣病等の疾病に罹患する前の人又は境界線上の人を対象とし、疾病に既に罹患している人（医薬品等により治療されるべき人）に対し、機能性を訴求するような製品開発、販売促進等を行わないこととすることが適当である。」という考え方に基づいています。

2) 可能な機能性表示の範囲（機能性表示食品の届け出等に関するガイドライン）

① 保健の目的が期待できることの表示の範囲

疾病に罹患していない人の健康の維持・増進に役立つ、あるいは適する（疾病のリスクの低減に係わるものを除く）ことを表現することが対象となります。

具体的には、以下の3つがあります。

- a. 容易に測定可能な体調の指標の維持に適するまたは改善に役立つ旨。体調の指標とは、医学的および栄養学的な観点から十分に評価され、広く受け入れられている評価指標。あるいは主観的な指標の場合は日本人において妥当性が得られ、かつ学術的に広くコンセンサスが得られたもの。
- b. 身体の生理機能、組織機能の良好な維持に適するまたは改善に役立つ旨。
- c. 身体の状態を本人が自覚でき、一時的な体調の変化（継続的、慢性的でないもの）の改善に役立つ旨。

また、表現として以下の点に留意する必要があります。

- ・「診断」「予防」「治療」「処置」などの医学的な表現は使用できない。
- ・健康の維持・増進の範囲内であれば、身体の特定の部位に言及した表現も可能である。
- ・可能な機能性表示の範囲内の例としては、特定保健用食品で認められている表現があげられる。ただし、疾病のリスクの低減に係るものを除く。

② 特定の栄養素を取り上げ、その働きを強調する場合

栄養素の身体の成長や発達、正常な身体機能に対する生理学的な役割に関する正しい説明やこれらの表示をする際には、各栄養素の生理学的機能が具体的に示されている「栄養機能食品における栄養成分の機能に関する表現（表 7）」が参考になります。詳しくは、食品表示基準 第7条 別表第11を参考にしてください。

(URL : <https://elaws.e-gov.go.jp/document?lawid=427M60000002010>)

③ 特定保健用食品や機能性表示食品の表示で認められている特定の保健の目的で使われる説明

「本品はおなかの調子を整えます」、「この製品は血圧が高めの方に適する」等、特定の保健の目的で使われる表現です。これらの表示をする際には、「食品の新たな機能性表示制度に関する検討会報告書」（H26年7月）

(URL :

https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/food_labeling_act/past_presentation/pdf/140730_houkokusho_1.pdf) が参考になります。

さらに、表示しようとしている栄養素の機能の科学的根拠については、国立健康・栄養研究所のホームページ 健康食品の安全性・有効性情報

(URL : <https://hfnet.nibiohn.go.jp/contents/indiv.html>) や疾病の予防のガイドライン（例「動脈硬化性疾患ガイドライン」、「骨粗鬆症の予防と治療のガイドライン」）が参考になります。これらには、これまで出された論文のデータを基に根拠が示されています。

【表 7】 栄養機能食品における栄養成分の機能に関する表現

栄養成分	栄養成分の機能に関する表現※1
n-3 系脂肪酸	・ n-3 系脂肪酸は、皮膚の健康維持を助ける栄養素です。
亜鉛	・ 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。
カリウム	・ カリウムは、正常な血圧を保つのに必要な栄養素です。
カルシウム	・ カルシウムは、骨や歯の形成に必要な栄養素です。
鉄	・ 鉄は、赤血球を作るのに必要な栄養素です。
銅	・ 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	・ 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。
ナイアシン	・ 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。
パントテン酸	・ 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	・ 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	・ 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。
ビタミン B ₁	・ 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。
ビタミン B ₂	・ 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	・ 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	・ 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	・ 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	・ 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	・ 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	・ ビタミン K は、正常な血液凝固能を維持する栄養素です。
葉酸	・ 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。

※1 食品表示基準 別表第 11 を基に作成

- ・ 表 7 の表現は、給食献立のポップ、リーフレット、パンフレット、ポスター等の媒体に使用してもよい表現例である。
- ・ なお、栄養機能食品表示では、食品表示基準別表第 11 に掲げられた栄養成分の機能を表示する上での注意事項として、表示内容の趣旨が同じであっても、変化を加えたり、省略したりすることは認められません。

3) 医薬品的な効果効能の標ぼうの禁止

本制度で認められない表現例

疾病の治療効果または予防を暗示する表現
「糖尿病の人に」、「高血圧の人に」、「動脈硬化の人に」 「がん予防」、「かぜ予防」、「骨粗しょう症の予防」、「高血圧予防」、「メタボ予防」、 「生活習慣病予防」、「貧血予防」、 「花粉症に効果あり」、「便秘の改善」、「動脈硬化の改善」、「胃潰瘍の回復」、「血圧低下作用」
健康の維持・増進の範囲を超えた、意図的な身体の組織機能の増強・増進を標榜するものと認められる表現
「肉体改造」、「免疫力回復」「老化防止」、「弱った胃腸におすすめ」、「冷え性に効果あり」 「新陳代謝を活発に」、「記憶力・集中力を高める」、「血管を柔軟に」、「血行をよくする」、「脳を活性化」 「生活習慣病予防」、「美白効果」

以上のように、「糖尿病、高血圧、動脈硬化の人に」、「末期ガンが治る」、「虫菌にならない」、「肥満の解消」等の疾病の治療又は予防を目的とする効果に関する表現は、医薬品以外に用いることはできません。従って、給食においてもこれらの表現を用いることはできません。用いた場合には、景品表示法や健康増進法の誇大虚偽に関する法律が適用され、処罰の対象となります。

4) 科学的根拠に基づき説明されていない機能性に関する表現

- ・限られた免疫指標のデータを用いて身体全体の免疫に関する機能があると誤解を招く表現
- ・試験管内での試験や一部の生体組織や培養細胞等での試験で説明された根拠のみに基づいた表現
- ・抗体や補体、免疫系の細胞などが増加するといった試験管内での試験や一部の生体組織や培養細胞等での試験で科学的に説明されているが、生体に作用する機能が不明確な表現など

以上のような表現が該当します。

2. 給食を介した情報提供の基準の考え方

1) 栄養素の働きを強調する場合の考え方

栄養素の働きを強調した情報提供を行う場合に、提供する食事や料理にどのくらいの量が含まれていれば強調してもよいかどうか迷うことがあります。

日本人の食事摂取基準 2020 年版（以後、食事摂取基準と記す）で策定された、推定平均必要量、推奨量、目安量や目標量が考え方の根拠となります。栄養素によっては、国民健康・栄養調査の結果を基に現状の摂取量を維持するという観点から摂取量の現状値を参考にするという考え方もあります。また、対象集団の摂取量の実態が明らかな場合には、それを根拠にして基準を独自に設定するという考え方もあります。いずれにしても、利用者に説明できる基準を設けることが必要です。

食事摂取基準における栄養素の各指標は以下の通りです。

- ・「推定平均必要量」（estimated average requirement：以下、EAR）：半数の人が必要量を満たす量。
- ・「推奨量」（recommended dietary allowance：以下、RDA）：ほとんどの人が充足している量。
- ・「目安量」（adequate intake：以下、AI）：一定の栄養状態を維持するのに十分な量。
- ・「目標量」（tentative dietary goal for preventing life-style related diseases：DG）：生活習慣病の予防のために現在の日本人が当面の目標とすべき量。

2) 基準の考え方の例

基準の考え方の例とそれに基づいて設定した基準例を示します。これを参考に、対象者の特性や施設での食事提供の方式に応じて基準を設けることを推奨します。

今回示す基準値は、前回から見直しは行っていないため、国民健康・栄養調査結果は、七訂成分表により栄養計算された結果を用いたものです。八訂成分表を用いた国民健康・栄養調査結果が示された時点で、基準例の見直しを行います。そのため、今回は、基準値の検討に用いた事業所給食で提供されている料理・献立の栄養計算結果は示していません。しばらくは、七訂と八訂の栄養計算結果が混在するため、基準値との比較は慎重に行う必要があります。

① 摂取量の分布から現状値を確認する（栄養素摂取量のアセスメント）。

対象集団の栄養素等摂取量の現状が把握できない場合として、栄養素摂取量の分布が示されている平成 28 年度国民健康・栄養調査結果の男性 30～49 歳の摂取量の分布(表 8)を用いた。

【表 8】平成 28 年 国民健康・栄養調査結果の男性 30-49 歳の摂取量の分布

	パーセンタイル*								
	1	5	10	25	50	75	90	95	99
たんぱく質 (g)	25.6	39.5	45.6	57.1	72.3	88.6	105.2	116.6	147.7
食物繊維 (g)	3.3	5.5	6.8	8.9	12.2	15.8	20.2	23.4	32.6
ビタミン A (μ gRAE)	22	84	118	209	345	562	851	1141	4417
ビタミン D (μ g)	0.1	0.4	0.7	1.5	3.1	9.2	18.3	24.0	42.0
ビタミン K (μ g)	17	40	53	95	169	295	450	565	842
ビタミン B ₁ (mg)	0.23	0.37	0.46	0.62	0.86	1.14	1.50	1.78	2.42
ビタミン B ₂ (mg)	0.26	0.45	0.55	0.75	1.02	1.32	1.72	2.05	2.91
ナイアシン (mg)	4.3	6.5	8.2	11.2	15.0	19.9	25.4	30.1	37.8
ビタミン B ₆ (mg)	0.29	0.48	0.60	0.80	1.07	1.38	1.74	2.02	2.67
ビタミン B ₁₂ (mg)	0.40	0.80	1.20	1.90	3.50	7.10	13.90	18.80	31.70
葉酸 (μ g)	57.4	92.9	122.9	171.0	236.7	310.8	402.6	470.9	758.6
ビタミン C (mg)	3	13	19	32	56	89	129	167	249
食塩相当量 (g)	3.2	4.8	5.8	7.6	10.0	13.0	15.5	18.0	22.5
カリウム (mg)	637	967	1,179	1,549	2,021	2,528	3,129	3,415	4,522
カルシウム (mg)	87	146	183	260	390	559	758	893	1282
マグネシウム (mg)	78	117	140	176	226	284	348	393	506
鉄 (mg)	2.2	3.4	4.1	5.5	7.0	8.9	11.2	12.8	16.3
亜鉛 (mg)	2.9	4.4	5.3	6.7	8.6	10.6	12.8	14.3	17.4
銅 (mg)	0.4	0.6	0.7	0.9	1.1	1.4	1.7	1.9	2.5

*：パーセンタイルとは、データを大きい順に並べたとき、順位 1 位の数値を 100 パーセントタイルという。つまり、パーセントに対応しているデータの値の方をパーセンタイルという。第一 4 分位数は 25 パーセンタイル、中央値は 50 パーセンタイル、第三 4 分位数は 75 パーセンタイルである。(出典：石村貞夫、デズモンド・アレン：すぐわかる統計用語，東京図書株式会社，2005)

②基準の設定 (EAR、RDA が設定されている栄養素)

基準の設定に際して、EAR および RDA は、不足する人を減らすという観点から、成人 (18 歳以上) の値の中で一番高値のものを用了。

RDA を用いて基準値を設定する。

RDA を用いて基準値を設定した栄養素は、たんぱく質、カルシウム、マグネシウム、鉄、亜鉛、銅、ビタミン A、ビタミン B₁、ビタミン B₂、ナイアシン、ビタミン B₆、ビタミン B₁₂、葉酸、ビタミン C である。

【表 9】一定食あたりの基準の算出方法

	一定食当たり
含有量が「高い」ことを表示する場合の基準	ほとんどの人が充足している量である RDA の 1/2 量 RDA×1/2
栄養素を「含む」ことを表示する場合の基準	「高い」基準の 1/2 量 RDA×1/2×1/2

【表 10】一料理当たりの基準の算出方法

	一料理当たり
含有量が「高い」ことを表示する場合の基準	ほとんどの人が充足している量である RDA の 1/3 量 RDA×1/3
栄養素を「含む」ことを表示する場合の基準	「高い」基準の 1/2 量 RDA×1/3×1/2

③基準値の設定 (AI が設定されている栄養素)

AI と摂取量の分布を用いて基準値を設定する。

【表 11】一定食あたりの基準の算出方法

	一定食当たり
含有量が「高い」ことを表示する場合の基準	現状の摂取量分布から AI を下回る人の割合が 50%未満となるように分布をシフトさせる量の 1/3 [「分布中央値*1」 + 「AI を下回る人が 50%未満となるために必要な付加量」*2]×1/3
栄養素を「含む」ことを表示する場合の基準	現状の摂取量を維持する量 [分布中央値*1] ×1/3

*1：分布中央値は、表 8 で示しているパーセンタイル 50 のことである。

*2：「AI－分布中央値」の式により算出。

【表 12】一料理当たりの基準の算出方法

	一料理当たり
含有量が「高い」ことを表示する場合の基準	[「分布中央値*1」 + 「AI を下回る人が 50%未満となるために必要な付加量」*2×1/3] ×0.66
栄養素を「含む」ことを表示する場合の基準	[分布中央値*1]×1/3×0.66

係数 0.66：一定食あたりの基準に対してその 2/3 量を 1 料理あたりの基準とした。

*1：分布中央値は、表 8 で示しているパーセンタイル 50 のことである。

*2：「AI－分布中央値」の式により算出。

④基準値の設定（DG が設定されている栄養素）

食物繊維については、表 13、14 に示した算出方法により基準を設けた。食物繊維の DG については、生活習慣病（心筋梗塞）予防の観点から設定されたものである食事摂取基準での DG の設定方法は、現在の日本人成人（18 歳以上）における食物繊維摂取量の中央値（13.7 g/日）と先行研究から望ましいとされる摂取量 24g/日との中間値を DG として算出する参照値としている。

食塩相当量については、生活習慣病予防の観点からナトリウムの DG に基づき設定されたものである。食事摂取基準での DG の設定方法は、平成 28 年の国民健康・栄養調査の中央値と 2013 年 WHO のガイドラインが成人に推奨している 5 g/日未満との中間値をとり、この値未満を DG としている。従って、現在の DG は、日本人が摂取している値よりかなり低い値である。そこで、実現可能性を考え給食施設のヘルシーメニューにおける食塩相当量の事例を参考に一定食当たりの基準値を定めた。

【表 13】一定食当たりの基準の算出方法（食物繊維の場合）

	一定食当たり
含有量が「高い」ことを表示する場合の基準	DG の 1/3 量 DG×1/3
栄養素を「含む」ことを表示する場合の基準	現状の摂取量を維持する量の 1/3 [分布中央値*]×1/3

*：分布中央値は、平成 28 年の国民・健康栄養調査結果を用いた。

【表 14】一料理当たりの基準の算出方法（食物繊維の場合）

	一料理当たり
含有量が「高い」ことを表示する場合の基準	DG×1/3×0.5
栄養素を「含む」ことを表示する場合の基準	[分布中央値*]×1/3×0.5

係数 0.5：1 定食あたりの基準に対してその 1/2 量を 1 料理あたりの基準とした。

*：分布中央値は、平成 28 年の国民・健康栄養調査結果を用いた。

⑤算出した基準値の丸め方

表 9 から表 14 までの計算式により算出した基準値は、表 15 に示す切り捨て方法により、その値を切り捨てる。四捨五入にせず切り捨てにした理由は、実現可能性に配慮したからである。

提供する食事は基準をクリアすることが目的ではなく、どのような食事にどのような栄養素の特徴があるのかが利用者に分かりやすくするためである。施設の献立分析を行い、料理ごとに栄養素の特徴を整理し、基準の実現可能性を確認していくことが望ましい。

【表 15】算出した基準値の切り捨て方法

日本食品標準成分表に示されている各栄養素の有効桁数	切り捨て方法
整数	一の位を切り捨て
小数点第一位	<p>小数点第一位の位を切り捨て</p> <p>注 1) 同一栄養素のいずれかの基準に 1 未満の値を含む場合には切り捨てずそのままとした (ビタミン B₁₂、ビタミン D)。</p> <p>注 2) 食塩摂取量は基準値より少なく摂取することが望ましいが、実現可能性に配慮し切り上げた。「健康な食事・食環境認証制度」におけるオプション項目の基準 2.5g 未満/食を採用した。</p> <p>注 3) 切り捨てた結果、「高い」基準と「含む」基準が同じ値になった場合は「高い」基準を残し、「含む」基準は削除した (ビタミン K)。</p>
小数点第二位	小数点第二位の位を切り捨て

【表 16】 食事・料理における栄養成分表示の基準値（RDA を用いる場合）

	RDA	含有量が「高い」ことを表示する場合は次の基準値以上であることを目安とする		栄養素を「含む」ことを表示する場合は次の基準値以上であることを目安とする	
		一定食当たり	一料理当たり	一定食当たり	一料理当たり
たんぱく質 (g)	65.0	32.0	21.0	16.0	10.0
カルシウム (mg)	800	400	260	200	130
マグネシウム (mg)	370	180	120	90	60
鉄 (mg)	11.0	5.0	3.0	2.0	1.0
亜鉛 (mg)	11.0	5.0	3.0	2.0	1.0
銅 (mg)	0.90	0.40	0.30	0.20	0.10
ビタミン A (μ gRAE)	900	450	300	220	150
ビタミン B ₁ (mg)	1.4	0.70	0.40	0.30	0.20
ビタミン B ₂ (mg)	1.60	0.80	0.50	0.40	0.20
ナイアシン (mg)	15.0	7.0	5.0	3.0	2.0
ビタミン B ₆ (mg)	1.40	0.70	0.40	0.30	0.20
ビタミン B ₁₂ (mg)	2.4	1.2	0.8	0.6	0.4
葉酸 (μ g)	240	120	80	60	40
ビタミン C (mg)	100	50	30	20	10

注 1) RDA は、成人男女の基準値のうち、最も高い数値を示す。

【表 17】 食事・料理における栄養成分表示の基準値（AI を用いる場合）

	AI	含有量が「高い」ことを表示する場合は次の基準値以上であることを目安とする		栄養素を「含む」ことを表示する場合は次の基準値以上であることを目安とする	
		一定食当たり	一料理当たり	一定食当たり	一料理当たり
カリウム (mg)	2500	830	550	670	440
ビタミン D (μ g)	8.5	2.8	1.8	1.0	0.6
ビタミン K (μ g)	150	50	30	未設定	未設定

【表 18】 食事・料理における栄養成分表示の基準値（DG を用いる場合）

	DG	含有量が「高い」ことを表示する場合は次の基準値以上であることを目安とする		栄養素を「含む」ことを表示する場合は次の基準値以上であることを目安とする	
		一定食当たり	一料理当たり	一定食当たり	一料理当たり
食物繊維 (g)	21.0 以上	7.0	3.0	4.0	2.0
	DG	含有量が「低い」ことを表示する場合は次の基準範囲であることを目安とする		栄養素を「含む」ことを表示する場合は次の基準範囲であることを目安とする	
		一定食当たり	一料理当たり	一定食当たり	一料理当たり
食塩相当量 (g)	6.5 未満	2.5 未満	未設定	未設定	未設定

3) 食事・料理における保健機能成分の考え方

販売促進として、保健機能成分を取り上げ、その働きや含有量を強調する場合には、食品中に含まれる栄養素以外の成分（オリゴ糖、ポリフェノール、カテキンなど）は、身体の正常な機能または生物活性に対する事実に基づいた生理学的な役割の説明であれば問題ありません。

また、期待できる働きを表示する場合には、その料理や献立に含まれている量についてチェックする必要があります。しかし、標準化された含有量データが公表されており、かつ生理機能が期待できる量についての科学的根拠が明らかである場合にしか強調することはできません。含有量は、学术论文を科学的根拠として推定してください。また、強調したい機能性についても、専門職として、科学的根拠に基づき判断してください。

4) 給食を介した情報提供のための表示の作り方例

単品料理の事例1 (表示可能範囲に留意すべき事例)		
想定条件	1) 施設 事業所 (カフェテリア方式)	
	2) 料理 かぼちゃサラダ(単品小鉢)	
	3) 取り上げたい内容 かぼちゃに含まれるビタミンAの生理機能	
	4) 情報提供媒体 POP(サンプルケース)	
	5) 情報提供のねらい アセスメントの結果、野菜の摂取量が少ないと考えられた利用者に対して、野菜を使用した小鉢(単品)に関する栄養情報を提供することで、野菜への興味・関心を高め、野菜摂取量増加および、小鉢料理の販売促進をねらいとする。	
	6) 備考 1品中のビタミンA量: 300 μ gRAE (かぼちゃ80g、にんじん5g)	
表示内容の確認の流れ	<p>STEP1 取り上げる献立・料理・食材に関する基礎情報の確認</p> <p>1) 提供予定の“かぼちゃサラダ”に含まれるビタミンA含量の確認</p> <p>2) 1)で確認した含有量をガイドにある基準値と照合して評価</p> <p>①対象料理に対してビタミンAについて表示することは適切か? →「含む旨の表示の基準」(150 μgRAE以上)を満たすため、表示は適切。</p> <p>②対象料理に対して「豊富(多く)」などの表示は適切か? →「高い旨の表示の基準」(300 μgRAE以上)を満たすため、表示は適切。</p>	<p><活用資料例></p> <ul style="list-style-type: none"> ■日本食品標準成分表2020年版(八訂) ■業者提供の成分分析結果 ■本ガイド
	<p>STEP2 取り上げたい情報に関するエビデンスを確認</p> <p>参考資料を用いてビタミンAの生理機能について確認。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■栄養表示基準 ■栄養学の書籍
	<p>STEP3 栄養情報提供の媒体作成</p>	
	<p>STEP4 表示内容の確認</p> <p>不適切な表示が含まれていないか?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■本ガイド
表現例	<p>不適切例 かぼちゃサラダには、カロテン(ビタミンA)が豊富に含まれ、<u>老化防止</u>や<u>がん予防</u>に役立ちます。</p>	
	<p>適切例 かぼちゃサラダには、カロテン(ビタミンA)が豊富に含まれています。カロテン(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。</p>	
<p>考え方</p>	<p>対象料理は、1品あたりのビタミンA含量がガイドの「高い旨の表示の基準」を満たしており、「豊富に含まれる」と表示することに問題はないと判断できる。</p> <p>不適切例では、「老化防止」、「がん予防」との表示がなされている。これは「疾病」の予防に関する表示であることから避けた方がよいと判断される。また、不適切例は、「老化防止やがん予防に役立つ」という機能に関する記述の主語が、かぼちゃサラダか、ビタミンAか曖昧である。利用者の誤認を招かないよう、「何」がもつ「機能」なのか、明確に表現すべきと判断される。</p>	

単品料理の事例2 (含有量の表現に留意すべき事例)		
想定条件	1) 施設 事業所 (カフェテリア方式)	
	2) 料理 きゅうりのコロコロチーズサラダ(単品小鉢)	
	3) 取り上げたい内容 チーズに含まれるカルシウムの生理機能	
	4) 情報提供媒体 POP(サンプルケース)	
	5) 情報提供のねらい アセスメントの結果、カルシウム摂取量が少ないと考えられた利用者に対して、チーズを使用したサラダ(単品)について、カルシウムに関する栄養情報を提供することで、カルシウムへの興味・関心を高め、カルシウム摂取量増加および、サラダの販売促進をねらいとする。	
	6) 備考 1品中のカルシウム量:63mg (プロセスチーズ10g)	
表示内容の確認の流れ	STEP1 取り上げる献立・料理・食材に関する基礎情報の確認 1) 提供予定の“きゅうりのコロコロチーズサラダ”に含まれるカルシウム含有量の確認 2) 1)で確認した含有量をガイドにある基準値と照合して評価 ①対象料理に対してカルシウムについて表示することは適切か? →「含む旨の表示の基準」(130mg以上)を満たさず、表示は不適。 ②対象料理に対して「豊富(多く)」などの表示は適切か? →「高い旨の表示の基準」(260mg以上)を満たさず、表示は不適。	<活用資料例> ■日本食品標準成分表2020年版(八訂) ■業者提供の成分分析結果 ■本ガイド
	STEP2 取り上げたい情報に関するエビデンスを確認 参考資料を用いてカルシウムの生理機能について確認。	■栄養表示基準 ■栄養学の書籍
	STEP3 栄養情報提供の媒体作成	
	STEP4 表示内容の確認 不適切な表示が含まれていないか?	■本ガイド
不適切例	チーズにはカルシウムが豊富に含まれ ^① 、骨粗鬆症や高血圧予防 ^② に役立ちます。	
適切例	(この料理の場合、カルシウムを取り上げることは不適切)	
表 現 例	考え方 ①プロセスチーズ自体にはカルシウムが豊富に含まれている(630mg/100g)が、この料理に使用しているチーズの量は10gと少なく、サラダ1品中のカルシウム量(63mg)はガイドの「含む旨の表示の基準」、「高い旨の表示の基準」に満たない量である。利用者が「この料理を摂取すれば、カルシウムが豊富に摂取できる」と誤認することを防ぐため、この料理に対してカルシウムの表示することは不適切と判断される。②:疾病の予防に関する表示は適切ではない。	

**単品料理の事例3
(栄養素以外の機能成分に関する事例)**

想定条件	1) 施設	事業所 (カフェテリア方式)
	2) 料理	豆腐ステーキ(主菜)
	3) 取り上げたい内容	豆腐に含まれるイソフラボンの生理機能
	4) 情報提供媒体	POP(サンプルケース)
	5) 情報提供のねらい	アセスメントの結果、肉料理の選択が多く、かつエネルギー、脂質摂取量が多いという特徴のある利用者に対して、豆腐を使用した主菜(単品)に関する情報を提供することで、豆腐を使用した料理への興味・関心を高め、肉類以外の主菜選択数の増加および、豆腐を使用した料理の販売促進をねらいとする。
	6) 備考	1品中のイソフラボン量:24.4mg (豆腐120g)

表示内容の確認の流れ	<p>STEP1 取り上げる献立・料理・食材に関する基礎情報の確認</p> <p>1) 提供予定の“豆腐ステーキ”に含まれるイソフラボン含量の確認</p> <ul style="list-style-type: none"> ・豆腐に含まれる大豆イソフラボン(大豆イソフラボンアグリコンとして) 17.1-24.3(平均20.3)mg/100g ・料理で使用する豆腐の重量120gの場合 24.4mg <p>2) 1)で確認した含有量を資料を用いて評価</p> <p>大豆イソフラボンの安全な一日摂取目安量上限値:70-75mg/日 (食品として摂取する大豆イソフラボン 15-22mg(日常摂取量))</p> <p>「含む旨の表示の基準」を日常摂取量(15-22mg)の1/6と設定すると3.1mgとなる。「高い旨の表示の基準」を日常摂取量(15-22mg)の1/3とすると6.2mgとなる。</p> <p>①対象料理に対してイソフラボンについて表示することは適切か? →「含む旨の表示の基準」(3.1mg以上)を満たしており、表示は適切。</p> <p>②対象料理に対して「豊富(多く)」などの表示は適切か? →「高い旨の表示の基準」(6.2mg以上)を満たしており、表示は適切。</p>	<p><活用資料例></p> <p>■ 食品安全委員会HP</p> <p>■ 食品安全委員会HP</p> <p>■ 本ガイド</p>
	<p>STEP2 取り上げたい情報に関するエビデンスを確認</p> <p>参考資料を用いてイソフラボンの生理機能について確認。</p>	<p>■ 国立健康・栄養研究所HP</p>
	<p>STEP3 栄養情報提供の媒体作成</p>	
	<p>STEP4 表示内容の確認</p> <p>不適切な表示が含まれていないか?</p>	<p>■ 本ガイド</p>

不適切例 大豆に豊富に含まれるイソフラボンは、悪玉コレステロール減少させる作用があります。

適切例 大豆に豊富に含まれるイソフラボンは、血圧を低下させる作用があるといわれています。

考え方 対象料理1品中に含まれるイソフラボンの量は、STEP1)で設定した「高い旨を表示する基準」を満たす量であることから、「豊富に含まれる」との表示は適切と判断した。

不適切例については、「悪玉コレステロールを減少させる作用」については、過去の報告例は少なく、肯定的、否定的なエビデンスが混在している状態であり、今後、更なるエビデンスの蓄積が必要といわれていることから、表示するのは適切ではないと判断した。

適切例にある、血圧を低下させる作用については、無作為化プラセボ比較試験14報について検討したメタ分析において、正常もしくは高血圧前症の成人による大豆イソフラボンの摂取が血圧を低下させたとの報告があることから、表示することに問題は無いと判断した。


献立の事例 (含有量の表現に留意すべき事例)		
想定条件	1) 施設 事業所 (定食方式)	
	2) 料理 野菜たっぷりランチ(ヘルシーメニュー)	
	3) 取り上げたい内容 野菜に含まれる食物繊維の生理機能	
	4) 情報提供媒体 POP(サンプルケース)	
	5) 情報提供のねらい アセスメントの結果、日常的にエネルギー、脂質摂取量が多く、野菜摂取量が少ないという特徴のある利用者に対して、野菜たっぷりランチ(定食)に食物繊維の情報を提供することで、野菜を使用した料理への興味・関心を高め、野菜摂取量の増加および、ヘルシーメニューの販売促進をねらいとする。	
	6) 備考 1食中の食物繊維総量:7.2g (1定食あたり野菜125g)	
表示内容の確認の流れ	STEP1 取り上げる献立・料理・食材に関する基礎情報の確認 1) 提供予定の“野菜たっぷりランチ”に含まれる食物繊維含量の確認 2) 1)で確認した含有量をガイドにある基準値と照合して評価 ①対象料理に対して食物繊維について表示することは適切か? →「含む旨の表示の基準」(4.0以上)を満たしており、表示は適切。 ②対象料理に対して「豊富(多く)」などの表示は適切か? →「高い旨の表示の基準」(7.0g以上)を満たしており、表示は適切。	<活用資料例> ■日本食品標準成分表2020年版(八訂) ■業者提供の成分分析結果 ■本ガイド
	STEP2 取り上げたい情報に関するエビデンスを確認 参考資料を用いて食物繊維の生理機能について確認。	■栄養表示基準 ■栄養学の書籍
	STEP3 栄養情報提供の媒体作成	
	STEP4 表示内容の確認 不適切な表示が含まれていないか?	■本ガイド
表現例	不適切例 この定食には食物繊維がたっぷり含まれています。食物繊維は動脈硬化の予防に役立ちます。	
	適切例 この定食には食物繊維がたっぷり含まれています。食物繊維は小腸におけるコレステロールの吸収を助け、体外に排出させやすくする働きがあります。	
	考え方 この定食には食物繊維が7.2g含まれており、ガイドの「高い旨を表示する基準」を満たしており、「たっぷり含まれている」と表示することは適切であると判断される。 不適切例については、疾病の予防に関する表示が適切ではないと判断した。	

5) 給食を介した情報提供のための表示のチェック例

日本給食サービス協会の会員企業の協力による表示の事例をもとに、チェックのポイントとチェック事例を作成しました。

表示チェック例

事例1.「疾病の治療または予防を目的とする効果」の表示①

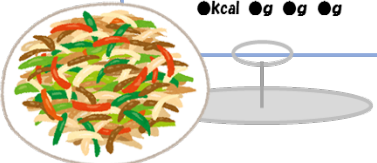
<p>【食堂入り口 料理用POP】</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 概要 <ul style="list-style-type: none"> ・ 設置場所: 食堂入り口 ・ 表示媒体: 料理用POP ・ 表示対象: 料理(ミネストローネ) ・ 内容: ミネストローネのかぜ予防効果 ■ 現在の栄養成分の表示項目 <ul style="list-style-type: none"> ・ エネルギー、たんぱく質、脂質、食塩相当量 ■ 強調したい栄養成分の含有量 <ul style="list-style-type: none"> ・ ビタミンA活性当量: 205μg RAE
---	--

チェックポイント

評価	理由	備考						
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">×</div> Check1 エビデンスはあるか	ミネストローネに「かぜ予防」効能効果があるかエビデンス不明 ※ミネストローネに含まれる何らかの成分を想定した表示かもしれないが、表示ではそのことがわからない。							
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">×</div> Check2 表現は適切か	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>1)健康保持増進等の表現</p> <p>「かぜ予防」 「かぜ予防」は、「疾病の治療または予防を目的とする効果」の表現にあたる。これは、医薬品的な効能効果の表示に該当するため、表示は適切ではない。</p> <p style="text-align: center; background-color: #e0f0ff;">他の不適切事例</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;">・ メタボ予防に。</td> <td style="width: 50%;">・ 骨粗鬆症の予防に。</td> </tr> <tr> <td>・ 生活習慣病の予防・改善に。</td> <td>・ 糖尿病の改善に。</td> </tr> <tr> <td>・ 高血圧予防に。</td> <td>・ 暑さで弱った胃に。</td> </tr> </table> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>2)表示は何を説明しているのか明確か?</p> <p>表示に主語はなく、POPの設置状況から「ミネストローネ」の効能効果を説明している印象を受ける。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>3)「多い・含む」の表現は適切か? (非該当)</p> </div>	・ メタボ予防に。	・ 骨粗鬆症の予防に。	・ 生活習慣病の予防・改善に。	・ 糖尿病の改善に。	・ 高血圧予防に。	・ 暑さで弱った胃に。	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block; margin-bottom: 10px;">×</div> <ul style="list-style-type: none"> ・ ガイド16頁 ・ ガイド48頁 (資料6.7.8)
・ メタボ予防に。	・ 骨粗鬆症の予防に。							
・ 生活習慣病の予防・改善に。	・ 糖尿病の改善に。							
・ 高血圧予防に。	・ 暑さで弱った胃に。							
表示の適否	適否の理由・修正のポイント							
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">×</div> 不適	<ul style="list-style-type: none"> ・ エビデンス、表現に問題があるため表示は適切ではない。 ・ 本ガイドのビタミンAの「含む」基準(150μg RAE)を上回っている。 ・ 「供給源！」と表示する場合、POPにビタミンA含量を表示することが望ましい。 ・ 何かもつ機能が、間違っって伝わらないよう主語に気を付ける。 ・ 疾病に注目するのではなく、視点を変えたメッセージにする。 <p>【修正例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 「カロテンの供給源！」 ・ ミネストローネには、カロテンが含まれます。カロテンは、皮膚や粘膜を健康に保ちます。 ・ 温かいスープでほっかほか！ 							

表示チェック例

事例2. 「疾病の治療または予防を目的とする効果」の表示②

<p>【食堂入り口 料理用POP】</p> <div style="border: 1px solid blue; padding: 10px; text-align: center;"> <p>チンジャオロース</p> <p>たけのこには、 カリウムたっぷり！ カリウムは、高血圧予防に効果 があります。</p> <p>●Kcal ●g ●g ●g</p>  </div>	<ul style="list-style-type: none"> ■ 概要 <ul style="list-style-type: none"> ・設置場所: 食堂入り口 ・表示媒体: 料理用POP ・表示対象: 料理(チンジャオロース) ・内容: カリウムの高血圧予防効果 ■ 現在の栄養成分の表示項目 <ul style="list-style-type: none"> ・エネルギー、たんぱく質、脂質、食塩相当量 ■ 強調したい栄養成分の含有量 <ul style="list-style-type: none"> ・カリウム: 380mg ・ビタミンC: 30mg
---	---

チェックポイント

評価	理由	備考
<div style="border: 1px solid red; padding: 5px; display: inline-block; text-align: center; width: 20px; height: 20px; line-height: 20px;">○</div> <p>Check1 エビデンスはあるか</p>	<p>カリウムの高血圧予防のエビデンス</p> <ul style="list-style-type: none"> ・カリウム摂取量を増加させることにより、血圧低下につながる。 ・カリウムを多く摂取すると高血圧の予防につながる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ガイド48頁 (資料2,3)
<div style="border: 1px solid red; padding: 5px; display: inline-block; text-align: center; width: 20px; height: 20px; line-height: 20px;">×</div> <p>Check2 表現は適切か</p>	<p>1)健康保持増進等の表現</p> <p>「…カリウムは、高血圧予防に効果があります。」 「高血圧予防」は、疾病の治療又は予防を目的とする効果についての表現にあたる。これは、医薬品的な効果効果の表示に該当するため、表示は適切ではない。</p> <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p style="background-color: #d9e1f2; margin: 0;">他の不適切事例</p> <ul style="list-style-type: none"> ・メタボ予防に。 ・生活習慣病の予防・改善に。 ・暑さで弱った胃に。 ・骨粗鬆症の予防に。 ・糖尿病の改善に。 </div> <p>2)表示は何を説明しているのか明確か? カリウムの高血圧予防の効果</p> <p>3)「多い・含む」の表現は適切か? この料理のカリウム含量は、本ガイドの「含む」の基準(440mg)を下回っていることから、この料理にカリウムの表示をすることは適切でない。</p>	<div style="border: 1px solid red; padding: 5px; display: inline-block; text-align: center; width: 20px; height: 20px; line-height: 20px;">×</div> <ul style="list-style-type: none"> ・ガイド16頁 ・ガイド48頁 (資料6,7,8) <div style="border: 1px solid red; padding: 5px; display: inline-block; text-align: center; width: 20px; height: 20px; line-height: 20px; margin-top: 10px;">○</div> <div style="border: 1px solid red; padding: 5px; display: inline-block; text-align: center; width: 20px; height: 20px; line-height: 20px; margin-top: 10px;">×</div> <ul style="list-style-type: none"> ・ガイド25頁
表示の適否	適否の理由・修正のポイント	
<div style="border: 1px solid red; padding: 5px; display: inline-block; text-align: center; width: 20px; height: 20px; line-height: 20px;">×</div> <p>不適切</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・カリウムは、この料理に含まれる量が少ないため、豊富に含まれるビタミンCについてのメッセージにする。 ・ビタミンCの栄養機能食品の機能を表示に活用する。 ・疾病に注目するのではなく、視点を変えたメッセージにする。 <p>【修正例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ピーマンには、ビタミンCたっぷり！ビタミンCは、抗酸化作用をもつ栄養素です。 ・たけのこは今が旬！おいしい季節です！ 	

表示チェック例

事例3. 「疾病を有する者、疾病の予防を期待する者、好ましくない身体状態にある者を対象とする旨」の表示


<p>【食堂入り口 料理用POP】</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ 概要 <ul style="list-style-type: none"> ・ 設置場所: 食堂入り口 ・ 表示媒体: 料理用POP ・ 表示対象: 料理(ロールキャベツ) ・ 内容: キャベツの健胃作用 ■ 現在の栄養成分の表示項目 <ul style="list-style-type: none"> ・ エネルギー、たんぱく質、脂質、食塩相当量 ■ 強調したい栄養成分の含有量 (不明)
-----------------------	---

チェックポイント

評価	理由	備考
<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">×</div> Check1 エビデンスはあるか	キャベツは、俗に、「胃に良い」「便秘解消に良い」「がんを予防する」などと言われているが、ヒトでの有効性については信頼できる十分な情報は見当たらない。	<ul style="list-style-type: none"> ・ ガイド48頁 (資料5)
<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">×</div> Check2 表現は適切か	<p>1)健康保持増進等の表現</p> <p>「・・・胃腸の弱った方にお勧めです」</p> <p>本ガイドでは、①「疾病治療または予防を目的とする効果」、②「身体の組織機能の増強、増進を主たる目的とする効果」に関する表現は、医薬品的な効能効果の表現にあたるため表示は適切ではないと判断する。</p> <p>疾病を有する者、疾病の予防を期待する者、好ましくない身体状態にある者を対象とする旨の表現は、①②を暗示する表現であり、表示は適切ではない。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p style="text-align: center; margin: 0;">他の不適切事例</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 肉体疲労時に ・ 病中病後の体力低下時に ・ ○○病でお困りの方に ・ 胃腸障害時に ・ ○○病が気になる方に ・ しわが気になる方に </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px; background-color: #e0f0e0;"> <p style="text-align: center; margin: 0;">適切例(医薬品的な効能効果に該当しない表現)</p> <p style="margin: 0;">疾病を有する者、疾病の予防を期待する者、好ましくない身体状態にある者以外の者を対象とする旨の表現</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 食事が不規則な方(の栄養補給)に ・ 健康維持を心掛けている方に ・ 日頃の食事で食物繊維不足を感じている方に ・ スポーツをする方のたんぱく質補給に </div> <p style="margin-top: 10px;">2)表示は何を説明しているのが明確か? キャベツの健胃作用</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block; margin-left: 100px;">○</div> <p style="margin-top: 10px;">3)「多い・含む」の表現は適切か? (非該当)</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block; margin-left: 100px;">-</div>	<ul style="list-style-type: none"> ・ ガイド16頁
表示の適否	適否の理由・修正のポイント	
<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">×</div> 不適切	エビデンス、表現に問題があるため表示は適切ではない。 【修正例】 <ul style="list-style-type: none"> ・ キャベツの甘みを感じるやさしい味わいの一品です。 	

表示チェック例

事例4. 「身体の組織機能の一般的増強、増進効果を主たる目的とする効果」の表示①


<p>【食堂入り口 料理用POP】</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 概要 <ul style="list-style-type: none"> ・ 設置場所: 食堂入り口 ・ 表示媒体: 料理用POP ・ 表示対象: 料理(かぼちゃの煮物) ・ 内容: 「かぼちゃの煮物」の老化防止作用 ■ 現在の栄養成分の表示項目 <ul style="list-style-type: none"> ・ エネルギー、たんぱく質、脂質、食塩相当量 ■ 強調したい栄養成分の含有量 <ul style="list-style-type: none"> ・ ビタミンA活性当量: 310µgRAE
---	--

チェックポイント

評価	理由	備考																		
<p>✘ Check1 エビデンスはあるか</p>	<p>かぼちゃの煮物に「老化防止」作用があるというエビデンスはない。 ※何がもつ効能効果が曖昧で、「老化防止」が「かぼちゃの煮物」の効能効果のように受け取れる。</p>																			
<p>✘ Check2 表現は適切か</p>	<p>1)健康保持増進等の表現 「...老化防止に役立ちます」 ✘</p> <p>「老化防止」は、「身体の組織機能の一般的増強、増進効果を主たる目的とする効果」の表示にあたる。これは、医薬品的な効能効果の表示に該当するため、表示は適切ではない。</p> <table border="1" data-bbox="587 1126 1232 1328"> <tr> <th colspan="3">他の不適切事例</th> </tr> <tr> <td>・ 老化防止</td> <td>・ 若返り</td> <td>・ 脳を活性化</td> </tr> <tr> <td>・ 体力増強</td> <td>・ 疲労回復</td> <td>・ 食欲増進</td> </tr> <tr> <td>・ 血液サラサラ</td> <td>・ 血液浄化</td> <td>・ 免疫力向上</td> </tr> <tr> <td>・ 学力向上</td> <td>・ 胃の働きを高める</td> <td>・ 脂肪燃焼促進</td> </tr> <tr> <td>・ 肝機能向上</td> <td>・ 新陳代謝を高める</td> <td></td> </tr> </table> <p>2)表示は何を説明しているのか明確か? ✘ 主語が曖昧で、「老化防止」が「かぼちゃの煮物」の持つ効能・効果のような印象を受ける。</p> <p>3)「多い・含む」の表現は適切か? ○ この料理のビタミンA含量は、本ガイドの「高い」基準(300 µgRAE)を上回っていることから、「たっぷり」と表示するのは適切。</p>	他の不適切事例			・ 老化防止	・ 若返り	・ 脳を活性化	・ 体力増強	・ 疲労回復	・ 食欲増進	・ 血液サラサラ	・ 血液浄化	・ 免疫力向上	・ 学力向上	・ 胃の働きを高める	・ 脂肪燃焼促進	・ 肝機能向上	・ 新陳代謝を高める		<p>・ ガイド16頁</p> <p>・ ガイド25頁</p>
他の不適切事例																				
・ 老化防止	・ 若返り	・ 脳を活性化																		
・ 体力増強	・ 疲労回復	・ 食欲増進																		
・ 血液サラサラ	・ 血液浄化	・ 免疫力向上																		
・ 学力向上	・ 胃の働きを高める	・ 脂肪燃焼促進																		
・ 肝機能向上	・ 新陳代謝を高める																			
<p>表示の適否</p>	<p>適否の理由・修正のポイント</p>																			
<p>✘ 不適切</p>	<p>・ エビデンス、表現に問題があるため表示は適切ではない。 ・ 「たっぷり」と表示する場合、POPにビタミンA含量を表示することが望ましい。</p> <p>【修正例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ビタミンAが豊富！ビタミンAは目の健康に役立つ栄養素です。 ・ ビタミンAたっぷり！ビタミンAは目や皮膚、免疫システムが適切に機能するために必要です。 ・ 健康維持のために大切な、ビタミンAを豊富に含んでいます。 																			

表示チェック例

事例5. 「身体の組織機能の一般的増強、増進効果を主たる目的とする効果」の表示②

<p>【食堂入り口 料理用POP】</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 概要 <ul style="list-style-type: none"> ・ 設置場所: 食堂入り口 ・ 表示媒体: 料理用POP ・ 表示対象: 料理(鶏肉の南蛮漬け) ・ 内容: 酢の疲労回復効果 ■ 現在の栄養成分の表示項目 <ul style="list-style-type: none"> ・ エネルギー、たんぱく質、脂質、食塩相当量 ■ 強調したい栄養成分の含有量 (非該当)
---	---

チェックポイント

評価	理由	備考
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">×</div> Check1 エビデンスはあるか	酢は、俗に「疲労回復によい」「血圧を下げる」「血流を改善する」「脂質代謝を改善する」「糖代謝を改善する」と言われているが、ヒトでの有効性については信頼できる十分なデータはない。	・ ガイド48頁 (資料5)
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">×</div> Check2 表現は適切か	<p>1)健康保持増進等の表現</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="width: 80%;"> <p>「・・・疲労回復をサポートします」</p> <p>「疲労回復」は、「身体の組織機能の一般的増強、増進効果を主たる目的とする効果」の表示にあたる。これは、医薬品的な効能効果の表示に該当するため、表示は適切ではない。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; width: 15%;">×</div> </div> <p>2)表示は何を説明しているのか明確か？</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="width: 80%;">料理に使用されている「酢」の効能効果</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; width: 15%;">○</div> </div> <p>3)「多い・含む」の表現は適切か？ (非該当)</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="width: 80%;"></div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; width: 15%;">-</div> </div>	・ ガイド16頁
表示の適否	適否の理由・修正のポイント	
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">×</div> 不適切	エビデンス、表現に問題があるため、表示は適切ではない。 【修正例】 ・ほどよい酸味の南蛮漬け。 ・暑い夏の日におすすめ！	

表示チェック例


事例6. 「ある成分の特定の保健の用途に適する旨の効果」の表示①

【食堂入り口 料理用POP】

焼きサンマ定食

サンマに含まれる
DHA、EPAは
血中の悪玉コレステロールを
低下させる作用があります。

●kcal ●g ●g ●g



- 概要
 - ・ 設置場所: 食堂入り口
 - ・ 表示媒体: 献立用POP
 - ・ 表示対象: 定食(焼きサンマ定食)
 - ・ 内容: DHA、EPAの悪玉コレステロールの低下作用
- 現在の栄養成分の表示項目
 - ・ エネルギー、たんぱく質、脂質、食塩相当量
- 強調したい栄養成分の含有量
 - ・ EPA含有量: 1600mg
 - ・ DHA含有量: 2300mg

チェックポイント

評価	理由	備考
<input type="checkbox"/> Check1 エビデンスはあるか	<p>EPAやDHA等のn-3系脂肪酸は、血液中のLDLコレステロールや中性脂肪を減らし、HDLコレステロール値を上昇させる作用がある。俗に、「動脈硬化、脂質異常症、認知症などの予防や改善によい」「アトピー、アレルギー等によい」などと言われているが、ヒトにおいては冠動脈疾患に有効性が示唆されている。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ ガイド48頁(資料3)
<input type="checkbox"/> Check2 表現は適切か	<p>1)健康保持増進等の表現</p> <p>「・・・血中の悪玉コレステロールを低下させる」</p> <p>本ガイドでは、①「疾病治療または予防を目的とする効果」、②「身体の組織機能の増強、増進を主たる目的とする効果」を除く、栄養成分等の効果について表現することは問題ないと判断する。</p> <p>「血中の悪玉コレステロールを低下させる」の表現は①②に該当しないため、表示は適切。</p> <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p style="text-align: center; color: blue;">適切例(ある成分の特定の保健の用途に適する旨の効果の表現)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ おなかの調子を整えます。 ・ コレステロールの吸収を抑える。 ・ 食後の血中中性脂肪の上昇を抑える。 ・ 血圧が高めの方に適する。 </div> <p>2)表示は何を説明しているのか明確か?</p> <p>EPA、DHAの悪玉コレステロール低下作用。</p> <p>3)「多い・含む」の表現は適切か? (非該当)</p>	<div style="text-align: center; margin-bottom: 10px;"> <input type="checkbox"/> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・ ガイド16頁 ・ ガイド48頁(資料6)
表示の適否	適否の理由・修正のポイント	
<input type="checkbox"/> 適切	<p>・ 表示内容は、「疾病治療または予防を目的とする効果」、「身体の組織機能の増強、増進を主たる目的とする効果」には該当しないことから、表示は適切と判断できる。</p> <p>ただし、EPA、DHAについて表示するのであれば、POPに含有量を表示した方がよい。</p>	

表示チェック例


事例7. 「ある成分の特定の保健の用途に適する旨の効果」の表示②

【食堂入り口 料理用POP】

わかめスープ

わかめに含まれる食物繊維には、
食後の血糖の上昇を
緩やかにする働きがあります。

●Kcal ●g ●g ●g ●g



- 概要
 - ・ 設置場所: 食堂入り口
 - ・ 表示媒体: 献立用POP
 - ・ 表示対象: 料理(わかめスープ)
 - ・ 内容: 食物繊維の糖吸収に関する作用
- 現在の栄養成分の表示項目
 - ・ エネルギー、たんぱく質、脂質、食塩相当量、食物繊維
- 強調したい栄養成分の含有量
 - ・ 食物繊維: 0.8g

チェックポイント

評価	理由	備考
<div style="border: 1px solid red; border-radius: 50%; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">○</div> <p>Check1 エビデンスはあるか</p>	<p>食物繊維のうち水溶性食物繊維は、水分を吸収して膨張し、摂取した食品での滞留時間を長くさせる。また、小腸で糖が吸収される際、膨張した水溶性食物繊維によって糖が消化酵素と接しにくくなり、吸収に伴う血糖値の上昇が穏やかになる。また、コレステロールの吸収を妨げ、体外に排出されやすくする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ ガイド48頁 (資料3)
<div style="border: 1px solid red; border-radius: 50%; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">×</div> <p>Check2 表現は適切か</p>	<p>1)健康保持増進等の表現</p> <p>「・・・食後の血糖値の上昇を緩やかにします。」</p> <p>本ガイドでは、①「疾病治療または予防を目的とする効果」、②「身体の組織機能の増強、増進を主たる目的とする効果」を除く、栄養成分等の効果について表現することは問題ないと判断する。</p> <p>「食後の血糖の上昇を緩やかにする」の表現は①②に該当しないため、表示は適切。</p> <p style="text-align: right; margin-right: 20px;"><div style="border: 1px solid red; border-radius: 50%; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center;">○</div></p> <p>2)表示は何を説明しているのか明確か?</p> <p>食物繊維の糖吸収に関する作用</p> <p style="text-align: right; margin-right: 20px;"><div style="border: 1px solid red; border-radius: 50%; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center;">○</div></p> <p>3)「多い・含む」の表現は適切か?</p> <p>この料理の食物繊維含有量は、ガイドの「含む」の基準を下回っており、この料理に食物繊維の表示をすることは適切ではない。</p> <p style="text-align: right; margin-right: 20px;"><div style="border: 1px solid red; border-radius: 50%; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center;">×</div></p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ ガイド16頁 ・ ガイド48頁 (資料6) ・ ガイド25頁
表示の適否	適否の理由・修正のポイント	
<div style="border: 1px solid red; border-radius: 50%; width: 20px; height: 20px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">×</div> <p>不適切</p>	<p>・表示内容は、「疾病治療または予防を目的とする効果」、「身体の組織機能の増強、増進を主たる目的とする効果」には該当しない。しかし、この料理の食物繊維含有量はガイドの「含む」の基準を下回っていることから、表示は適切ではない。</p>	

表示チェック例


事例8. 「ある成分の特定の保健の用途に適する旨の効果」の表示③

【食堂入り口 料理用POP】

ごま団子

ごまに含まれるゴマリグナンは
老化の原因となる
活性酸素の生成を抑えます。

●Kcal ●g ●g ●g




- 概要
 - ・ 設置場所: 食堂入り口
 - ・ 表示媒体: 献立用POP
 - ・ 表示対象: 料理(ごま団子)
 - ・ 内容: ゴマリグナンの老化防止作用
- 現在の栄養成分の表示項目
 - ・ エネルギー、たんぱく質、脂質、食塩相当量
- 強調したい栄養成分の含有量
(不明)

チェックポイント

評価	理由	備考
<div style="border: 1px solid red; padding: 2px; display: inline-block; color: red; font-weight: bold;">×</div> <p>Check1 エビデンスはあるか</p>	<p>ゴマリグナンはゴマに含まれる抗酸化物質である。俗に、「がんや老化の予防に効果がある」と言われているが、ヒトでの有効性については明らかではない。</p>	<p>・ガイド48頁 (資料5, 10)</p>
<div style="border: 1px solid red; padding: 2px; display: inline-block; color: red; font-weight: bold;">×</div> <p>Check2 表現は適切か</p>	<p>1)健康保持増進等の表現</p> <p>「…<u>老化の原因となる活性酸素の生成を抑えます</u>」 ゴマリグナンは抗酸化物質ではあるが、「…老化の原因となる活性酸素の生成を抑えます」と表現することで、ゴマリグナンに老化防止作用があると読み取れる。 「老化防止」は「身体の組織機能の一般的増強、増進効果を主たる目的とする効果」の表示にあたる。医薬品的な効能効果の表示に該当するため、表示は適切ではない。</p> <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p style="text-align: center; background-color: #e1eef6; margin: 0;">他の不適切事例</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ <u>DHAは血液中の悪玉コレステロールを低下させ、動脈硬化を予防します。</u> ・ <u>食物繊維は食後の血糖値の上昇を緩やかにし、糖尿病の方にお勧めです。</u> </div> <p>2)表示は何を説明しているのか明確か? ゴマリグナンの抗酸化作用による老化防止作用</p> <p>3)「多い・含む」の表現は適切か? (非該当)</p>	<div style="border: 1px solid red; padding: 2px; display: inline-block; color: red; font-weight: bold;">×</div> <p>・ガイド16頁</p>
表示の適否	適否の理由・修正のポイント	
<div style="border: 1px solid red; padding: 2px; display: inline-block; color: red; font-weight: bold;">×</div> <p>不適切</p>	<p>ゴマリグナンの老化防止作用に関するエビデンスはないため、表示は不適切。</p> <p>【修正例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ごまの香ばしい風味ともちもちの食感がおいしい一品です。 	

表示チェック例

事例9. 「ある成分の特定部位の健康維持効果」の表示①

<p>【食堂入り口 料理用POP】</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>ポテトサラダ</p> <p>じゃが芋はVCが豊富。 VCは肌の健康に 役立ちます</p> <p>●kcal ●g ●g ●g ●mg</p>  </div>	<ul style="list-style-type: none"> ■ 概要 <ul style="list-style-type: none"> ・ 設置場所: 食堂入り口 ・ 表示媒体: 料理用POP ・ 表示対象: 料理(ポテトサラダ) ・ 内容: ビタミンCの肌の健康作用 ■ 現在の栄養成分の表示項目 <ul style="list-style-type: none"> ・ エネルギー、たんぱく質、脂質、食塩相当量 ・ ビタミンC ■ 強調したい栄養成分の含有量 <ul style="list-style-type: none"> ・ ビタミンC含量: 32mg
---	--

チェックポイント

評価	理由	備考
<input type="checkbox"/> Check1 エビデンスはあるか	ビタミンCは皮膚や粘膜の健康維持を助ける。	・ ガイド48頁 (資料1)
<input type="checkbox"/> Check2 表現は適切か	<p>1)健康保持増進等の表現</p> <p>「…肌の健康に役立ちます」</p> <p>本ガイドでは、①「疾病治療または予防を目的とする効果」、②「身体の組織機能の増強、増進を主たる目的とする効果」を除く、栄養成分等の効果について表現することは問題ないと判断する。 「肌の健康に役立つ」は①②に該当しないため、表示は適切。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p style="text-align: center;">適切例(栄養素の機能に関する表現)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 亜鉛は味覚を正常に保つのに必要な栄養素です。 ・ カリウムは正常な血圧を保つのに必要な栄養素です。 ・ 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。 ・ 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。 </div> <p>2)表示は何を説明しているのが明確か?</p> <p>ビタミンCの肌の健康に及ぼす効果</p> <p>3)「多い・含む」の表現は適切か?</p> <p>この料理のビタミンC含量(32mg)はガイド基準(「高い」: 30mg)より多く、「豊富」と表示することは適切。</p>	<div style="display: flex; flex-direction: column; align-items: center;"> <div style="margin-bottom: 20px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div style="margin-bottom: 20px;"> <input type="checkbox"/> </div> <div> <input type="checkbox"/> </div> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・ ガイド16頁 ・ ガイド48頁 (資料6) ・ ガイド18頁 ・ ガイド48頁 (資料1) ・ ガイド25頁
表示の適否	適否の理由・修正のポイント	
<input type="checkbox"/> 適切	・この料理のビタミンC含量は「高い」の基準以上であり、表示内容は、「疾病治療または予防を目的とする効果」、「身体の組織機能の増強、増進を主たる目的とする効果」にも該当しないことから、表示は適切と判断できる。	

表示チェック例

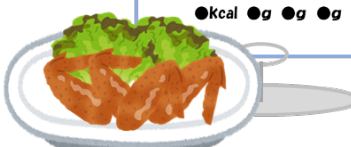
事例10. 「ある成分の特定部位の健康維持効果」の表示②

【食堂入り口 料理用POP】

手羽先の唐揚げ

手羽先には
コラーゲンが豊富に含まれ、
美肌に効果的です。

●Kcal ●g ●g ●g



- 概要
 - ・ 設置場所: 食堂入り口
 - ・ 表示媒体: 料理用POP
 - ・ 表示対象: 料理(手羽先の唐揚げ)
 - ・ 内容: コラーゲンの肌の健康への健康作用
- 現在の栄養成分の表示項目
 - ・ エネルギー、たんぱく質、脂質、食塩相当量
- 強調したい栄養成分の含有量
(不明)

チェックポイント

評価	理由	備考	
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block; width: 30px; height: 30px; line-height: 30px; font-size: 24px; color: red;">×</div>	Check1 エビデンスはあるか	コラーゲンは皮膚や骨・軟骨を構成する物質としてなくてはならないたんぱく質である。俗に、「美容によい」「骨・関節疾患に伴う症状の緩和によい」などと言われているが、ヒトでの有効性については信頼できるデータが十分に見当たらない。	・ ガイド48頁 (資料5)
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block; width: 30px; height: 30px; line-height: 30px; font-size: 24px; color: red;">×</div>	Check2 表現は適切か	<p>1)健康保持増進等の表現</p> <p>本ガイドでは、①「疾病治療または予防を目的とする効果」、②「身体の組織機能の増強、増進を主たる目的とする効果」を除く、栄養成分等の効果について表現することは問題ないと判断する。 「美肌に効果的」は①②に該当するため、表示は適切ではない。</p> <p>2)表示は何を説明しているのか明確か? コラーゲンの肌の健康維持効果</p> <p style="text-align: right; margin-right: 20px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block; width: 30px; height: 30px; line-height: 30px; font-size: 24px; color: red;">×</div> </p> <p>3)「多い・含む」の表現は適切か? (非該当)</p> <p style="text-align: right; margin-right: 20px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block; width: 30px; height: 30px; line-height: 30px; border-radius: 50%; text-align: center; color: red; font-size: 24px;">○</div> </p> <p style="text-align: right; margin-right: 20px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block; width: 30px; height: 30px; line-height: 30px; text-align: center; color: red; font-size: 24px;">-</div> </p>	・ ガイド16頁 ・ ガイド48頁 (資料6)
表示の適否	適否の理由・修正のポイント		
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block; width: 30px; height: 30px; line-height: 30px; font-size: 24px; color: red;">×</div>	不適切	コラーゲンの肌の健康へのエビデンスは明らかではないため、この内容を表示することは適切ではない。	

表示チェック例

事例11.「ある成分の健康維持効果」の表示




<p>■ 概要</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 設置場所: 食堂入り口 ・ 表示媒体: 料理用POP ・ 表示対象: 料理(コールスローサラダ) ・ 内容: ビタミンCの健康維持効果 <p>■ 現在の栄養成分の表示項目</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ エネルギー、たんぱく質、脂質、食塩相当量、ビタミンC <p>■ 強調したい栄養成分の含有量</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ビタミンC含量: 42mg
--

チェックポイント

評価	理由	備考
<p>○ Check1 エビデンスはあるか</p>	<p>ビタミンCはコラーゲン合成を介した正常な毛細血管の維持や抗酸化作用に必要な水溶性ビタミンの1つである。一般に「コラーゲンの合成を促進する」「抗酸化作用がある」「鉄や銅の吸収を助ける」「メラニン色素の生成を抑制する」「免疫力を高める」などと言われているが、ヒトでの有効性については、ビタミンC欠乏の予防と治療に対して有効性が示されている。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ ガイド48頁(資料3)
<p>○ Check2 表現は適切か</p>	<p>1)健康保持増進等の表現 「...美容に役立つ栄養素です」 単に「健康維持」や「美容」に重要であることを説明する場合には、医薬品的な効能効果に該当しない。「美容に役立つ」との表現は適切。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px;"> <p>適切例(医薬品的な効能効果に該当しない表現)</p> <p>「健康維持」、「美容」に関する表現</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ○○(成分)は、美容に役立つ成分です。 ・ 健康維持、美容のためにお召し上がりください。 </div> <p>2)表示は何を説明しているのか明確か？ ビタミンCの健康維持効果</p> <p>3)「多い・含む」の表現は適切か？ この料理のビタミンC含量(42mg)はガイドの「高い」基準を上回っており、「たっぷり」と表現するのは適切。</p>	<p>○</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ガイド48頁(資料9) ○ ○ ・ ガイド25頁
表示の適否	適否の理由・修正のポイント	
<p>○ 適切</p>	<p>エビデンス、表現ともに問題なく、表示は適切。</p>	

表示チェック例

事例12.「名称・呼称」の表示①


<p>【食堂入り口 料理用POP】</p>  <p>豚肉の生姜焼き 豚肉には 代謝促進効果がある ビタミンB群が豊富 ●kcal ●g ●g ●g</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ 概要 <ul style="list-style-type: none"> ・ 設置場所: 食堂入り口 ・ 表示媒体: 料理用POP ・ 表示対象: 料理(豚肉の生姜焼き) ・ 内容: ビタミンB群の代謝促進効果 ■ 現在の栄養成分の表示項目 <ul style="list-style-type: none"> ・ エネルギー、たんぱく質、脂質、食塩相当量 ■ 強調したい栄養成分の含有量 <ul style="list-style-type: none"> ・ ビタミンB₁ 0.61mg
--	--

チェックポイント

評価	理由	備考		
<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">×</div> <p>Check1 エビデンスはあるか</p>	<p>ビタミンB₁は、炭水化物からのエネルギー産生、ビタミンB₆は、たんぱく質からのエネルギー産生に不可欠な栄養素である。これらの働きを「代謝促進効果」と表現したと考えられる。しかし、「ビタミンB群」は、多くの種類があるため、どの栄養素の働きかを明確にする必要がある。</p>	<p>・ ガイド48頁 (資料1, 3)</p>		
<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">×</div> <p>Check2 表現は適切か</p>	<p>1)健康保持増進等の表現 「...には、代謝促進効果がある...」 「代謝促進効果がある」が「身体の組織機能の一般的増強、増進効果を主たる目的とする効果」の表現にあたる。これは、医薬品的な効能効果の表示に該当するため、表示は適切ではない。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p style="text-align: center; margin: 0;">他の不適切事例</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top; padding: 2px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・ 疲労回復 ・ 体力増強 ・ 食欲増進 </td> <td style="width: 50%; vertical-align: top; padding: 2px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・ 老化防止 ・ 免疫機能向上 ・ 免疫力アップ </td> </tr> </table> </div> <p>2)表示は何を説明しているのか明確か？ ビタミンB群の作用のうち、どれか特定はできない。</p> <p>3)「多い・含む」の表現は適切か？ ・食品表示基準では、「ビタミンB群」が豊富とする場合、ナイアシン、パントテン酸、ピオチン、ビタミンB₁、ビタミンB₂、ビタミンB₆、ビタミンB₁₂、葉酸の全てが基準を満たしている必要がある。 ・この料理のビタミンB₁含量は、本ガイドの「高い」基準(0.40mg)を上回っていることから、「豊富」と表示するのは適切。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 疲労回復 ・ 体力増強 ・ 食欲増進 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 老化防止 ・ 免疫機能向上 ・ 免疫力アップ 	<p style="text-align: center; margin: 0;">×</p> <p>・ ガイド16頁 ・ ガイド48頁 (資料6, 7, 8)</p> <p style="text-align: center; margin: 0;">△</p> <p style="text-align: center; margin: 0;">×</p> <p>・ ガイド25頁 ・ ガイド48頁 (資料7)</p>
<ul style="list-style-type: none"> ・ 疲労回復 ・ 体力増強 ・ 食欲増進 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 老化防止 ・ 免疫機能向上 ・ 免疫力アップ 			
表示の適否	適否の理由・修正のポイント			
<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">×</div> <p>不適切</p>	<p>・エビデンス、表現に問題があるため表示は適切ではない。 ・ビタミンB群のうち、どの栄養素の働きなのか示す。</p> <p>【修正例】 ・豚肉の生姜焼きには、ビタミンB₁が豊富に含まれます。 ・ビタミンB₁は、糖質がエネルギーに変わるのをサポートします。</p>			

表示チェック例

事例13.「名称・呼称」の表現②


<p>【食堂入り口 ポスター】</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 概要 <ul style="list-style-type: none"> ・ 設置場所: 食堂入り口 ・ 表示媒体: ポスター ・ 表示対象: - ・ 内容: カカオの効能効果 ■ 現在の栄養成分の表示項目 (非該当) ■ 強調したい栄養成分の含有量 (非該当)
---	---

チェックポイント

評価	理由	備考		
<div style="border: 1px solid red; padding: 2px; display: inline-block;">×</div> Check1 エビデンスはあるか	カカオに含まれるポリフェノール類は、抗酸化作用が期待できる。しかし、美容やアンチエイジングに関するエビデンスはない。	・ ガイド48頁 (資料5) ・ ガイド16頁		
<div style="border: 1px solid red; padding: 2px; display: inline-block;">×</div> Check2 表現は適切か	<p>1)健康保持増進等の表現</p> <p>「…は、美容やアンチエイジングに効果的…」 「アンチエイジング」が「身体の組織機能の一般的増強、増進効果を主たる目的とする効果」の表現にあたる。これは、医薬品的な効能効果の表示に該当するため、表示は適切ではない。</p> <p>単に「美容」に重要であることを説明する場合には、医薬品的な効能効果に該当しない。「美容に効果的」との表現は適切。</p> <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p style="text-align: center; margin: 0;">他の不適切事例</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; border-right: 1px solid blue; padding: 2px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・ 新陳代謝を盛んにする ・ 若返り ・ 精力をつける </td> <td style="width: 50%; padding: 2px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・ 細胞の活性化 ・ 自然治癒力を高める ・ 解毒機能を高める </td> </tr> </table> </div> <p style="margin-top: 10px;">2)表示は何を説明しているのか明確か? カカオの美容やアンチエイジング効果</p> <div style="text-align: right; margin-right: 20px;"> <div style="border: 1px solid red; padding: 2px; display: inline-block; width: 20px; height: 20px; margin-bottom: 10px;">×</div> <div style="border: 1px solid red; padding: 2px; display: inline-block; width: 20px; height: 20px; margin-bottom: 10px;">○</div> <div style="border: 1px solid red; padding: 2px; display: inline-block; width: 20px; height: 20px;">-</div> </div> <p>3)「多い・含む」の表現は適切か? (非該当)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 新陳代謝を盛んにする ・ 若返り ・ 精力をつける 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 細胞の活性化 ・ 自然治癒力を高める ・ 解毒機能を高める 	・ ガイド16頁 ・ ガイド48頁 (資料6, 7, 8)
<ul style="list-style-type: none"> ・ 新陳代謝を盛んにする ・ 若返り ・ 精力をつける 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 細胞の活性化 ・ 自然治癒力を高める ・ 解毒機能を高める 			
表示の適否	適否の理由・修正のポイント			
<div style="border: 1px solid red; padding: 2px; display: inline-block;">×</div> 不適切	<ul style="list-style-type: none"> ・ エビデンス、表現に問題があるため表示は適切ではない。 ・ カカオの機能性の表現にとどめる。 <p style="margin-top: 10px;">【修正例】 カカオに含まれるポリフェノール類は、抗酸化作用があります。</p>			

表示チェック例

事例14.「料理や献立の表示以外(一般的な食品や含有成分)の作用、効能効果」の表現①

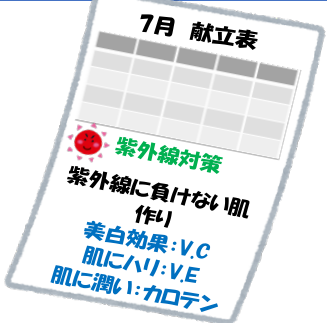
<p>【卓上メモ】</p> <div style="border: 1px solid gray; padding: 10px; margin: 10px auto; width: 80%;">  <p style="color: green; font-weight: bold;">目標:野菜1日350g</p> <p>野菜にはビタミンや食物繊維がたっぷり。</p> <p style="color: blue; font-weight: bold;">食物繊維</p> <p>整腸作用、食後血糖値上昇の抑制、コレステロールの体外排出の働きがあります。</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ■ 概要 <ul style="list-style-type: none"> ・ 設置場所: 喫食テーブル ・ 表示媒体: 卓上メモ ・ 表示対象: - ・ 内容: 野菜にビタミン、食物繊維が多い。食物繊維の機能 ■ 現在の栄養成分の表示項目 (非該当) ■ 強調したい栄養成分の含有量 (非該当)
--	---

チェックポイント

評価	理由	備考
<input checked="" type="checkbox"/> Check1 エビデンスはあるか	<ul style="list-style-type: none"> ・不溶性食物繊維は、腸を刺激して腸の蠕動運動を盛んにし、摂取した食品の通過時間を短縮する。腸内環境を改善して便秘や腸の病気予防に役立つ。 ・水溶性食物繊維は、小腸で糖が吸収される際、膨張して、糖が消化酵素と接しにくくなり、吸収に伴う血糖値の上昇をおだかやにする。また、コレステロールの吸収を妨げ、体外に排出されやすくなる。これらの作用は糖尿病や脂質異常症の予防・症状改善に役立つ。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ ガイド48頁 (資料3)
<input checked="" type="checkbox"/> Check2 表現は適切か	<p style="color: blue; font-weight: bold;">1)健康保持増進等の表現</p> <p>「整腸作用、食後血糖値上昇の抑制」、「コレステロールの体外排出」は、料理や献立に関わらない、栄養成分の一般的な機能の表示である。「整腸作用」、「食後血糖値上昇の抑制」、「コレステロールの体外排出」という表現は、「特定の保健の用途に適する旨の効果」に関する表示のため、適切。</p> <p style="color: blue; font-weight: bold;">2)表示は何を説明しているのか明確か?</p> <p>食物繊維の整腸作用、食後血糖値の抑制、コレステロールの体外排出作用</p> <p style="color: blue; font-weight: bold;">3)「多い・含む」の表現は適切か?</p> <p>(非該当)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ ガイド16頁
表示の適否	適否の理由・修正のポイント	
<input checked="" type="checkbox"/> 適切	<ul style="list-style-type: none"> ・料理を特定しない一般論として表示するため適切。 	

表示チェック例

事例15.「料理や献立の表示以外(一般的な食品や含有成分)の作用、効能効果」の表現②

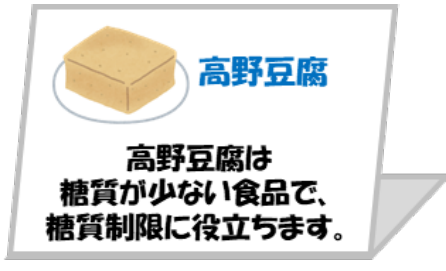
<p>【献立表】</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 概要 <ul style="list-style-type: none"> ・設置場所:食堂入り口 ・表示媒体:献立表 ・表示対象:月間献立 ・内容:紫外線に負けない肌作り ■ 現在の栄養成分の表示項目 (非該当) ■ 強調したい栄養成分の含有量 (非該当)
--	--

チェックポイント

評価	理由	備考
<p><input checked="" type="checkbox"/> Check1 エビデンスはあるか</p>	<p>・ビタミンCは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素である。細胞と細胞をつなぐ結合組織を作る。美白効果に関するエビデンスはない。</p> <p>・ビタミンEは、生体膜に結合して膜を安定化しているといわれている。そのため、肌にもよいといわれるが、実際のところはまだよくわかっていない。</p> <p>・ビタミンA(カロテン)は、皮膚や粘膜を構成する上皮細胞の形成や働きに欠かせない栄養素である。欠乏すると、皮膚で乾燥、肥厚、角質化が起こる。しかし、摂取量を増すことで、肌が潤うというエビデンスはみあたらない。</p>	<p>・ガイド48頁 (資料1, 2, 3)</p>
<p><input checked="" type="checkbox"/> Check2 表現は適切か</p>	<p>1)健康保持増進等の表現</p> <p>「紫外線に負けない肌作り」 「美白効果:V.C、肌ハリ:V.E、肌に潤い:カロテン」 料理や献立に関わらない、栄養成分の一般的な機能の表示である。「紫外線に負けない肌作り」は、「頭髮」、「目」、「皮膚」、「臓器」等の特定の部位への「栄養補給」、「健康維持」、「美容」を標ぼうし、「当該部位の改善、増強等ができる旨の表現」の表示にあたる。これは、医薬品的な効能効果の表示に該当するため、表示は適切ではない。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p style="text-align: center;">適切例(医薬品的な効果効能に該当しない表現)</p> <p>「栄養補給」、「健康維持」、「美容」に関する表現</p> <ul style="list-style-type: none"> ・美容のために、身体の内側からコラーゲンを補給しましょう。 ・毎日の健康のためにお召し上がりください。 </div> <p>2)表示は何を説明しているのか明確か?</p> <p>ビタミンCの美白効果 ビタミンEの肌へのハリ効果 カロテンの肌へのうるおい効果</p> <p>3)「多い・含む」の表現は適切か? (非該当)</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/></p> <p>・ガイド16頁 ・ガイド48頁 (資料6)</p> <p><input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/></p>
表示の適否	適否の理由・修正のポイント	
<p><input checked="" type="checkbox"/> 不適切</p>	<p>・エビデンス、表現に問題があるため表示は適切ではない。</p> <p>・栄養素の生理学的機能に関する表現を用いる。</p> <p>【修正例】</p> <p>・ビタミンCは、皮膚や粘膜の健康維持に役立つ栄養素です。</p> <p>・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、細胞の健康維持に役立ちます。</p>	

表示チェック例

事例16.「その他」の表示①


<p>【献立表】</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 概要 <ul style="list-style-type: none"> ・ 設置場所: 食堂入り口 ・ 表示媒体: POP ・ 表示対象: 料理(高野豆腐の含め煮) ・ 内容: 高野豆腐は糖質制限に役立つ ■ 現在の栄養成分の表示項目 (非該当) ■ 強調したい栄養成分の含有量 (非該当)
--	--

チェックポイント

評価	理由	備考
<input checked="" type="checkbox"/> Check1 エビデンスはあるか	高野豆腐に含まれる差し引き法による利用可能炭水化物は、100g中4.3gであり、糖質が少ない食品である。しかし、そのことが、糖質制限につながるというエビデンスはない。	・ 日本食品標準成分表2020年版(八訂)
<input checked="" type="checkbox"/> Check2 表現は適切か	<p>1)健康保持増進等の表現 「・・・は糖質制限に役立ちます。」 糖質制限食は、血糖のコントロールや体重のコントロールに有用だが、過度に行うとエネルギー産生バランスが不適切になる、すなわち、たんぱく質と脂質の割合が多くなってしまふ。腎臓や血管への負担を考えると注意が必要である。肥満者が医師の管理下で糖質を制限するときには、有効な場合もあるが、健康な人には、すすめられない。そのため、給食の情報提供として適切ではない。</p> <p>2)表示は何を説明しているのか明確か？ 高野豆腐の糖質制限作用</p> <p>3)「多い・含む」の表現は適切か？ 非該当</p>	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <ul style="list-style-type: none"> ・ ガイド16頁 ・ ガイド48頁(資料3)
表示の適否	適否の理由・修正のポイント	
<input checked="" type="checkbox"/> 不適切	<ul style="list-style-type: none"> ・ エビデンス、表現に問題があるため表示は適切ではない。 ・ 高野豆腐の栄養成分の情報にとどめる。 ・ 高野豆腐の製法に注目した情報にする。 <p>【修正例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 高野豆腐は、良質なたんぱく質を含みます。 ・ 豆腐は日本古来からの伝統食品のひとつです。和食にはかかせない食材です。 	

表示チェック例

事例17.「その他」の表示②

<p>【献立表】</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 概要 <ul style="list-style-type: none"> ・ 設置場所: 食堂入り口 ・ 表示媒体: POP ・ 表示対象: 料理(きゅうりの酢の物) ・ 内容: 薬膳におけるきゅうりの特徴 ■ 現在の栄養成分の表示項目 (非該当) ■ 強調したい栄養成分の含有量 (非該当)
--	--

チェックポイント

評価	理由	備考
<input checked="" type="checkbox"/> Check1 エビデンスはあるか	薬膳では、きゅうりは身体の熱を取り除く作用があるとされます。その働きに必要なきゅうりの量は不明です。	
<input checked="" type="checkbox"/> Check2 表現は適切か	<p>1)健康保持増進等の表現</p> <p>「熱や水分をためやすい方・・・」 「熱や水分をためやすい方」は、「疾病を有する者、疾病の予防を期待する者、好ましくない身体状態にある者を対象にした表現」にあたる。これは、医薬品的な効能効果の暗示に該当するため、適切ではない。</p> <p style="text-align: center; border: 1px solid black; padding: 5px;">他の不適切事例</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ○○病が気になる方に ・ 体力の低下が気になる方に ・ しわが気になる年齢に <p style="text-align: center; border: 1px solid black; padding: 5px; background-color: #e0f0e0;">適切例(医薬品的な効能効果に該当しない表現)</p> <p style="text-align: center; border: 1px solid black; padding: 5px;">疾病を有する者、疾病の予防を期待する者、好ましくない身体状態にあるもの以外の者を対象とする旨の表現</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ カルシウムを効率的にとりたい方に ・ 健康維持を心がけている方に ・ 日頃の食事で繊維不足を感じている方に <p>2)表示は何を説明しているのか明確か? きゅうりの体を冷やす作用 ○</p> <p>3)「多い・含む」の表現は適切か? (非該当) -</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ ガイド16頁 ・ ガイド48頁(資料6)
表示の適否	適否の理由・修正のポイント	
<input checked="" type="checkbox"/> 不適切	<ul style="list-style-type: none"> ・きゅうりの成分に注目した表現にとどめる。 <p>【修正例】 きゅうりの旬は夏！水分たっぷりの野菜です！</p>	

6) 給食を介した情報提供のための表示の作り方で活用した資料一覧

	資料名	参考内容
1	厚生労働省 HP 「栄養機能食品の表示に関する基準」 閲覧日 2020/1/11	健康保持増進等に関するエビデンスおよび表現例
2	厚生労働省 書籍 「日本人の食事摂取基準（2020年版）策定検討会」報告書 第一出版、2020	健康保持増進等に関するエビデンス
3	上西一弘著 「栄養素の通になる 第4版」 女子栄養大学出版社、2016	健康保持増進等に関するエビデンスおよび表現例
4	総監修 日本医師会/日本歯科医師会/日本薬剤師会 「健康食品・サプリー『成分』のすべて ナチュラルメディスン・データベース 日本対応版<第6版>」 株式会社同文書院、2019	健康保持増進等に関するエビデンス
5	独立行政法人 国立健康・栄養研究所 HP 「『健康食品』の安全性・有効性情報」 閲覧日 2020/1/11	健康保持増進等に関するエビデンス
6	東京都福祉保健局・東京都生活文化局編 「健康食品取り扱いマニュアル 第7版 消費者へのより良い健康食品の提供を目指して」 株式会社薬事日報社、2017	栄養成分の機能についてのエビデンス
7	東京都福祉保健局 HP 「栄養成分表示ハンドブック 食品表示基準に基づく栄養成分表示の方法等」令和元年8月 閲覧日 2020/1/11	健康保持増進等に関する表現例
8	消費者庁 HP 「健康食品に関する景品表示法及び健康増進法上の留意事項について」（全面改訂 平成28年6月30日） 閲覧日 2020/1/11	健康保持増進等に関する表現例
9	東京都福祉保健局 HP 「健康食品の取り扱いについて：医薬品的な効能効果について」 閲覧日 2019/12/20	健康保持増進等に関する表現例
10	東京都福祉保健局 HP 健康食品の取り扱いについて：違反広告例 ゴマの抗酸化作用について（いわゆる健康食品） 閲覧日 2019/12/20	健康保持増進等に関するエビデンスおよび表現例

7) 栄養成分表示の英語表記について

近年、給食施設での外国人の利用も多くなっています。そのため、栄養成分表示についても英語表記が求められるケースも少なくありません。栄養成分を英語表記にする場合には、炭水化物について注意が必要です。コーデックスのガイドラインによれば、炭水化物(carbohydrate)ではなく、糖質(available carbohydrate):炭水化物から食物繊維を除いたもの)の表記を義務とすべきとしています。また強調表示をする場合には、糖質に加えて糖類(total sugars)の記載をするべきであるとしています。なお、糖類(Sugars)は単糖類及び二糖類(all mono-saccharides and di-saccharides present in food)と定義しています。

「日本食品標準成分表(八訂)」には、炭水化物群として、「利用可能炭水化物」、「食物繊維総量」、「糖アルコール」、「炭水化物」の値が記載されています。「炭水化物」と「利用可能炭水化物」は同じではありません。「炭水化物」の値は、従来(七訂)と同じ方法、すなわち水分、たんぱく質、脂質、灰分等の合計(g)を100gから差し引いて求めた値です。この「炭水化物」は「利用可能炭水化物」、「食物繊維総量」、および「糖アルコール」で構成されています。つまり、「利用可能炭水化物」は「炭水化物」の一部です。

「利用可能炭水化物」は、「利用可能炭水化物(単糖当量)」、「利用可能炭水化物(質量計)」、「差し引き法による利用可能炭水化物」の3種類が記載されています。3種類は「利用可能炭水化物」を異なる定義で記載した値です。いずれも定義が異なりますので、説明をしておく必要があります。

熱量 Energy (kcal)

たんぱく質 Protein (g)

炭水化物 Carbohydrates (g)

- ┌ 利用可能炭水化物(単糖当量)
├ (Carbohydrate, available; expressed in monosaccharide equivalents)
- ├ 利用可能炭水化物(質量計)(Carbohydrate, available)
- ├ 差し引き法による利用可能炭水化物(Carbohydrate, available, calculated by difference)
- └ 食物繊維総量(Dietary fiber, total)

ナトリウム Sodium (mg)

もしくは 食塩相当量もしくは食塩 Salt equivalents or Salt (g)

なお、熱量については単位をキロカロリー(kcal)ではなくキログジュール(kJ)での表記を求められる可能性もあります。1kcal=4.184kJで換算することができます。

VI. Q&A

1. 適正表示に関する Q&A

Q1. 栄養情報を提供する場合に、体験談を用いてもよいですか。

A1. 事実と異なる表現は用いてはいけません。例えば、十分な実験結果等の根拠が存在しないにもかかわらず、「3か月間で〇キログラムやせることが実証されています。」と表示する場合や、体験談そのものや体験者、推薦者が存在しないにもかかわらず、体験談がねつ造された場合、ねつ造された資料は用いてはいけません。また、事実であっても、都合のよい体験談のみを表示することは、誰でも容易にその効果が期待できると誤解してしまうため、用いてはいけません。

消費者庁では、食品の虚偽・誇大広告に関する考え方の留意点や、これまでに景品表示法及び健康増進法において問題となった違反事例等を取りまとめ、公表しています。その中では、栄養成分や、使用食品や商品名に関する事例が取り上げられています。給食施設においても留意すべきと考えられる事例を資料1にまとめましたので、参考にして下さい。

Q2. 料理や食事の販売促進に際して、適切な表現方法、例えば、断言しない、否定的な表現では、喫食者に興味を持ってもらえません。良い方法はありませんか。

A2. その摂取による効果・効能を断言することは、著しく人を誤認させるような情報につながりかねないため、避けた方が良く判断します。どのような表現が医薬品的な効能効果に関する表現にあたり、避ける必要があるか、具体的な表現例を本ガイドの資料2に示していますので参考にして下さい。

Q3. 一般的に使われている表現でも、専門的には正しくない表現の場合、どのように表記してよいか迷う。

A3. 専門的に正しい表現を使い、それを普及していくことが必要です。カロリーや鉄分の例を参考にして下さい。

例1 カロリー

カロリーは一般的に「熱量（エネルギー量）＝カロリー」として表現されていることが見受けられます。しかし、カロリーは単位であるため、エネルギー ○○kcal という表現が正しくなります。

量的な高低を表現する場合（低カロリー、高カロリー）には使用しても差し支えないと判断されます。

- ×カロリーが低い料理
- エネルギー量が低い料理
- 低カロリーの料理
- 低エネルギーの料理

なお、食品表示法の栄養表示制度では、低いことを表示（強調表示）する場合に、基準を示しています（低カロリーなど）。また相対表示として低減していることを表示する場合（カロリーハーフなど）にも基準値以上の減少をしていることとして基準が定まっています。

料理、食事にこれと同じ基準を適応すべきであるとは思われません。表示する場合には、本ガイドの表7を参考にしながら、施設ごとに根拠（基準）を定めて行っていくことを推奨します。

例2 鉄分

鉄は鉄分という表現が使われることが多く認められます。カルシウム分とは表現しないように、鉄分という表現は正しくありません。

- ×鉄分を多く含む料理
- 鉄を多く含む料理
- ×この料理は鉄分が摂れます
- この料理は鉄が摂れます。

例3 塩分

塩分という表現をよく使います。塩味の意味で用いられるものが、食塩相当量に置き換えて用いられています。塩（えん）は塩化ナトリウム（食塩）だけでなく、他の化合物にも用いられるものです。従って、食塩や食塩相当量に対して塩分という表現を用いることは正しくありません。

- × 塩分 3g
- 食塩相当量 3g
- × 塩分の摂りすぎには注意しましょう
- 食塩の摂りすぎには注意しましょう

Q4. 料理の成分含有量に関する計算方法について、調理中の成分変化や調味料の浸透をどのように見積もり、表示したらいいでしょうか。

A4. 吸油量、吸塩量、摂取する食塩相当量（麺類の汁由来の摂取量）については、現時点で、調理中におこる成分変化についての標準化されたデータはありません。食塩に関しては簡易な方法であっても食塩濃度を測定してみるなどで確認する方法があります。学会としても、調理工程中の成分変化から栄養計算方法や食塩相当量の計算方法などの標準化に関する基礎的な研究の推進に努力します。

なお、食事調査等に用いられている調味料の摂取量の推定に関する考え方は国民健康・栄養調査に用いる調味料割合の標準化データ（食事調査マニュアル 南山堂）、あるいは調理のためのベーシックデータ（女子栄養大学出版部）が参考になります。

なお、ナトリウムを実測したデータと食品成分表からの計算値を比較したデータを比較してみると、計算方法以上に盛り付け誤差の影響が大きい場合もあります。予定の量より盛り付け量が多くなれば、当然提供される量は多くなります。調理や盛り付け時の品質管理ができた上での表示が前提となります。

Q5. 利用者の人員構成や身体が不明の中で、栄養情報のターゲット層をどこに絞るべきかわからない。

A5. 給食施設での栄養情報の提供は幅広く、健康や栄養に関する知識の普及や食生活改善の啓発などを利用者全体に行っていくのに有効です。人員構成などを調べ、また、健康管理担当部署との連携により、健康や食生活の課題を明確にして、それに適した情報を発していくことが必要です。また、利用者が必要としている情報をタイムリーに提供するためには、利用者のニーズを捉えるような働きかけも必要です。

2. 八訂成分表に関する Q&A

Q1. 七訂と八訂の成分値を混在して使用しても良いか？

A1. 混在して使用せざるを得ない状況です。市販加工食品の栄養成分の表示値は、「分析値」もしくは「計算値」のどちらかが根拠である。「計算値」をもとに計算する場合、公定法が従来のものであるため、七訂の計算による推定値が表示に用いられている。調味料や市販加工食品の栄養成分表示は、七訂で計算されたものであることから、それらを献立に使用した料理の栄養成分値では、七訂と八訂の成分値が混在した計算値であることを理解しておきましょう。

Q2. 食品メーカーに対する製品の栄養成分表示に関する規定が見直される（八訂と同じ方法に統一される）見直しはあるか？

A2. 消費者庁では、現時点で、八訂を用いて算出する方針は示されていません。よって、市販加工食品の栄養成分値は、七訂を用いた計算値が当分表示されます。

（参考文献）国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所：食品表示基準における栄養成分等の分析方法等に係る調査検討事業報告書令和3（2021）年3月

Q3. 「日本食品標準成分表（八訂）」で算出した栄養成分値を「日本人の食事摂取基準（2020年版）」を用いて評価して問題ないか？

A3. 問題ありません。従前どおり、「日本人の食事摂取基準（2020年版）」を活用してください。「日本人の食事摂取基準」で設定されている各指標のうち、「EAR」や「RDA」の策定には要因加算法等が用いられており、「日本食品標準成分表」は直接関与していません。一方、「AI」の策定には、「国民健康・栄養調査」の栄養素摂取量が参考にされており、その値の算出には「日本食品標準成分表」が用いられています。しかし、今回の「日本食品標準成分表 2020年版（八訂）」改訂による影響が大きいのは「エネルギー」です（参考文献1）。「AI」が策定されている栄養素への影響は小さいと推測されます。

また、「日本人の食事摂取基準」に示されている基準も、「日本食品標準成分表」に示されている成分値も、1つの真の値を示すものではありません。それらの値には、実際には幅があります。給食の栄養・食事管理の際には、給食からどれくらいの栄養素を供給できているか、それをどれだけ摂取してもらえているかということと合わせて、対象者が栄養状態を保持・増進

できているかを評価することが大切です。

給食施設の栄養・食事管理において、「日本食品標準成分表」と「日本人の食事摂取基準」は非常に重要なツールです。今回の「日本食品標準成分表」の改訂をきっかけに「日本人の食事摂取基準」についても改めて確認し、各栄養素の基準の策定方法や、その値を給与栄養量の目標にする意味を、正しく理解する機会にしてください。

(参考文献1) 松本万里, 渡邊智子, 松本信二, 安井明美: 食品のエネルギー値の算出方法についての検討: 組成に基づく方法と従来法との比較, 日本栄養・食糧学会誌 第73巻 第6号 255-264 (2020)

https://www.jstage.jst.go.jp/article/jsnfs/73/6/73_255/pdf-char/ja

Q4. たんぱく質、脂質、炭水化物は、「日本食品標準成分表（八訂）」に記載されている、どの値を用いて計算すればよいですか。

A4.

<「日本食品標準成分表 2020 年版（八訂）」におけるエネルギーとエネルギー産生栄養素>

「日本食品標準成分表 2020 年版（八訂）」では、エネルギーの計算方法が新しくなりました。「日本食品標準成分表 2020 年版（八訂）」のエネルギー値の算出では、原則として、たんぱく質は「アミノ酸組成によるたんぱく質」、脂質は「脂肪酸のトリアシルグリセロール当量」を用います。しかし、「日本食品標準成分表 2020 年版（八訂）」に記載されている食品の中には、これらの値が未分析の食品も多くあります。これらの成分値が欠損している食品のエネルギーの計算には、従来（七訂）と同じ方法で分析した「たんぱく質」、「脂質」の成分値を用います。「炭水化物」については、成分値の確からしさを評価した結果等に基づき、「利用可能炭水化物（単糖当量）」あるいは「差引き法による利用可能炭水化物」のどちらかを用いて、エネルギーを算出します。エネルギーの計算にどちらの成分項目を用いたかを明示するため、「日本食品標準成分表 2020 年版（八訂）」では、本表において、エネルギーの計算に利用した記載値の右に「*」が付記されています。

なお八訂のエネルギー値と七訂の算出方法を適用した場合の食品毎のエネルギー値は「文部科学省 科学技術・学術審議会 資源調査分科会：日本食品標準成分表 2020 年版（八訂）」の第3章「2 食品成分表 2020 年版と 2015 年版の計算方法によるエネルギー値の比較及び 2015 年版で適用したエネルギー換算係数」で比較することができます。

<たんぱく質摂取量の計算>

「日本食品標準成分表 2020 年版（八訂）」では、「アミノ酸組成によるたんぱく質」と「たんぱく質」の記載値がある食品の場合、エネルギーの計算には「アミノ酸組成によるたんぱく質」の記載値を用います。そこで、エネルギー摂取量の評価に「日本食品標準成分表 2020 年版（八訂）」の計算値を用いる場合、たんぱく質の摂取量は「アミノ酸組成によるたんぱく質」の値を用いて計算することが望ましいと考えられます。ただし、「アミノ酸組成によるたんぱく質」が未分析で欠損している場合は、「たんぱく質」の値で代用します。

<脂質摂取量の計算>

「日本食品標準成分表（八訂）」では、「脂肪酸のトリアシルグリセロール当量」と「脂質」の記載値がある食品の場合、エネルギーの計算には「脂肪酸のトリアシルグリセロール当量」の記載値を用います。そこで、エネルギー摂取量の評価に「日本食品標準成分表 2020 年版（八訂）」の計算値を用いる場合、脂質の摂取量は「脂肪酸のトリアシルグリセロール当量」の値を用いて計算することが望ましいと考えられます。ただし、「脂肪酸のトリアシルグリセロール当量」が未分析で欠損している場合は、「脂質」の値で代用します。

<炭水化物摂取量の計算>

「日本食品標準成分表（八訂）」には、炭水化物群として、「利用可能炭水化物」、「食物繊維総量」、「糖アルコール」、「炭水化物」の値が記載されています。「炭水化物」と「利用可能炭水化物」は同じではありません。「炭水化物」の値は、従来（七訂）と同じ方法、すなわち水分、たんぱく質、脂質、灰分等の合計（g）を100gから差し引いて求めた値です。この「炭水化物」は「利用可能炭水化物」、「食物繊維総量」、および「糖アルコール」で構成されています（利用可能炭水化物＋食物繊維＋糖アルコール）。つまり、「利用可能炭水化物」は「炭水化物」の一部です。

「利用可能炭水化物」は、「利用可能炭水化物（単糖当量）」、「利用可能炭水化物（質量計）」、「差し引き法による利用可能炭水化物」の3種類が記載されています。3種類は「利用可能炭水化物」を異なる定義で記載した値です。「日本食品標準成分表（八訂）」のエネルギー量の計算では、「利用可能炭水化物（単糖当量）」あるいは「差し引き法による利用可能炭水化物」のいずれかを用いています。どちらの値を用いたかは、「日本食品標準成分表（八訂）」の「利用可能炭水化物（単糖当量あるいは差し引き法による）」に「*」で示されています。

「利用可能炭水化物」の摂取量は、エネルギー計算に「利用可能炭水化物（単糖当量）」を用いた食品の場合、「利用可能炭水化物（質量計）」を用いて計算します。「利用可能炭水化物（単糖当量）」の記載値がなかったり、エネルギー計算で「差し引き法による利用可能炭水化物」を使っていたりする食品の場合は、「差し引き法による利用可能炭水化物」を用いて計算します。

このように「日本食品標準成分表 2020 年版（八訂）」では、エネルギー・産生栄養素について、七訂と八訂の値が混在して記載されています。このことを踏まえ、給食施設の実務において「日本食品標準成分表 2020 年版（八訂）」を活用するにあたっては、現状で次の3つが考えられます。（本ガイド8～9頁参照）

- ① 八訂成分表のエネルギー値と、エネルギー・産生栄養素（たんぱく質・脂質・炭水化物）の摂取量の推定に当たっては、八訂成分表のエネルギー計算で用いている成分を使う。
- ② 八訂成分表を用いて確からしいエネルギー値を使い、エネルギー・産生栄養素の摂取量推定については便宜上、従来（七訂）のたんぱく質・脂質・炭水化物の値を使う。
- ③ 当面は移行期間と位置づけ、七訂成分表を用いる。

より確からしい値を得るには、①の実施が望ましいと考えられます。日本給食経営管理学会では、この①を推奨します。しかし、多品目を取り扱う給食施設において、①の方法を手計算で行うには、多大な手間を要します。実践するには、①に対応した栄養計算ソフトの導入・活用が望まれます。どの方法を選択するか、いつから実施するかは、各給食施設の現状などに応じて検討が必要です。また、3つの方法のどれを使ったかにより、栄養計算結果が異なるため、栄養成分値の表示等においては、どの方法で行ったかを明記する必要があります。いずれの対応を取った場合も、計算値にどのような課題や限界があるのかを理解して、栄養・食事管理の業務を行うことが重要です。

（参考文献1）文部科学省 科学技術・学術審議会 資源調査分科会 報告：日本食品標準成分表 2020 年版（八訂）、2020年、https://www.mext.go.jp/a_menu/syokuhinseibun/mext_01110.html

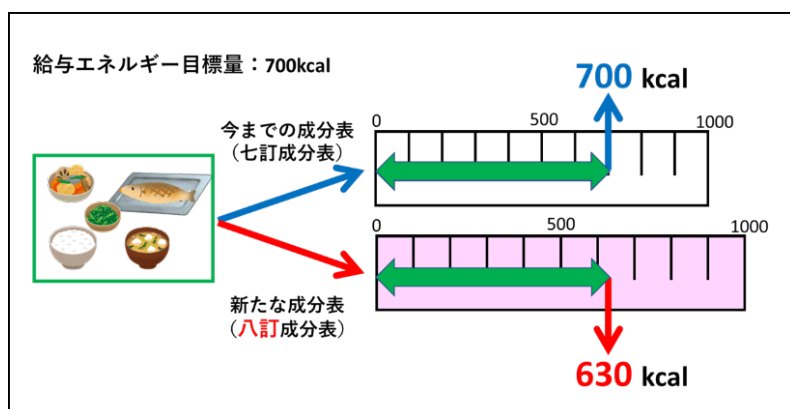
（参考文献2）渡邊 智子：日本食品標準成分表 2020 年版（八訂）の特徴と活用、栄養学雑誌 Vol. 79 No. 5 253～264、2021、https://www.jstage.jst.go.jp/article/eiyogakuzashi/79/5/79_253/_pdf/-char/ja

（参考文献3）由田 克士、石田 裕美、赤尾 正、瀧本 秀美、渡邊 智子：日本食品標準成分表の改訂に伴う実践栄養業務ならびに栄養学研究等に及ぼす影響と当面の対応に関する見解、<https://kyushoku.net/wp-content/uploads/2021/05/2eef4ba228d45aae07420814ed6686b4.pdf>

(参考文献4) 渡邊 智子：知れば知るほどおもしろい！「食品成分表」、女子栄養大学出版部 WEB マガジン、
<https://eiyo21.com/blog/tag/seibunhyo/>

Q5. 今までと食事の提供量は変わりませんが、八訂成分表を用いて計算すると給与エネルギー目標量が満たせません。給与目標量に合わせて提供量を増やすべきでしょうか。それとも給与目標量を見直した方が良いでしょうか。

A5. 成分表 2020 年版（八訂）（以下「八訂成分表」と称す）では、以前の七訂成分表とは異なり、エネルギーの計算に用いる主要な成分である「エネルギー産生栄養素（たんぱく質、脂質、炭水化物）」および「エネルギー換算係数」の2つが変更になりました。そのため、八訂成分表のエネルギー値は、七訂成分表のエネルギー値に比べて、平均で 9%程度少なくなります。例 1（下図）のように、同じ食事でも用いる成分表によってエネルギー値が変わります。これは、「食べ物の物差し」である成分表の目盛の幅が変わったためです。八訂成分表を用いた場合、七訂成分表のエネルギー値よりも、数値の見かけ上は少なくなります。実際に食事のエネルギーが減ったわけではありません。そのため、今までの給与エネルギー目標量に合わせて、安易に提供量を増やすべきではありません。これまでに提供している食事を、八訂成分表を用いて計算して七訂成分表の値との差を把握すると同時に、給食利用者の身体状況や食事摂取状況等を確認し、総合的な判断の上で、食事量あるいは給与目標量を見直していく必要があります。



例 1：使用する成分表の違いによるエネルギー値の差

(参考文献 1) 女子栄養大学出版部、Web マガ #18 | 食品成分表：<https://eiyo21.com/blog/category/fooddata/>

(参考文献 2) 松本万里，渡邊智子，松本信二，安井明美：食品のエネルギー値の算出方法についての検討：組成に基づく方法と従来法との比較、日本栄養・食糧学会誌 第 73 巻 第 6 号 255-264 (2020)
https://www.jstage.jst.go.jp/article/jsnfs/73/6/73_255/_pdf/-char/ja

Q6. 今までの糖尿病食を、八訂成分表を用いて計算すると、エネルギーが少なくなり、単位が足りなくなります。病院栄養士からは約束食事箋の給与量(単位)を合わせるように指示されますが、今までの献立で均衡がとれていたはずなので、指示通りに食事量を増やしてよいのか疑問に感じています。どのように対処したらよいでしょうか。

A6. 七訂成分表から八訂成分表に切り替えた際、エネルギー値は八訂成分表の方が今までよりも平均で 9%程度少なくなるといわれています。この差をそのまま食事反映して食事量を増

やした場合、病状に影響を及ぼす可能性がありますので、安易に食事量を増やしてはなりません。はじめに、対象者の特徴、食事の摂取量、体格の推移（体重、BMI）、臨床検査値等を確認する必要があります。対象者の栄養状態、病状等をしっかりと評価し、今までの献立で均衡がとれているのであれば、提供する食事量を増やす必要はありません。また、これまでの食事の問題がなければ、約束食事箋の給与量（基準）を見直す必要があります。これまでの基準値（給与量、単位）を満たすための単なる数値合わせでは、適切な栄養管理ができません。PDCA サイクルで、提供する食事や対象者の病状等を評価・改善していくことが一番大事なことです。この点をクライアントの方にご説明してみてもいいでしょうか。

（参考文献1）女子栄養大学出版部、Web マガ #18 | 食品成分表：<https://eiyo21.com/blog/category/fooddata/>

（参考文献2）松本万里，渡邊智子，松本信二，安井明美：食品のエネルギー値の算出方法についての検討：組成に基づく方法と従来法との比較、日本栄養・食糧学会誌 第73巻 第6号 255-264（2020）
https://www.jstage.jst.go.jp/article/jsnfs/73/6/73_255/_pdf/-char/ja

Q7. 施設の事務担当者等、栄養学がわからない方に、八訂成分表改訂に伴う諸対応について説明する際のポイントはどこですか。

A7. 食品成分表は、食事の栄養量を評価するための基準になります。いわば「食べ物の物差し」です。この物差し（食品成分表）は、食材の生産・製造方法の変化、栽培・飼育方法の変遷、分析方法の改良、栄養・健康をめぐる研究の進展により、新しい成分に関する情報へのニーズが生じるなど、時代と共に様々な変化に対応できるよう、これまでに八回の改訂が行われています。現時点で最も確かな物差しが、成分表2020年版（八訂）の成分表になります。対象者の栄養管理や栄養情報の提供の際には、最新の物差しである八訂成分表を用いることが大切です。しかし、八訂成分表はこれまでの七訂成分表と比較すると、「物差し」の目盛の幅が変更になりました（Q5の例1参照）。同じ食事を栄養計算すると、八訂成分表のエネルギー値は少なくなることがほとんどです。そのため、これまでの給与栄養目標量（基準）を満たさないなどの問題が生じる可能性があります。八訂成分表への移行で栄養計算値が変わっても、基準に合わせて食事内容を帳尻合わせする（提供量を増やす）のではなく、対象者の特徴、身体状況、食事摂取状況等を確認しながら、必要に応じて給与栄養目標量の方を見直していくことが重要です。

（参考文献1）女子栄養大学出版部、Web マガ #18 | 食品成分表：<https://eiyo21.com/blog/category/fooddata/>

（参考文献2）松本万里，渡邊智子，松本信二，安井明美：食品のエネルギー値の算出方法についての検討：組成に基づく方法と従来法との比較、日本栄養・食糧学会誌 第73巻 第6号 255-264（2020）
https://www.jstage.jst.go.jp/article/jsnfs/73/6/73_255/_pdf/-char/ja

（参考文献3）文部科学省：日本食品標準成分表に関するQ&A（2022）https://www.mext.go.jp/content/20201225-mxt_kagsei-index_020.pdf

Q8. 栄養計算は、加熱後の食品を用いてした方がいいと聞きますが、加熱後の栄養量が示されていない食品もあります。どのように計算したらよいですか？

A8. 八訂成分表では、「生」の状態の成分値の他に調理後の状態である「ゆで」、「焼き」、「油いため」などの成分値も記載されています。残念ながら、まだ全ての食品でこうした調理後の成分値が記載されていません。そのため、現時点では、加熱された食品であっても生の食品の成分値を使わざるを得ない場合もあります。それでも、実際に摂取栄養量により近い栄養量を求めることができるため、積極的に加熱後の成分値を用いることをお勧めします。本ガイド p7~8 も参考にしてください。

Q9. 食品成分表の八訂を用いた PFC 比率の計算する方法がわかりません。

A9. PFC 比率は、エネルギー産生栄養素のそれぞれの栄養素の摂取量をエネルギー換算し、総エネルギー量に対する割合を示した数値 (%) のことです。八訂成分表では、エネルギー量の計算方法が変更されました。そのため、PFC 比率の計算方法もこれまでとは異なる点があります。八訂成分表を用いた PFC 比率の計算は以下の方法があります。

・たんぱく質エネルギー比率(P)

アミノ酸組成によるたんぱく質 (欠損している場合は「たんぱく質」) (g)×4 (kcal/g)÷総エネルギー量 (kcal)×100

・脂質エネルギー比率(F)

脂肪酸のトリアシルグリセロール当量 (欠損している場合は「脂質」) (g)×9 (kcal/g)÷総エネルギー量 (kcal)×100

・炭水化物エネルギー比率(C)

100－ (たんぱく質エネルギー比率＋脂質エネルギー比率)

炭水化物エネルギー比率については、炭水化物の種類により、1g あたりのエネルギー量が異なります。例えば、でんぷんや砂糖は、1g あたり 3.75kcal、糖アルコールは 2.4kcal、食物繊維は 2kcal と様々です。そのため、たんぱく質と脂質のエネルギー比率を 100% から差し引いたエネルギー比率を炭水化物エネルギー比率とみなします。

(参考文献) 女子栄養大学出版社：女子栄養大学のバランスのよい食事法 (2022)

資料1: 栄養情報を提供する際の留意点

No	関連法規	Q	A	具体的な根拠となる条項、通知、参考資料など
1	食品表示法 食品表示基準	「甘さ控えめ」など味覚に関する表示のルールは？	「うす塩味」や「甘さひかえめ」などの表示は、味覚に関するものであり、味覚は主観的なものであるため、表示のルールは設定されていない。 なお、「うす塩」「あま塩」などの表示は、栄養表示として適用対象となる。	食品表示基準について(最終改正:令和元年9月19日消費表第317号)
2	食品表示法 食品表示基準	「レモン風味」と表示する場合、特色のある原材料の表示に該当するか。また、レモンを使用せず、香料で風味付けをした商品にこのような表示をしてもよいか？	1 「レモン風味」のような表示は、レモンの味や香りがするという製品の特徴を一般的な名称で表しているものであり、特色のある原材料の表示には該当しない。 2 また、レモンを使用せず香料で風味付けをした商品に、「レモン風味」と表示することは可能です。この場合、「レモン使用」と表示することは、事実と異なる表示であり認められない。 3 なお、レモン香料を使用した商品については、原材料名欄において「レモン香料」や「香料」のように、使用した香料を食品添加物として表示することが必要。	食品表示基準Q&A(最終改正:令和元年9月19日消費表第320号)
3	自主的指針であり、法に基づく表示の強制力はないが、事実と異なる表示により消費者が実際の者よりも著しく優良であると誤認する場合には、「不当景品類及び不当表示防止法」による措置の対象となる。	なぜ外食で原産地表示を行うようにしたのか？	BSEや食品の偽装事件の発生、輸入農産物からの基準を超えた残留農薬の検出などにより、消費者の食品の原産地に対する関心が高くなっている。スーパーなどで販売される加工食品においても、JAS法に基づく原料原産地の表示義務の対象食品が拡充されることとなった。このような中で、外食においても原材料の原産地表示を求める声が強くなっており、外食が身近な食の場として一層安心して利用され、外食に対する消費者の信頼性を確保するためにも、原産地表示が重要となっている。平成17年3月に閣議決定された「食料・農業・農村基本計画」においても、「平成17年度に外食における原産地等の表示のガイドラインを整備し、これに基づき、外食産業による自主的な原産地等の表示の取組を促進する。」こととされている。このため、外食事業者が自主的な原材料の原産地表示に取り組むための指針として、このガイドラインを策定された。	<ul style="list-style-type: none"> ・外食の原産地表示ガイドライン(H17,7、外食における原産地等の表示に関する検討会) ・外食の原産地表示ガイドライン、Q&A(未定稿)(H17,8、農林水産省総合食料局食品産業振興課外食産業室) ・原産地表示の手引き(H19,3、農林水産省、財団法人外食産業総合調査研究センター)
	ガイドラインの対象となる事業者の範囲は？	ガイドラインは、全ての外食事業者を対象とする。		
	全ての原材料について原産地を表示しなければいけないか？	ガイドラインでは消費者のメニュー選択に資する情報を提供するとの観点から、原産地を把握している原材料については積極的に原産地を表示するとの考えに立っている。		
		<p>具体的には、「メニューの主たる原材料」、「メニュー名に用いられている原材料」、「こだわりの原材料」のほか、安定した調達に取り組みられる原材料等について、その種類ごとに表示するなど、表示方法を工夫して情報提供に努めることを定めている。</p> <p>*いわゆる「売れ筋」とか「定番」のメニュー、外食事業者が消費者に積極的に推奨しているメニューを「主要なメニュー」として位置付けている。</p> <p>*「こだわりの原材料」とは、外食事業者が品種、栽培方法や産地等にこだわって調達している原材料をいう。例えば、有機栽培の農産物、ブランド化している農産物、朝採りの新鮮な野菜のように、付加価値の高いものが多い。この場合、こだわって調達されるものですので、原産地が把握されていると考えられる。一方、消費者も、このような「こだわりの原材料」については関心が高く、また「高付加価値＝単価が高いもの」の場合も多いことから、原産地表示を推奨していくこととした。</p>		

No	関連法規	Q	A	具体的な根拠となる条項、通知、参考資料など
3 〔続き〕	自主的指針であり、法に基づく表示の強制力はないが、事実と異なる表示により消費者が実際の者よりも著しく優良であると誤認する場合には、「不当景品類及び不当表示防止法」による措置の対象となる。	加工食品を調理したメニューの場合には、その加工食品の原料原産地を調べて表示する必要があるか？ 使用する原材料の原産地が季節により変わったり、一時的に変動する場合はどうすればよいか？	小売店等で販売されている加工食品においても、JAS法による原料原産地の表示対象となっていないものが多い。外食事業者が利用する加工食品についても、多くは原料原産地が表示されていないものと考えられる。このような場合、仕入業者等を通じて原産地が分かれば表示できるが、分からなければ表示できない。このため、ガイドラインでは、「原産地を把握している原材料について積極的に原産地を表示する」とされている。 なお、消費者から問合せがあった場合には、「このメニューに使用している〇〇は、輸入品で、原産国は△△国です、当方ではこれ以上の情報は得ておりません。」等と加工食品の原産国(注)を伝えることも一つの情報提供であると思われる。 (注)加工食品の原産国とは、「その商品の内容に実質的な変更をもたらす行為が行われた国」であって、当該加工食品の原材料の原産国(地)とは限らない。 農林水産物は、気象条件の影響を受けやすいので、安定した入手が難しいことがある。例えば、国産野菜を年間通じて契約農家から仕入れているような場合でも、台風などで入荷予定先が大きな被害を受けたときには、どうしても緊急避難的に国外から仕入れるケースなどが想定される。ガイドラインではこのような原材料調達事情を考慮し、「当店の野菜は、原則「国産」ですが、天候等の理由によっては一部外国産を使う場合もあります。」等と表示できるとされている。	
4	景品表示法	店内・店頭メニュー上の表示に景品表示法は適用されるか？	景品表示法が適用される表示は、容器・包装上のものだけでなく、パンフレット、説明書、ポスター、看板、インターネットをはじめとして、あらゆるものに及びます。店内・店頭メニュー上の表示、陳列物、説明も表示に該当し、景品表示法の規制対象となる。 メニュー上の表示について、景品表示法に基づいて排除命令を行った事例としては、ホテルのレストランにおいて、実際に使用した大部分の肉は前沢牛ではなかった料理に、料理名として「特選前沢牛サーロインステーキのグリエ ポテトニョッキとミトロン」と表示していた事案、和食のファミリーレストランにおいて、実際には、ほうれん草と水菜のみ長崎県に所在する生産者が有機肥料を用いて栽培していたものを用いていたにもかかわらず、葉野菜を用いる料理には、長崎県に所在する、同県からエコファームに認定された農場で有機肥料を使用して低農薬で栽培したものをういたかのように、料理の説明としてメニューに表示していた事案などがある。	消費者庁HP 消費者庁ホーム > 政策 > 政策一覧 (消費者庁のしごと) > 表示対策 > 景品表示法 > よくある質問コーナー (景品表示法関係) > 表示に関するQ&A Q43
5	景品表示法	料理名に景品表示法は適用されるか？	料理名は、料理についての表示そのものであり、当然、景品表示法の適用対象となる。 料理名について、景品表示法に基づいて排除命令を行った事例としては、ホテルのレストランにおいて「特選前沢牛サーロインステーキ・・・」と表示した事案のほかにも、居酒屋において、実際には馬肉に馬油を注入する加工を行った肉を使用した料理に「国産霜降り馬刺し」、「トロ馬刺し」等と表示していた事案などがある。	消費者庁HP 消費者庁ホーム > 政策 > 政策一覧 (消費者庁のしごと) > 表示対策 > 景品表示法 > よくある質問コーナー (景品表示法関係) > 表示に関するQ&A Q44
6	景品表示法	原材料や部位を使った料理名については、どのように規制されるか？	景品表示法は、原材料・部位名を表示することを義務付けるものではないが、実際のもとは異なる原材料・部位を料理名に表示することは、景品表示法の規制対象となる。	消費者庁HP 消費者庁ホーム > 政策 > 政策一覧 (消費者庁のしごと) > 表示対策 > 景品表示法 > よくある質問コーナー (景品表示法関係) > 表示に関するQ&A Q45

No	関連法規	Q	A	具体的な根拠となる条項、通知、参考資料など
7	景品表示法	当店は、「宮崎牛ステーキ」と表示していますが、仕入れの事情で、日によっては他の銘柄牛を使用することがあります。景品表示法上問題になるか？	銘柄名、部位名等を具体的に記載しているにもかかわらず、実際には表示と異なるものが提供されている場合には、景品表示法上問題となる。料理名の表示は、見るものに強い印象を与えるので、このような場合に注意書きをしたとしても消費者の誤認を解消することはできない。 したがって、日によって表示された銘柄の肉を確保できないことがあることが分かっているのであれば、銘柄名を料理名に書くのではなく、例えば、料理名について、「本日の銘柄牛のステーキ」、「シェフが選んだ銘柄牛のステーキ」等として、「銘柄については係員にお尋ねください」等の注記をするという対応が必要になる。	消費者庁HP 消費者庁ホーム＞政策＞政策一覧（消費者庁のしごと）＞表示対策＞景品表示法＞よくある質問コーナー（景品表示法関係）＞表示に関するQ&A Q46
8	景品表示法	牛の成形肉（※1）を焼いた料理のことを「ビーフステーキ」、「ステーキ」と表示してもよいか。 ※1・・・牛の生肉、脂身、横隔膜等に酵素添加物や植物たん白等を加えるなどして人工的に結着し、形状を整えたもの。成型肉、結着肉、圧着肉ともいわれる。	食肉関連事業者や食品の専門家は、牛の成形肉が「生鮮食品」の「肉類」には該当せず、「加工食品」の「食肉製品」に該当し、牛の生肉、脂身、横隔膜等に酵素添加物や植物たん白等を加えるなどして人工的に結着し、形状を整えたものであるということをも十分理解できているかもしれないが、これを「ビーフステーキ」、「ステーキ」と表示した場合、この表示に接した一般消費者は、「生鮮食品」の「肉類」に該当する「一枚の牛肉の切り身」を焼いた料理と認識する。そもそも、牛の成形肉は「生鮮食品」の「肉類」に該当する牛の生肉の切り身ではないため、牛の成形肉を焼いた料理について、「ビーフステーキ」、「〇〇ステーキ」、「ステーキ」のように、「生鮮食品」の「肉類」に該当する一枚の生肉を焼いた料理と認識される表現を用いると、景品表示法第5条第1号（優良誤認）に該当し、景品表示法上問題となります。	消費者庁HP 消費者庁ホーム＞政策＞政策一覧（消費者庁のしごと）＞表示対策＞景品表示法＞よくある質問コーナー（景品表示法関係）＞表示に関するQ&A Q53
9	景品表示法	牛脂等注入加工肉（※2）を焼いた料理のことを「霜降りビーフステーキ」、「さし入りビーフステーキ」と表示してもよいか。 ※2・・・牛脂や馬脂に、水、水あめ、コラーゲン、植物性たん白、PH調整剤、酸化防止剤、増粘多糖類等を混ぜ合わせたものを「インジェクション」という注射針が針山になったような機械により、牛肉や馬肉に注入し、人工的に霜降り状の肉質に変質させ、形状を整えたもの。「インジェクション加工肉」等ともいわれる。牛肉に牛脂等を注入した「牛脂注入加工肉」や馬肉に馬脂等を注入した「馬脂注入加工肉」等がある。	「食肉関連事業者や食品の専門家は、牛脂等注入加工肉が「生鮮食品」の「肉類」には該当せず、「加工食品」の「食肉製品」に該当し、牛脂や馬脂に、水、水あめ、コラーゲン、植物性たん白、PH調整剤、酸化防止剤、増粘多糖類等を混ぜ合わせたものを「インジェクション」という注射針が針山になったような機械により、牛肉や馬肉に注入し、人工的に霜降り状の肉質に変質させ、形状を整えたものであり、「インジェクション加工肉」等ともいわれるものであるということをも十分理解できているかもしれないが、これを「霜降りビーフステーキ」、「さし入りビーフステーキ」と表示した場合、この表示に接した一般消費者は、当該料理のことを、一定の飼育方法により脂肪が細かく交雑した状態になった牛や馬の肉を焼いた料理であると認識する。したがって、「加工食品」の「食肉製品」に該当する牛脂等注入加工肉のことを「霜降」、「霜降り肉」、「トロ肉」等と表現して、これを焼いた料理について、「霜降りビーフステーキ」、「さし入りビーフステーキ」と表示すると、景品表示法第5条第1号（優良誤認）に該当し、景品表示法上問題となる。	消費者庁HP 消費者庁ホーム＞政策＞政策一覧（消費者庁のしごと）＞表示対策＞景品表示法＞よくある質問コーナー（景品表示法関係）＞表示に関するQ&A Q55

資料2: 医薬品的な標ぼうをしているとみなされる表現例

No.	参考資料
1	無承認無許可医薬品の指導取締りについて (昭和46年6月1日 薬発第476号 各都道府県知事あて厚生省薬務局長通知 最終改正 平成30年4月18日 薬食発0418第4号)
2	無承認無許可医薬品の監視指導について (昭和62年9月22日 薬監第88号 各都道府県衛生主管部(局)あて厚生省薬務監視指導課長通知 最終改正 平成27年4月1日 薬食監麻発第0401第3号) 別添 無承認無許可医薬品監視指導マニュアル
3	東京都福祉保健局 東京都生活文化局 編:健康食品取扱マニュアル 第7版 (平成28年)

○医薬品的な効能効果に関する表現

		医薬品的な効果効能に該当する表現 (食品の表示、広告として不適切な表現)	資料
医薬品的な効能効果	疾病の治療又は予防を目的とする効能効果の表現	■ 糖尿病・高血圧・動脈硬化の方に	1
		■ 肝障害、腎障害をなおす	1
		■ 眼病の人のために	1
		■ 胃・十二指腸潰瘍の予防	1
		■ がんが良くなる	1
		■ 便秘がなおる	1
		■ 難病・慢性病の治療に	3
		■ ○○○は成人病、慢性疾患、婦人病を予防します。	3
		■ 身体に無理をかけず便秘を解消するお茶！	3
		■ 頭痛、吐き気、腰痛、不眠、吹き出物、腹痛などを和らげる効果	3
	■ アトピー性皮膚炎が完治	3	
	身体の組織機能の一般的増強、増進を主たる目的とする効能効果の表現 (栄養補給、健康増進等に関する表現はこの限りではない)	■ 疲労回復	1
		■ 体力増強	1
		■ 食欲増進	1
		■ 回春	1
		■ 新陳代謝を盛んにする	1
		■ 精力をつける	1
		■ 解毒機能を高める	1
		■ 心臓の働きを高める	1
		■ 胃腸の消化吸収を増す	1
■ 健胃整腸		1	
栄養補給に関する表現	■ 病中・病後に	1	
	■ 成長促進	1	
	■ 勉強能力を高める	1	
	■ 病気に対する自然治癒力が増す	1	
	■ 強精(強性)強壯	1	
	■ 老化防止	1	
	■ 若返り	1	
	■ 内分泌機能を盛んにする	1	
	■ 血液を浄化する	1	
	■ ○○○は、今話題のSOD(活性酸素除去酵素)を増加させます。	3	
栄養補給と標ぼうしながら、 頭髪、目、皮膚等の特定部位への栄養補給ができる旨を標ぼうし、当該部位の改善、増強等ができる旨暗示する表現	■ 血液を浄化し、スムーズに循環させる	3	
	■ ○○○は、脂肪に直接働くことにより、脂肪の燃焼を促進します。	3	
	■ 病中病後の体力低下時(の栄養補給)に	2,3	
	■ 胃腸障害時(の栄養補給)に	2,3	
	■ 肉体疲労時(の栄養補給)に	3	
栄養成分に関する表現	■ 発育不良児の栄養補給に	3	
	■ ○○○は、赤ちゃんの脳の発育に役立つ栄養素です。	3	
	■ 目の健康に役立つ○○○を配合しています	3	
	■ 真の美肌を作るために身体の内側からコラーゲンを補給しましょう。	3	
	■ ○○○は×××的作用により、身体の内側から自然にバストを大きくします。	3	
栄養成分に関する表現	■ 肝臓の健康のために	3	
	■ ○○は体内でホルモンのバランスを調整しています。	2	

医薬品的な効果効能に該当する表現 (食品の表示、広告として不適切な表現)		資料	
医薬品的な効果効能	名称又はキャッチフレーズによる表現により暗示するもの	<ul style="list-style-type: none"> ■ 延命〇〇 1 ■ 〇〇の精(不死源) 1 ■ 〇〇の精(不老源) 1 ■ 薬〇〇 1,2 ■ 不老長寿 1 ■ 皇漢処方 1 ■ 和漢伝方 1 ■ 百寿の精 1 ■ 漢方秘法 1,3 ■ 快便食品(特許第〇〇〇号) 3 ■ 血糖降下茶 3 	
	含有成分や栄養素の表示及び説明による表現により暗示するもの	<ul style="list-style-type: none"> ■ 体質改善、健胃整調で知られる〇〇を原料とし、これに有効成分を添加、相乗効果をもつ 1,2 ■ EPAは、不飽和脂肪酸の一種で、血液の粘度を低下させる作用があります。 3 ■ 〇〇〇は、イギリス、ドイツ等欧州9カ国でアトピー性皮膚炎の処方薬として使用されます。 3 ■ 〇〇に含まれるコラーゲンは、皮膚にうるおいを与える成分です。 3 ■ 〇〇は細胞のエネルギー産生と抗酸化作用を有するコエンザイムQ10を1粒中に△△mg含有しています。 3 ■ グルコサミンは、関節部分の軟骨の再生や再形成を促し、インドメタシンよりも効果が高くスポーツマンや中高年の方々の関節ケアに有用です。 3 	
	製法の説明による表現により暗示するもの	<ul style="list-style-type: none"> ■ 本邦の深山高原に自生する植物〇〇を主剤に、△△△、×××等の薬草を独特の製造法(製法特許出願)によって調整したものである。 1,2 	
	起源、由来等の説明による表現により暗示するもの	<ul style="list-style-type: none"> ■ 〇〇という古い自然科学書を見ると胃を開き、鬱を散じ、消化を助け、虫を殺し、痰なども無くなるとある。 1,2 ■ 〇〇の主原料は××です。××の血圧降下作用は、「本草綱目」「神農本草経」等を始め、19種におよぶ世界の文献に古くから紹介されています。 2,3 ■ インド国内では医薬品として販売されています。 3 ■ 欧州では循環器系の薬として、イチョウ葉が使用されています。 3 	
	新聞、雑誌等の記事、医師、学者等の談話、学説、経験談などを引用又は掲載することによる表現により暗示するもの	<ul style="list-style-type: none"> ■ 医学博士〇〇〇〇の談「昔から赤飯に〇〇〇をかけて食べると癌にかからぬといわれている。…癌細胞の脂質代謝異常ひいては糖質、蛋白代謝異常と〇〇〇〇が結びつきはしないかと考えられる。」 1,2,3 ■ 〇〇医科大学△△△教授の談「発ガン性物質を与えたマウスに〇〇〇の抽出成分を食べさせたところ、何もなかったマウスよりもかなり低い発ガン率だったことを発表しました。」 3 ■ 〇〇〇県××子「私は普段から血圧が高く、最低血圧150mm前後、最小血圧が90mm前後ありました。～そんなとき〇〇〇が血圧を下げるのにいいという話を聞き」 3 ■ 〇〇〇は脳機能障害の予防・改善に有効な成分であり・・・(××出版社「驚異の〇〇〇」より) 3 	
	高麗人参と同等又はそれ以上の薬効を有する旨の表現により暗示するもの	<ul style="list-style-type: none"> ■ 高麗人参にも勝るといふ薬効が認められています。 2 	
	「健康チェック」等として、身体の具合、疾病等をチェックさせ、それぞれの症状等に応じて摂取を進める表現により暗示するもの		2,3
	「〇〇〇の方に」等の表現により暗示するもの	疾病を有する者、疾病の予防を期待する者、好ましくない身体状態にある者を対象とする旨の表現	<ul style="list-style-type: none"> ■ 便秘ぎみの方に 2 ■ 〇〇病が気になる方に 2 ■ 身体がだるく、疲れのとれない方に 2 ■ 糖尿病をはじめ成人病でお困りの方へお勧めします 3 ■ 体力低下が気になるあなた 3 ■ しわが気になる年齢に 3
	「好転反応」等に関する表現により暗示するもの	<ul style="list-style-type: none"> ■ 「摂取すると、一時的に下痢、吹出物などの反応がでるが、体内浄化、体質改善等の効果の現れである初期症状であり、そのまま摂取を続けることが必要である。」 2,3 ■ 「最初のうちは下痢、吹き出物などが出ますが、これは「好転反応」といい、体調が良くなっていく前触れです。そのまま飲み続けてください。」 3 	

医薬品的な効果効能に該当する表現 (食品の表示、広告として不適切な表現)		資料	
医薬品的な効果効能	「効用」、「効果」、「ききめ」等の表現により暗示するもの	■ 1か月以上飲み続けないと効果はありません。	2,3
		■ 大学病院でもその効用が認められています。	2,3
		■ 医薬品のように速効性はありませんが、2～3か月飲み続ければ、その効果は必ずお分かりいただけます。	2,3
		■ 期待できる効能効果は次の通りです。	3
		■ 即効性はありませんが、飲み続ければその効果は必ずおわかりいただけます。	3
		■ 穏やかな効き目が特徴です。	3
		■ Q「○○はどの位の時間で効き目ができますか？」 A「20～30分で効果が出ます。」	3
		「薬」の文字による表現により暗示するもの	■ 生薬
	■ 妙薬		2,3
	■ 民間薬		2,3
	■ 薬草		2,3
	■ 漢方薬		2,3
	■ 薬用されている		2,3
		■ 薬効が認められる	2,3
■ 健康茶であるため薬効は表示できませんが、詳しくは「神農本草経」、「本草綱目」、「広辞苑」などでお調べ下さい。		2,3	
■ ○○に用いられる薬草には、以下のような薬効があるといわれています。		3	
■ ○○○は古くから「幻の聖薬」と呼ばれて、珍重されてきました。		3	

産学連携委員会メンバー

給食施設における栄養情報提供ガイド 2015 年作成時 (2013-2014)

【日本給食サービス協会】

- ◎吉田 和民 (東京ケータリング(株) 代表取締役社長)
- 高戸 良之 (シダックス(株) 総合研究所 課長)
- 河瀬 崇 (㈱魚国総本社 管理本部総合企画室 グループリーダー)
- 佐藤 孝 (㈱レパスト第二営業部 課長代理)
- 千葉 光洋 (日本給食サービス協会 専務理事) (事務局)

【日本給食経営管理学会】

- ◎石田 裕美 (女子栄養大学栄養学部実践栄養学科 教授)
- 名倉 秀子 (十文字学園女子大学人間生活学部食物栄養学科 教授)
- 登坂三紀夫 (和洋女子大学家政学群健康栄養学類 准教授)
- 松月 弘恵 (神奈川工科大学応用バイオ科学部栄養生命学科 准教授)

栄養表示に関する分科会委員

【日本給食サービス協会】

- 棚瀬 順子 (メーキュー(株) 営業企画部 顧問)
- 高山 寿子 (㈱ニッコクトラスト 総務人事部)
- 品川喜代美 (シダックス(株) 総合研究所 課長代理)
- 葉梨 静香 (シダックス(株) 総合研究所)

【日本給食経営管理学会】

- 石田 裕美 (女子栄養大学栄養学部実践栄養学科 教授)
- 中西 明美 (女子栄養大学栄養学部実践栄養学科 専任講師)
- 縄田 敬子 (相模女子大学栄養科学部管理栄養学科 専任講師)
- 佐野 文美 (静岡県立大学食品栄養科学部栄養生命科学科 助教)

給食施設における栄養情報提供ガイド 2017 年作成時 (2015-2016)

【日本給食サービス協会】

- ◎吉田 和民 (東京ケータリング(株) 代表取締役社長)
- 馬淵 祥正 (㈱馬淵商事 代表取締役社長)
- 高戸 良之 (シダックス(株) 総合研究所 課長)
- 河瀬 崇 (㈱魚国総本社 管理本部総合企画室 グループリーダー)
- 松浦 竜也 (㈱レパスト 執行役員 総合企画室 室長)
- 佐伯 弘一 (日本給食サービス協会 専務理事) (事務局)

【日本給食経営管理学会】

- ◎石田 裕美 (女子栄養大学 栄養学部実践栄養学科 教授)
- 名倉 秀子 (十文字学園女子大学 人間生活学部食物栄養学科 教授)
- 登坂三紀夫 (和洋女子大学 家政学群健康栄養学類 准教授)
- 松月 弘恵 (日本女子大学 家政学部食物学科 教授)

栄養表示に関する分科会委員

【日本給食サービス協会】

- 品川喜代美 (シダックス(株) 総合研究所 課長代理)

【日本給食経営管理学会】

- 石田 裕美（女子栄養大学栄養学部実践栄養学科 教授）
中西 明美（女子栄養大学栄養学部実践栄養学科 専任講師）
縄田 敬子（相模女子大学栄養科学部管理栄養学科 准教授）
佐野 文美（静岡県立大学食品栄養科学部栄養生命科学科 助教）

給食施設における栄養情報提供ガイド 2020 年作成時（2019－2020）

【日本給食サービス協会】

- ◎馬淵 祥正（㈱馬淵商事 代表取締役社長）
三澤 一重（㈱サンユー 代表取締役社長）
高戸 良之（シダックス㈱ シダックス総合研究所 主席研究員）
河瀬 崇（㈱魚国総本社 管理本部総合企画室 副室長）
松浦 竜也（㈱レパスト 執行役員 総合企画室 室長）
佐伯 弘一（日本給食サービス協会 専務理事）（事務局）

【日本給食経営管理学会】

- ◎石田 裕美（女子栄養大学 栄養学部実践栄養学科 教授）
市川 陽子（静岡県立大学 食品栄養科学部栄養生命科学科 教授）
登坂三紀夫（和洋女子大学 家政学部健康栄養学科 教授）
松月 弘恵（日本女子大学 家政学部食物学科 教授）

栄養表示に関する分科会委員

【日本給食サービス協会】

- 品川喜代美（シダックス㈱ シダックス総合研究所 課長代理）

【日本給食経営管理学会】

- 石田 裕美（女子栄養大学栄養学部実践栄養学科 教授）
中西 明美（女子栄養大学栄養学部実践栄養学科 准教授）
縄田 敬子（相模女子大学栄養科学部管理栄養学科 准教授）
佐野 文美（常葉大学健康プロデュース学部健康栄養学科 講師）

給食施設における栄養情報提供ガイド 2022 年作成時（2022－）

【日本給食サービス協会】

- ◎馬淵 祥正（㈱馬淵商事 代表取締役社長）
高戸 良之（シダックス㈱ シダックス総合研究所 所長）
河瀬 崇（㈱魚国総本社 管理本部総合企画室 副室長）
松浦 竜也（㈱レパスト 執行役員 総合企画室 室長）
望月ひとみ（㈱グリーン・フードマネジメントシステムズ 健康経営推進室 部長）
山口 宏記（日本給食サービス協会 専務理事）（事務局）

【日本給食経営管理学会】

- ◎松月 弘恵（日本女子大学 家政学部食物学科 教授）
市川 陽子（静岡県立大学 食品栄養科学部栄養生命科学科 教授）
登坂三紀夫（和洋女子大学 家政学部健康栄養学科 教授）
青木るみ子（西南女学院大学 保健福祉学部 栄養学科 准教授）
池田 昌代（東京農業大学 応用生物化学部栄養学科 准教授）

栄養情報提供ガイドワーキンググループ

【日本給食経営管理学会】

- ◎中西 明美（女子栄養大学栄養学部実践栄養学科 准教授）
 繩田 敬子（相模女子大学栄養科学部管理栄養学科 准教授）
 佐野 文美（常葉大学健康プロデュース学部健康栄養学科 講師）
 品川喜代美（シダックス㈱ シダックス総合研究所 課長）

◎：委員長

給食施設における栄養情報提供ガイド（2022年）

発行日：2022年 9月1日

発行者：

公益社団法人 日本給食サービス協会

〒101-0041 東京都千代田区神田須田町 1-24-3 FORECAST 神田須田町 8F

TEL:03-3254-4614 FAX:03-3254-4667

一般社団法人日本給食経営管理学会

〒171-0031 東京都文京区本郷 3-35-4 不二光学ビル 3階 株式会社コンパス内

TEL:03-5840-6131 FAX: 03-5840-6130