

解説！やさしい食品表示

ねりま食品衛生だより第71号 令和2年8月21日発行

練馬区保健所 生活衛生課 食品衛生担当係 5984-4675 練馬地区3992-1183 / 石神井地区3996-0633

食品表示は、消費者と食品事業者が共有できる重要な情報の一つです。令和2年4月1日からは、食品表示法による新しいルールへ、完全に切り替わりました。どんなことが書かれているのか、加工食品の基本的な表示情報を解説します！

チョコビスケットの表示(例)を解説！その1

がんばるぞー



名称	焼き菓子(チョコビスケット)
原材料名	小麦粉(国内製造)、砂糖、マーガリン(乳成分を含む)、チョコレート、卵黄(卵を含む)、食塩/膨張剤、乳化剤(大豆由来)、香料
内容量	15枚
賞味期限	〇〇年〇〇月〇〇日
保存方法	直射日光、高温多湿を避けて保存して下さい。
製造者	株式会社 東京都練馬区石神井町 - -

名称
商品名ではなく、**一般的な名称**が表示されます。

原材料
原材料は**重量の多い順番**に表示されます。

原料原産地表示
1番重量の多い原材料の原産地(製造地)が表示されます。例 「豚肉(国産)、豚脂肪、…」
例 「砂糖(タイ産)、水あめ、…」…等

添加物表示
添加物も**重量の多い順番**に表示されます。また、原材料と添加物は**明確に区分**されます。例 「/」で区分したり、改行をする。例 以下のように別欄を設ける。…等

原材料	いちご(栃木県産)、砂糖
添加物	ゲル化剤(ベクチン)、酸化防止剤(ビタミンC)

アレルギー表示
アレルギーには義務表示の7品目と、推奨表示の21品目があり、それぞれの**原材料の直後**に()で表示されます。例外的に一括表示される場合は、原材料欄の最後に、(一部に乳成分・卵・大豆を含む)等と表示されます。

必ず表示！7品目(特定原材料)
えび かに 小麦 そば 卵 乳(ピーナッツ) 落花生

できれば表示！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

栄養成分表示 (1箱40g当たり)	
熱量	250kcal
たんぱく質	3.0g
脂質	10.1g
炭水化物	35.0g
食塩相当量	0.4g

内容量
「g」「ml」「個」などの**単位を表示**します。弁当などでは「1食」「1人前」など内容数量も可能です。

栄養成分表示が義務化されました！

栄養成分表示
表示例の5項目が**義務化**されました。(表示が免除される場合もあります。)
ナトリウム表示は、**食塩相当量**に換算して表示されます。
健康増進の面からも栄養成分表示を有効活用しましょう！

賞味期限、保存方法、製造者については裏面へ！

すごい情報量だ！



チョコビスケットの表示(例)を解説! その2

2種類あります!

名称	焼き菓子(チョコビスケット)
原材料名	小麦粉(国内製造)、砂糖、マーガリン(乳成分を含む)、チョコレート、卵黄(卵を含む)、食塩/膨張剤、乳化剤(大豆由来)、香料
内容量	15枚
賞味期限	〇〇年〇〇月〇〇日
保存方法	直射日光、高温多湿を避けて保存して下さい。
製造者	株式会社 東京都練馬区石神井町 - -

栄養成分表示 (1箱40g当たり)	
熱量	250kcal
たんぱく質	3.0g
脂質	10.1g
炭水化物	35.0g
食塩相当量	0.4g

期限表示

消費(しょうひ)期限

過ぎたら食べない方がよい期限
お弁当など、劣化の早い食品は、時間まで表示されることもあります。

賞味(しょうみ)期限

おいしく食べられる期限

過ぎたからといって、すぐに食べられなくなるということではありません。

保存方法

商品の特性に応じ、具体的に表示されています。
例「要冷蔵(10℃以下)」「-18℃以下保存」等

POINT

期限表示の注意点

その1

期限表示と保存方法はセットで確認しましょう!

その2

期限表示は未開封での場合です。



表示責任者(食品関連事業者)

表示責任を持つ事業者の氏名(名称)、住所が表示されます。
「製造者」「加工者」「輸入者」「販売者」の4種類があります。

製造所所在地、氏名

その商品が**どこで作られたのか**の情報が表示されます。
製造所の住所(都道府県から番地まで)、氏名(個人名、法人名の場合あり)が表示されます。**お店の名前ではありません。**

製造所が異なる場合など、この様に2つの情報が表示されることもあります。

販売者	株式会社 東京都練馬区豊玉北 ×
製造所	株式会社 東京都練馬区石神井町

こんな表示もあります! ~製造所固有記号~

同じ商品を2つ以上の製造所で製造している場合、消費者庁へ届け出た製造所固有記号が表示される場合もあります。

この例の場合、「ABC」が製造所固有記号です。事業者にお問い合わせるか、消費者庁のホームページから検索することで、実際の製造所を確認することができます。

消費者庁ホームページ
製造所固有記号制度
届出データベース
製造所固有記号検索



盛りだくさんでしたね!
今回紹介した以外にも、食品表示に必要な情報は色々あります。じっくり読んで、疑問に思った情報は、直接事業者にお問い合わせてもいいかもしれませんね!

がんばったぞー

