

平成30年度市販食品における  
栄養成分表示及び栄養機能食品の表示に関する  
実態調査報告書

調査委託者 消費者庁食品表示企画課  
調査受託者 株式会社オノフ

本報告書は、消費者庁の委託を受け、株式会社オノフが調査を行い取りまとめたものである。

# 目次

I. 調査の概要	1
1. 目的	1
2. 調査方法	1
3. 解析方法	4
4. 表記上の注意	5
II. 結果	6
1. 一般用食品	6
2. 栄養機能食品	15
III. 総括	23

# I 調査の概要

## 1. 目的

栄養成分表示については、令和2（2020）年4月1日に完全義務化を迎えること、栄養機能食品については、食品関連事業者（以下「事業者」という。）の自主的判断に基づき制度が運用されていることから、実態を正確に把握し、普及啓発につなげる必要がある。

また、栄養成分や栄養機能に関する表示は、国民の健康の保護及び増進に資するため、食品表示基準（平成27年内閣府令第10号。以下「新基準」という。）に基づき適正に表示されていることが重要である。したがって、その観点から、栄養表示基準（平成15年厚生労働省告示第176号。以下「旧基準」という。）から新基準への移行の度合いや新基準の遵守状況を把握し、表示の実態における問題点を明らかにし、重点的に取り組むべき課題を明確にする必要性は高い。

そこで、本調査は、表示の実態を把握し、栄養成分表示の普及啓発や栄養機能食品制度の今後の在り方を検討するための基礎資料を得ることを目的とする。

## 2. 調査方法

市販されている一般用加工食品（酒類、栄養機能食品、機能性表示食品、特別用途食品及び特定保健用食品を除く。以下「一般用食品」という。）及び栄養機能食品を市場で購入し、表示状況を記録し、その内容について集計を行った。

### （1）一般用食品

#### ア. 調査対象

一般用食品については、食品の種類により新基準に基づいた栄養成分表示への移行の度合いに差がある可能性も考慮し、食品群A（表1）における食品群別に食品数を割り付け、全体で718品を抽出した。なお、食品群Aについては、農林水産省「加工食品の小売動向」調査の品目群、食品数は、平成22年<sup>※</sup>の「加工食品の小売動向」調査から算出した販売個数を基に割り付けを行った。

※「加工食品の小売動向」調査は、平成23年2月に終了している。

表1 食品群A

	食品群	品目
1	畜産加工品	ハム、ベーコン、ソーセージ、焼き豚、その他加工肉類、畜産缶詰、畜産珍味
2	乳製品	牛乳（加工乳含む）、乳飲料、はっ酵乳、乳酸菌飲料、プレミアムアイス、バター、チーズ、スキムミルク、クリームパウダー、れん乳、フレッシュクリーム、その他乳製品
3	水産加工品	ちくわ、かまぼこ、はんぺん、揚げ物、その他練製品、魚肉ハム、魚肉ソーセージ、水産缶詰（マグロ・カツオ以外）、マグロ・カツオ缶詰、冷凍水産素材、削り節・かつお節、のり、わかめ、昆布、その他海藻類、煮干、佃煮、その他加工水産、水産加工品、水産珍味
4	農産加工品	漬物、野菜缶詰、果実・デザート缶詰、ジャム・マーマレード、冷凍農産素材、ケチャップ、農産加工品、コンニャク、ゴマ、豆類、干し椎茸、その他農産乾物、農産珍味
5	大豆加工品	豆腐、油揚げ、納豆、豆乳、きな粉
6	製穀粉 ・同加工品	小麦粉、天ぷら粉、プレミックス、米粉、唐揚げ粉類、片栗粉、その他粉類、インスタント袋麺、カップ麺、乾麺、生麺・ゆで麺、その他麺類、スパゲティ、マカロニ、食パン、菓子パン、調理パン、その他パン、パン粉、シリアル類、包装餅、その他穀物、生地・皮
7	食用油 ・同加工品	マーガリン・ファットスプレッド類、その他スプレッド類、動物性油脂、サラダ油・天ぷら油、ゴマ油、オリーブ油、香味油、その他食用油、ホイップクリーム、ピーナッツ・チョコクリーム
8	調味料	砂糖、みそ、しょうゆ、ソース、マヨネーズ、ドレッシング、風味調味料、単一・複合調味料、低カロリー甘味料、食塩、香辛料（からし・わさび以外）、からし・わさび、食酢、合わせ酢（和風）、みりん風調味料、つゆ、液体だし、焼き肉のたれ、その他のたれ、中華調味料、その他調味料
9	飲料	コーラ、炭酸フレーバー、果汁100%飲料、果汁飲料、果肉飲料、紅茶ドリンク、日本茶・麦茶ドリンク、中国茶ドリンク、その他茶ドリンク、コーヒードリンク、ココアドリンク、乳酸飲料、その他清涼飲料、ビネガードリンク、水、炭酸水、スポーツドリンク、栄養ドリンク、野菜ジュース、トマトジュース、その他果実飲料、インスタントコーヒー、レギュラーコーヒー、ココア、紅茶、日本茶、麦茶、中国茶、その他の茶類、その他嗜好飲料
10	菓子	チョコレート、ビスケット・クッキー、米菓、キャンディ・キャラメル、チューインガム、スナック、豆菓子、玩具菓子、生菓子、半生菓子、焼菓子・油菓子、菓子セット、その他菓子、その他菓子類、デザート類、その他デザート・ヨーグルト、ファミリーアイス、パーソナルアイスその他
11	調理食品	冷凍畜産素材、冷凍調理、冷凍ピザ・グラタン類、冷凍麺、冷凍米飯加工品、その他冷凍食品、インスタントカレー、調理済みカレー、インスタントシチュー、調理済みシチュー、ソースミックス、中華料理の素、まぜ御飯の素、米飯加工品、レンジ専用食品、ふりかけ、お茶漬の素、その他調理品、調理用スープ、インスタントスープ、インスタント味噌汁・吸物、その他スープ、その他缶詰、サラダ、煮豆、和惣菜、中華惣菜、洋惣菜、その他惣菜
12	その他	サプリメント（錠剤、カプセル、顆粒）

## イ. 購入店舗

食品の購入は、首都圏の大手スーパー及びコンビニエンスストアのそれぞれ各3店舗の計6店舗で行った。

## ウ. 購入時期

平成30年7月

## エ. 主な調査項目

- 栄養成分表示の有無と新基準・旧基準別の栄養成分表示の割合
- 新基準第6条により表示が推奨されている栄養成分の量が表示されている食品の割合
- 新基準第7条により任意とされている栄養成分の量が表示されている食品の割合
- 新基準第7条により任意とされている栄養成分別の表示の割合
- 新基準第7条により任意とされている栄養成分の量の表示の内訳例（乳製品）
- 栄養成分表示が合理的な推定により得られた値（以下「推定値」という。）で表示されている食品の割合
- 栄養強調表示<sup>\*1</sup>されている食品の割合
- 栄養強調表示されている栄養成分及び熱量の内訳
- 栄養強調表示されている食品のうち、栄養素等表示基準値<sup>\*2</sup>に占める割合が表示されている食品の割合

### ※1 栄養強調表示

欠乏や過剰な摂取が国民の健康の保持増進に影響を与えている栄養成分について、補給ができる旨や適切な摂取ができる旨、添加していない旨の表示をする際の基準を定めている。

#### 【補給ができる旨の表示の例】

高〇〇、〇〇豊富、〇〇含有、〇〇入り

#### 【適切な摂取ができる旨の表示の例】

〇〇ゼロ、ノン〇〇、低〇〇、〇〇ひかえめ

#### 【添加していない旨の表示の例】

〇〇無添加、〇〇不使用

### ※2 栄養素等表示基準値

国民の健康の維持増進等を図るために示されている性別及び年齢階級別の栄養成分の摂取量の基準を性及び年齢階級（18歳以上に限る。）ごとの人口により加重平均した値をいう。

## (2) 栄養機能食品

### ア. 調査対象

市販されている栄養機能食品約300品を無作為に抽出した。栄養機能食品については、販売数等のデータが無かったため、各店舗における棚割を基に、食品の重複や偏りに留意し、購入した。

### イ. 購入店舗

食品の購入は、首都圏の大手スーパー4店舗、ドラッグストア5店舗、コンビニエンスストア3店舗及び総合通信販売サイト6店舗の計18店舗で行った。

### ウ. 購入時期

平成30年7月

### エ. 主な調査項目

- 新基準・旧基準別の栄養成分表示の割合
- 新基準・旧基準別の食品群の割合
- 機能を表示する栄養成分別の割合
- 新基準第6条により表示が推奨されている栄養成分の量が表示されている食品の割合
- 栄養強調表示されている食品の割合
- 新基準に規定がない成分が容器包装に表示されている食品の割合
- 新基準に規定のない成分が強調表示されている食品の割合
- 特定の対象者に向けて訴求していると思われる表示の例

## 3. 解析方法

### (1) 一般用食品

新基準に基づく栄養成分表示がされている食品を対象とした。また、食品の種類別の栄養成分表示の実態を把握するため、食品群A(表1)における食品群ごとの解析も行った。

### (2) 栄養機能食品

栄養機能食品の解析は、新基準に基づく表示及び旧基準に基づく表示のそれぞれについて行った。

なお、栄養機能食品は、通常の食生活を心掛けていてもどうしても不足してしまう栄養成分の補給のために利用されるものであることから、「食事バランスガイド」での料理区分を基に作成した食品群B(表2)における食品群ごとの解析も行った。

表2 食品群B

料理区分	主な栄養素	食品名
主食	炭水化物	ごはん、パン、めん類、パスタ等
副菜	ビタミン、ミネラル等	野菜、きのこ、いも、海藻、種実
主菜	たんぱく質	肉、魚、卵、大豆等
牛乳・乳製品	カルシウム	牛乳、乳製品
果物	ビタミンC、カリウム	果物
菓子・嗜好飲料		菓子、嗜好飲料
油脂・調味料	炭水化物、脂質、ナトリウム	油脂、調味料
サプリメント類		サプリメント

#### 4. 表記上の注意

本報告書の集計結果は原則として小数点以下第2位を四捨五入しているため、合計が100%にならない場合がある。

## Ⅱ 結果

### 1. 一般用食品

#### (1) 栄養成分表示

一般用食品の栄養成分表示について、新基準に基づいて表示されている食品の割合は59.1%、旧基準に基づいて表示されている食品は35.8%、表示されていない食品は5.2%であった。

新基準に基づいて表示されている食品の割合が60%を超えているものは、大豆加工品、製穀粉・同加工品、調味料、菓子、調理食品、その他であった。

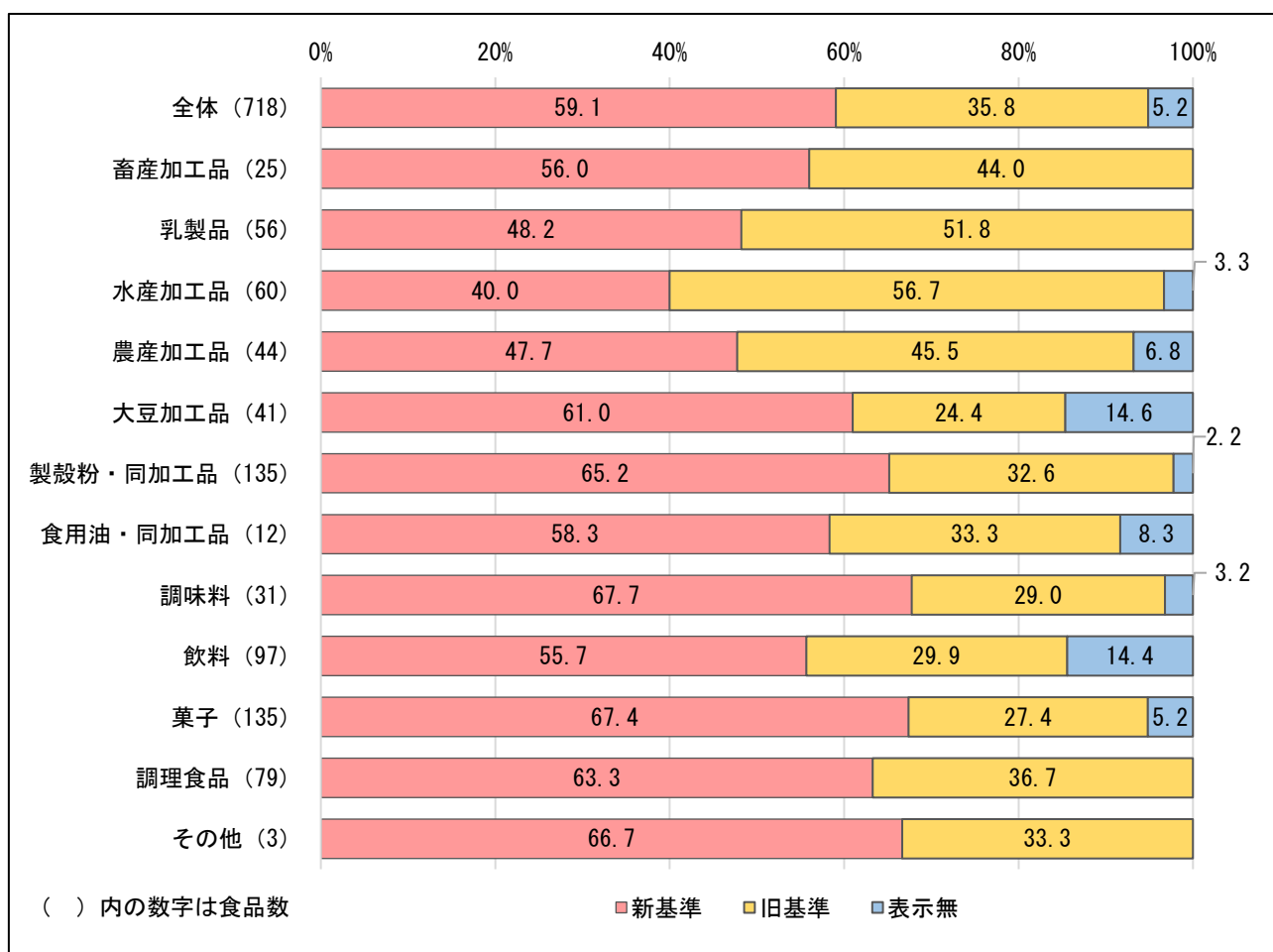


図1 栄養成分表示の有無と新基準・旧基準別の栄養成分表示の割合



以下、新基準に基づいて表示されている食品のみの調査結果を示す。

(2) 推奨表示

推奨されている栄養成分の量が表示されている食品の割合は、全体で16.5%であった。  
 そのうち、飽和脂肪酸及び食物繊維の両方を表示している食品の割合は2.8%、飽和脂肪酸のみを表示している食品の割合は0.7%、食物繊維のみを表示している食品の割合は13.0%であった。

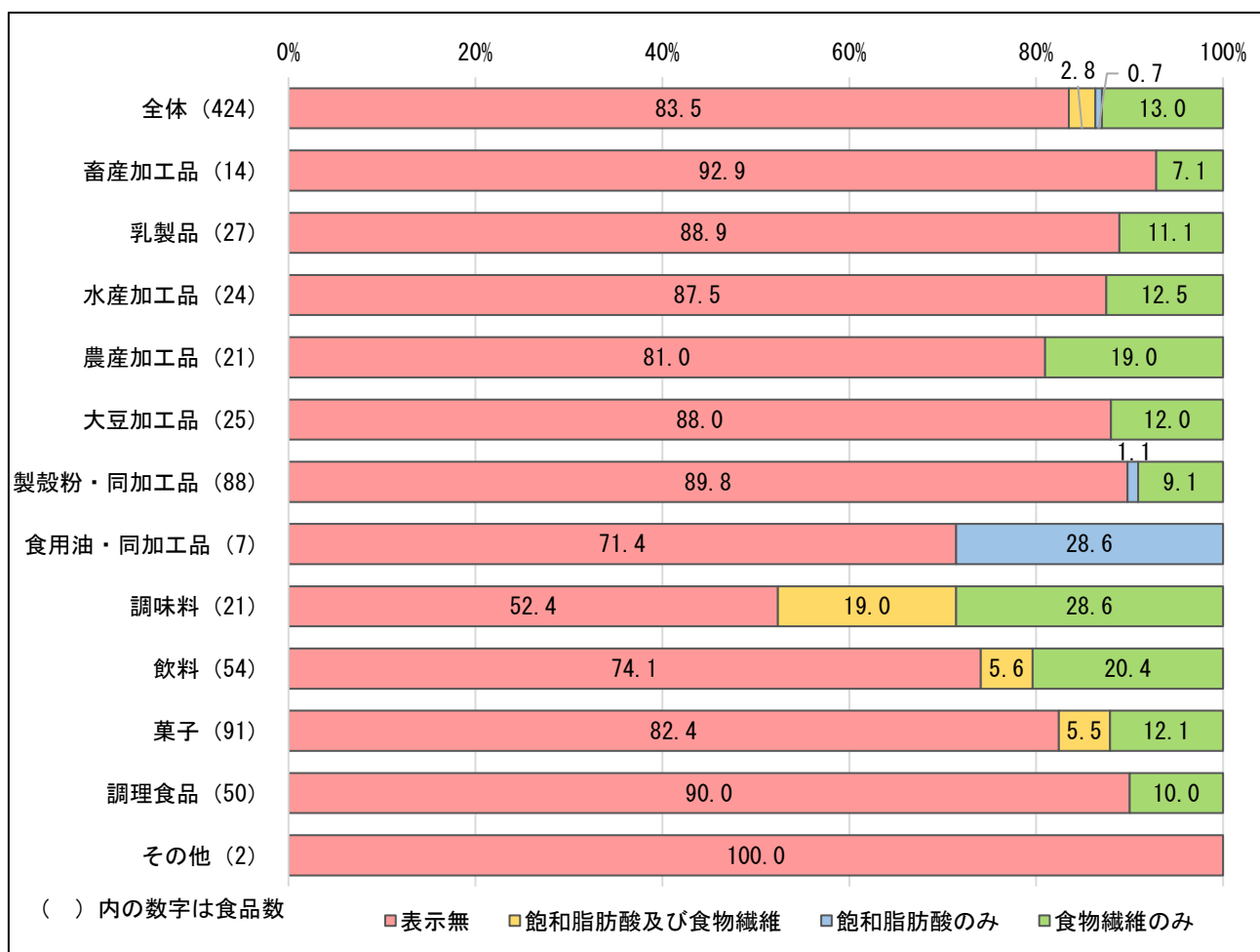


図2 新基準第6条により表示が推奨されている栄養成分の量が表示されている食品の割合

(3) 任意表示（新基準第7条に基づく栄養成分表示）

任意表示である栄養成分の量が表示されている食品の割合は、全体の29.5%であった。食品群別に見ると乳製品での表示の割合が一番多かった。

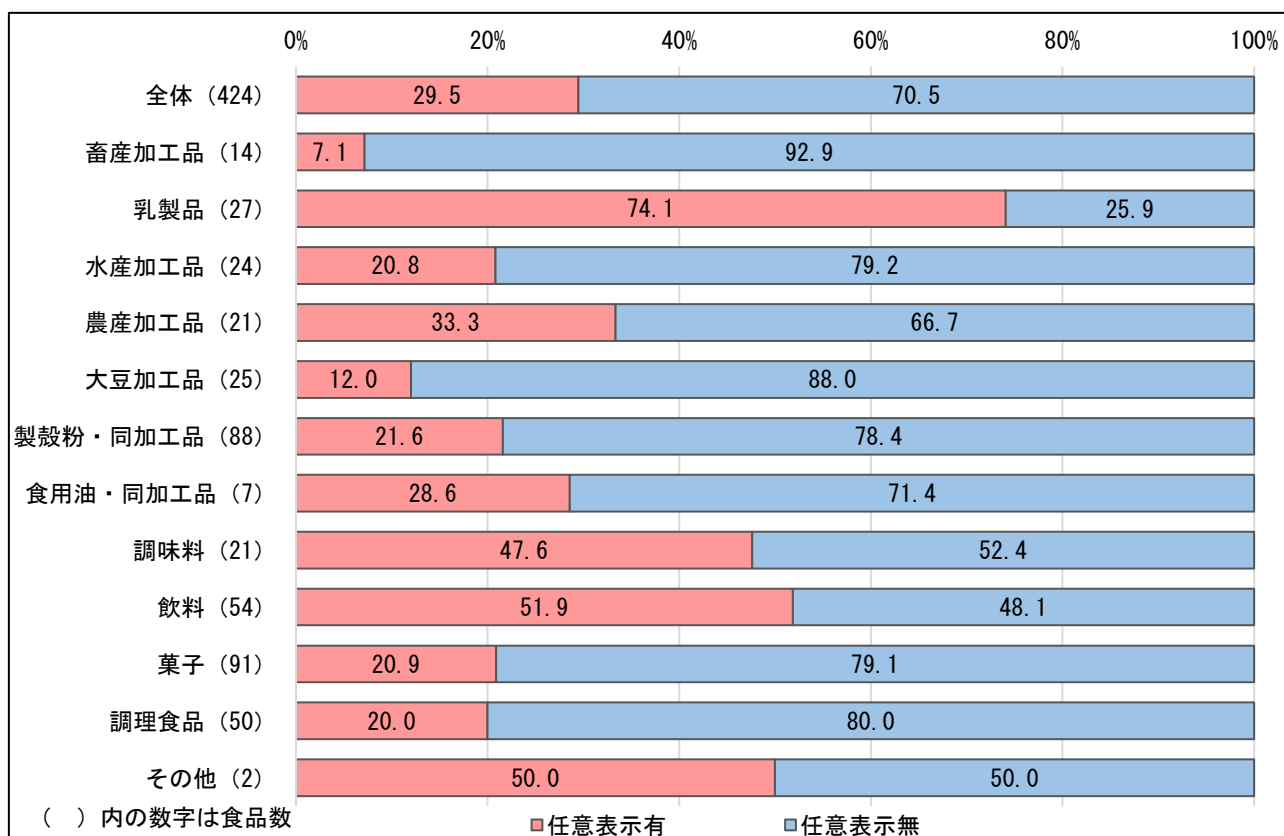


図3-1 新基準第7条により任意とされている栄養成分の量が表示されている食品の割合

任意表示である栄養成分のうち、糖質量が表示されている食品の割合は 15.8%であり、次いでカルシウムが 11.6%であった。

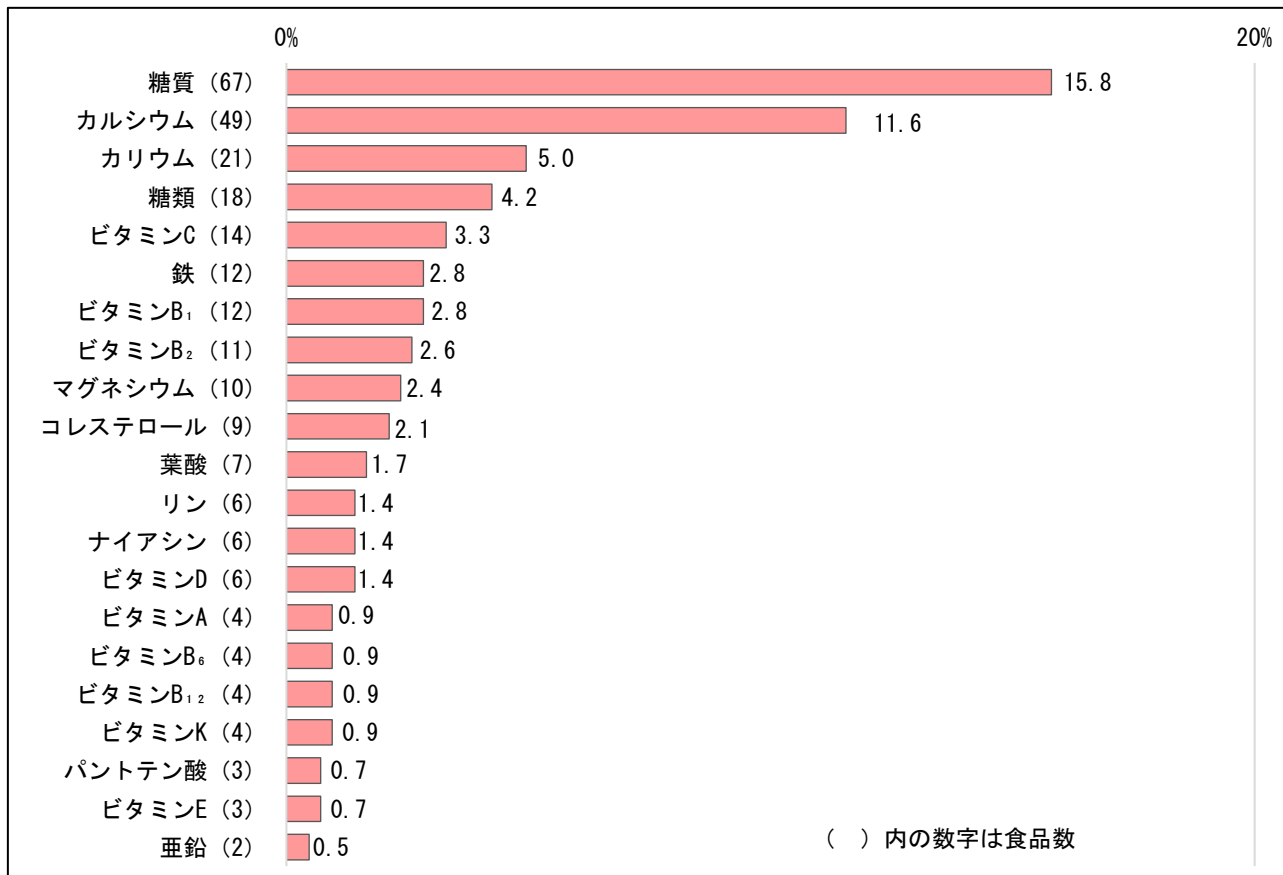


図 3-2 新基準第 7 条により任意とされている栄養成分別の量の表示の割合  
(複数成分表示の食品あり)

また、任意表示の栄養成分の量の表示が最も多かった乳製品の表示の内訳は、カルシウムが 66.7% であった。

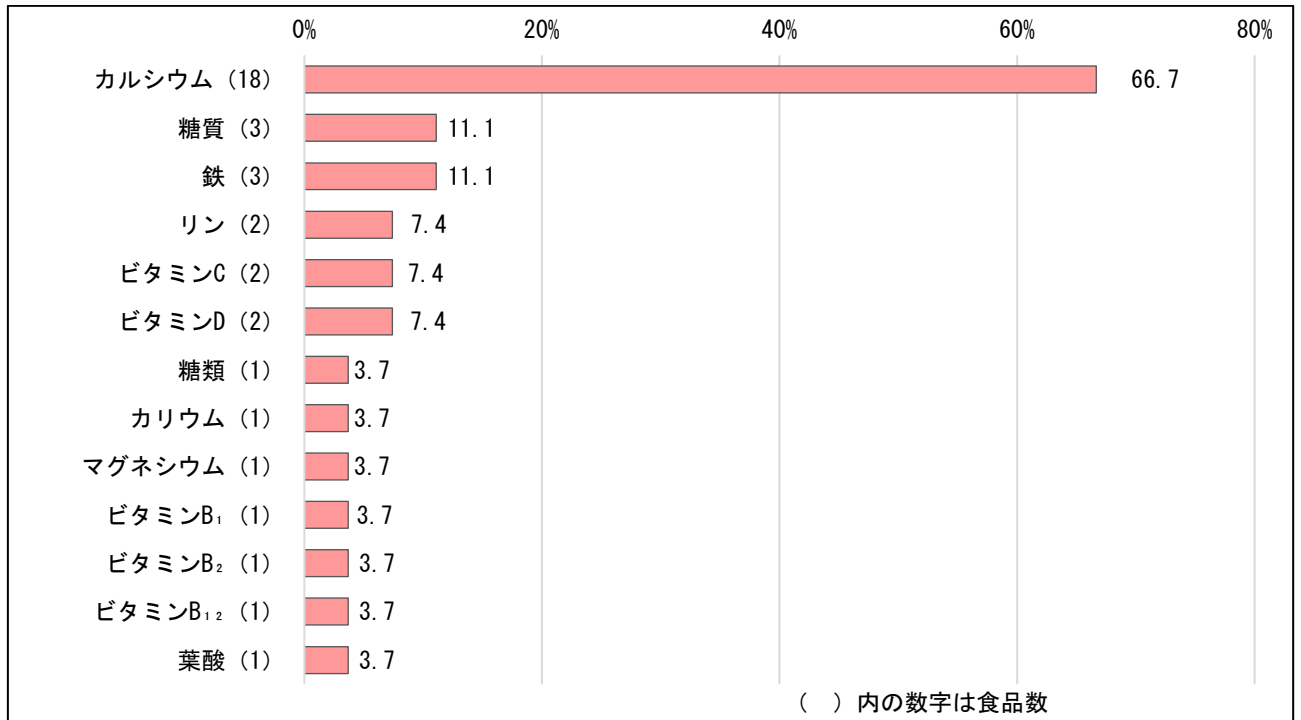


図 3-3 新基準第 7 条により任意とされている栄養成分の量の表示の内訳例  
(乳製品) (複数成分表示の食品あり)

(4) 推定値

栄養成分表示が推定値で表示されている食品の割合は、全体で37.0%であった。食品群別に見ると、畜産加工品が71.4%で最も多く、次いで大豆加工品が64.0%であった。

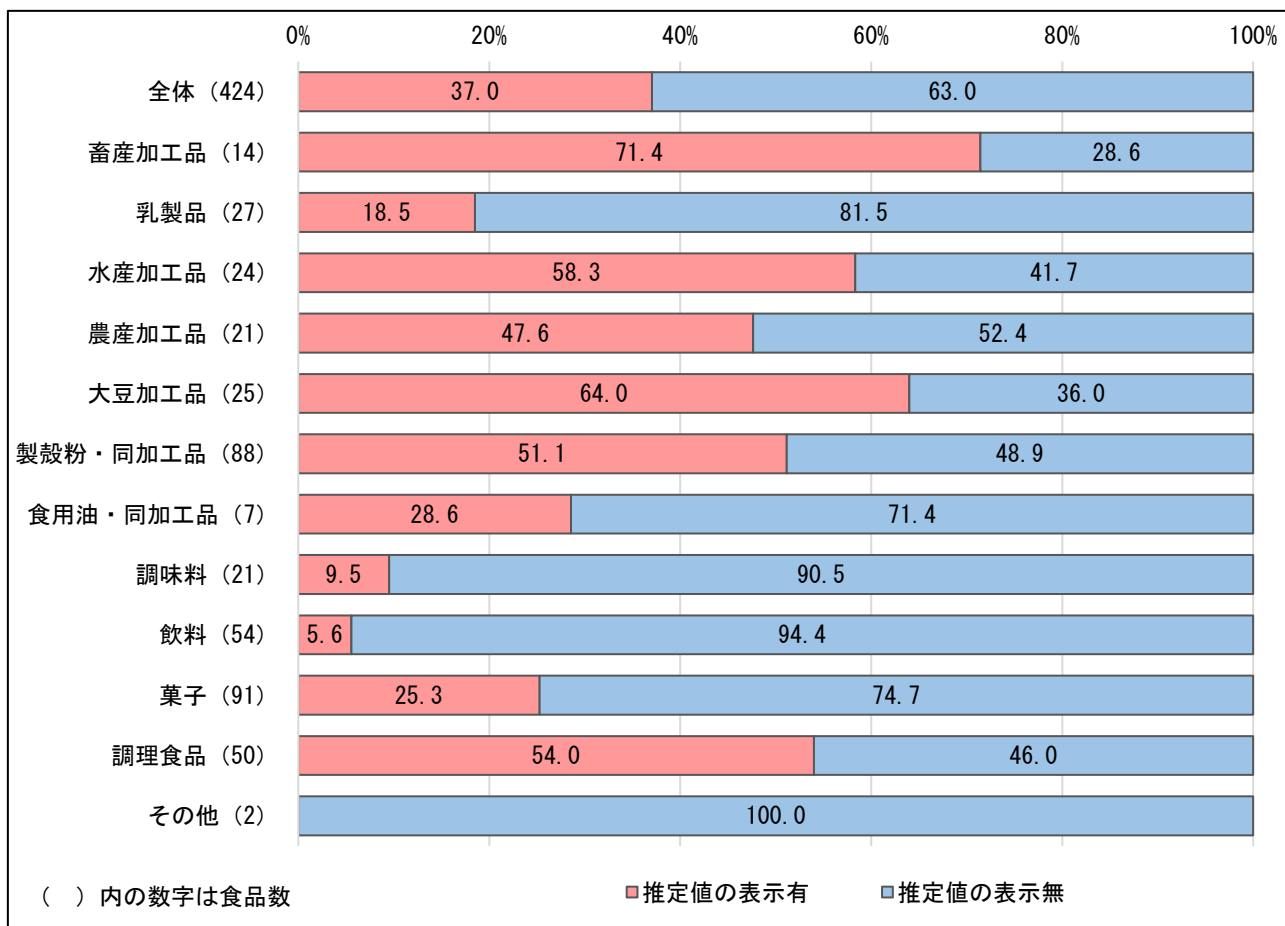


図4 栄養成分表示が推定値で表示されている食品の割合

(5) 栄養強調表示

栄養強調表示されている食品の割合は、全体の11.3%であった。食品群別に見ると、乳製品が33.3%で最も多く、次いで食用油・同加工品が28.6%であった。

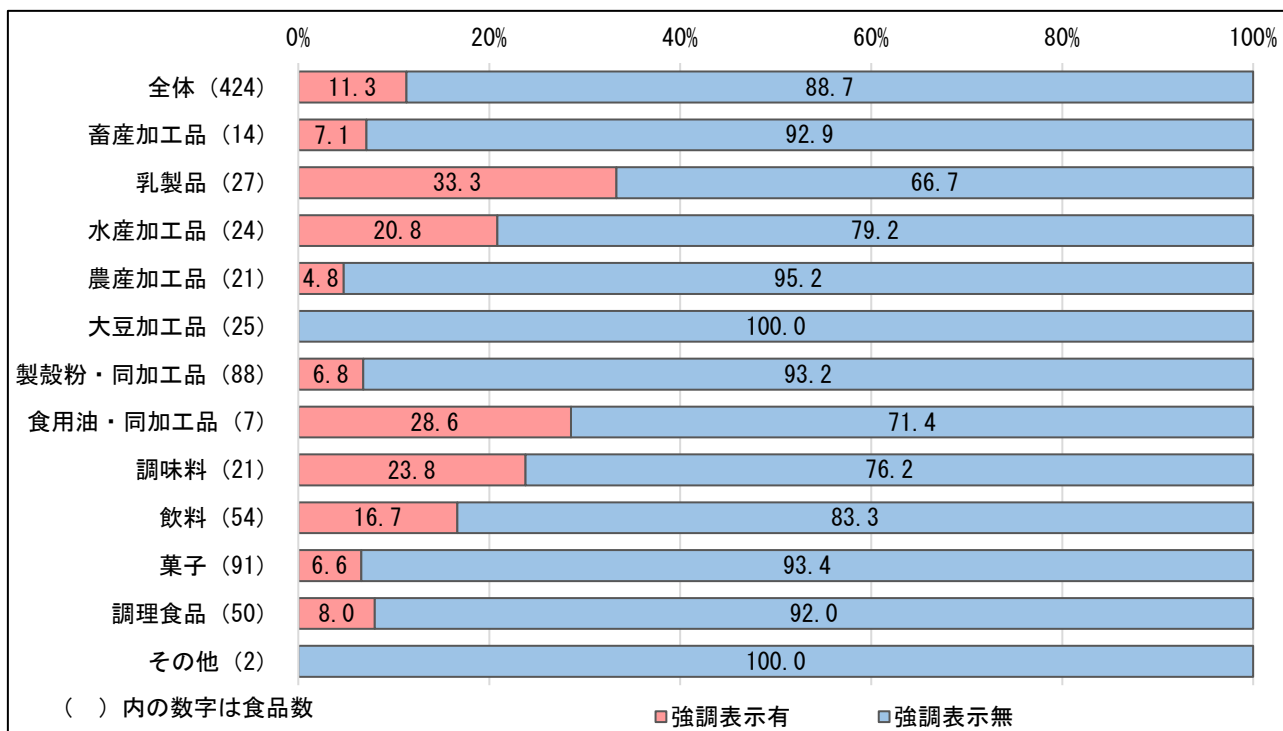


図5 栄養強調表示されている食品の割合

栄養強調表示されている食品の栄養成分及び熱量の全体に対する割合は、ナトリウムが3.1%で最も多く、次いで熱量が2.8%の順であった。

- ナトリウム (3.1%)
- 熱量 (エネルギー) (2.8%)
- 糖類 (2.4%)
- 脂質 (2.1%)
- 食物繊維 (1.2%)
- カルシウム (1.2%)
- コレステロール (0.7%)
- たんぱく質 (0.5%)
- 鉄 (0.2%)
- ビタミンE (0.2%)

複数成分の栄養強調表示されている食品あり

栄養強調表示の例は、以下のとおりであった。

【栄養強調表示の例】

- 食物繊維しっかり
- 食物繊維●倍
- カルシウムいっぱい
- たっぷりビタミンC
- カロリーゼロ
- 低カロリー
- 高たんぱく
- 脂肪ゼロ
- 無糖
- 糖類ゼロ
- 塩分●%カット
- 塩分ひかえめ
- 食塩ゼロ

(6) 栄養素等表示基準値に占める割合

栄養強調表示されている食品のうち、栄養素等表示基準値に占める割合が表示されている食品の割合は2.1%であり、ほとんど表示されていなかった。

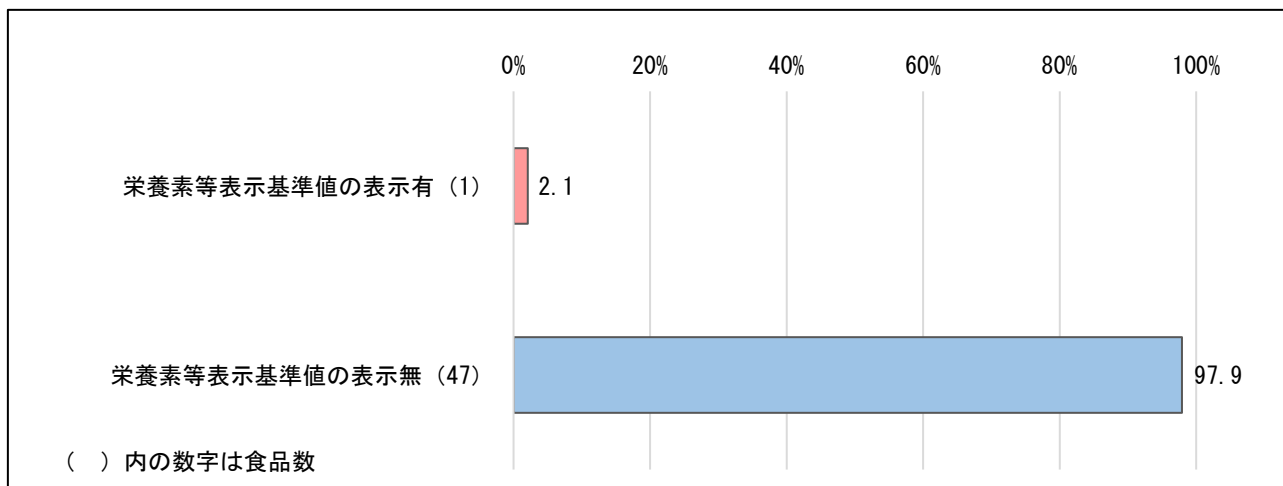


図6 栄養強調表示されている食品のうち、栄養素等表示基準値に占める割合が表示されている食品の割合



## 2. 栄養機能食品

### (1) 栄養成分表示

栄養機能食品の栄養成分表示について、新基準に基づいて表示されている食品の割合は63.8%、旧基準に基づいて表示されている食品の割合は36.2%であった。

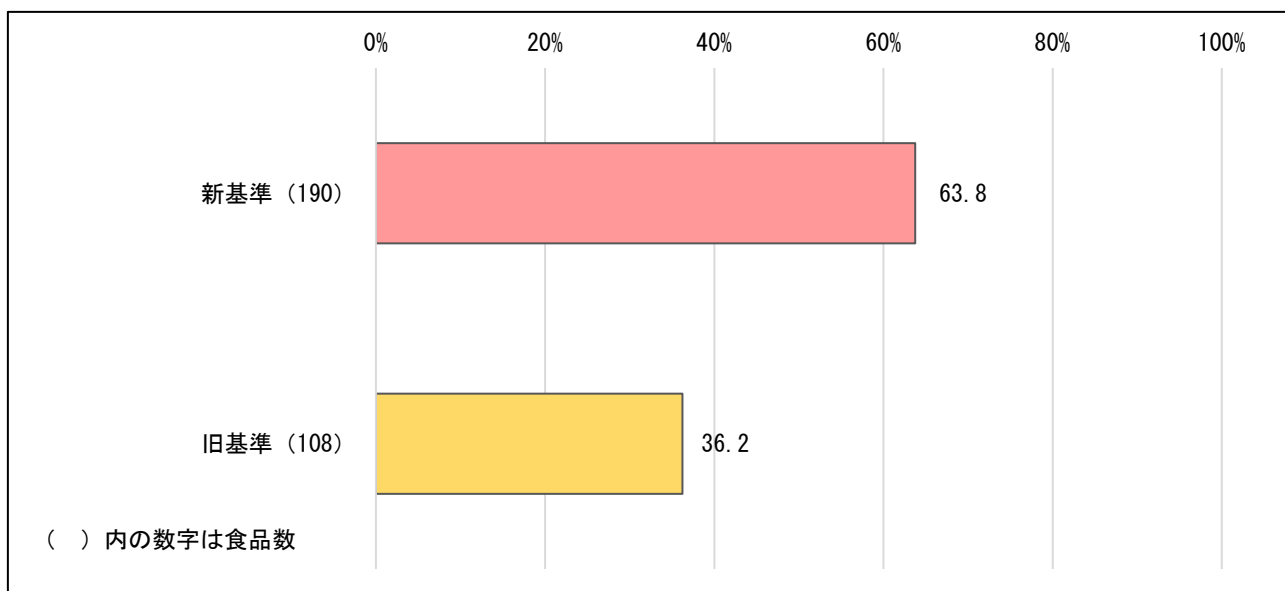


図7—1 新基準・旧基準別の栄養成分表示の割合

栄養機能食品を食品群別に見ると、新基準に基づく表示がされている食品群及び旧基準に基づく表示がされている食品群共に、菓子・嗜好飲料の割合が40%を超えており、次いでサプリメント類の割合が約30%であった。

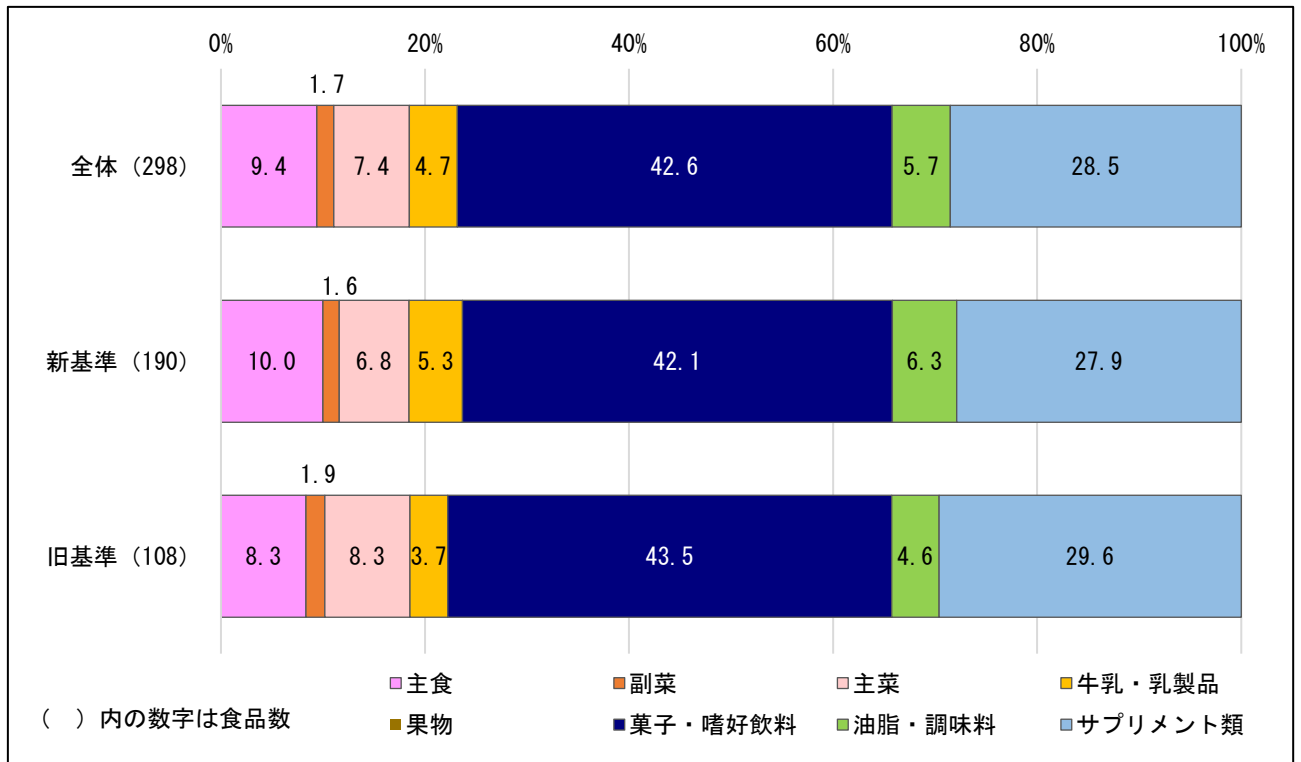


図 7 - 2 新基準・旧基準別の食品群の割合

(2) 新基準に基づいて、任意に機能を表示する栄養成分

新基準に基づいて、任意に栄養成分の機能を表示する栄養機能食品の中で、表示されている栄養成分の割合は、カルシウムが27.2%で最も多く、次いで鉄が24.5%の順であった。

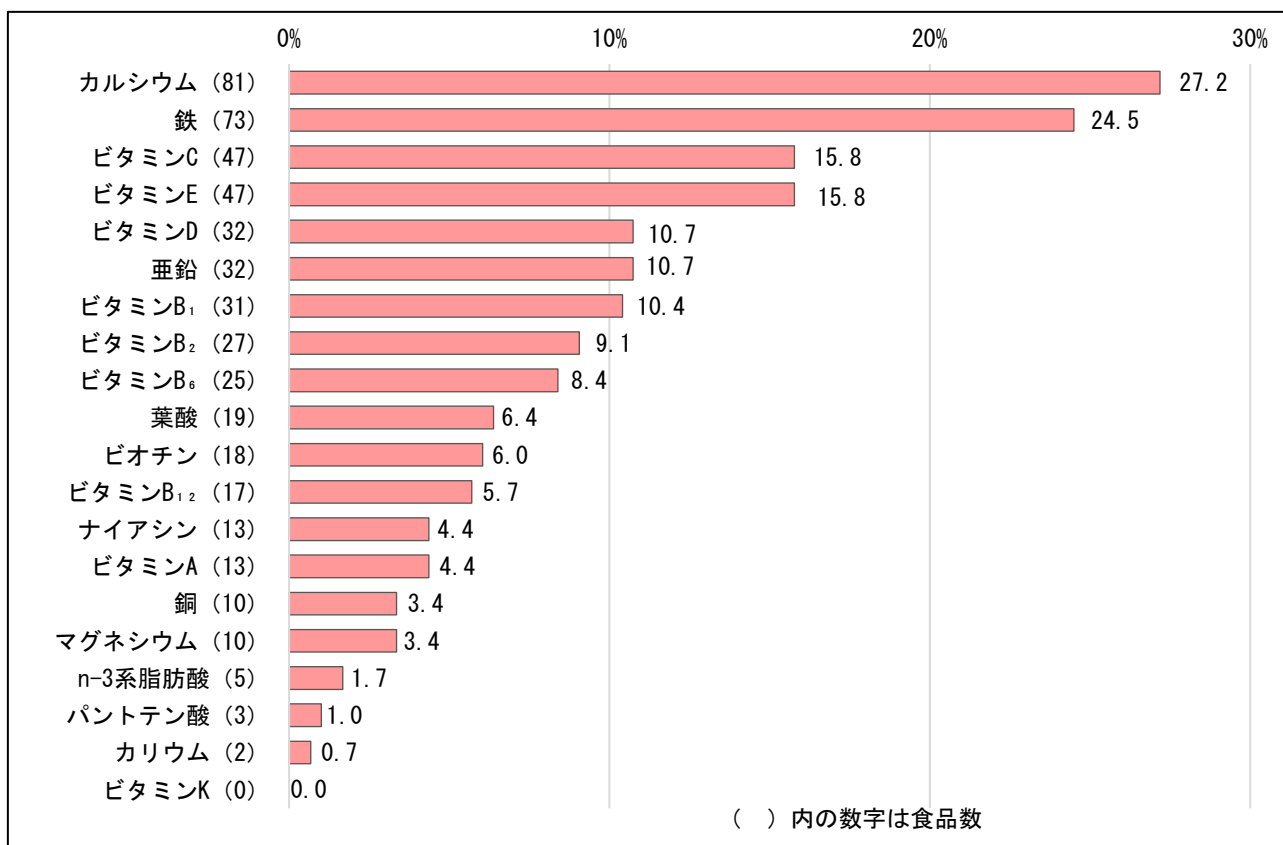


図8 機能を表示する栄養成分別の割合（複数成分の機能表示食品あり）

### (3) 推奨表示

新基準で推奨されている栄養成分が表示されている食品の割合は、27.9%であった。そのうち、飽和脂肪酸及び食物繊維は2.1%、飽和脂肪酸のみは1.1%で、食物繊維のみは24.7%であった。

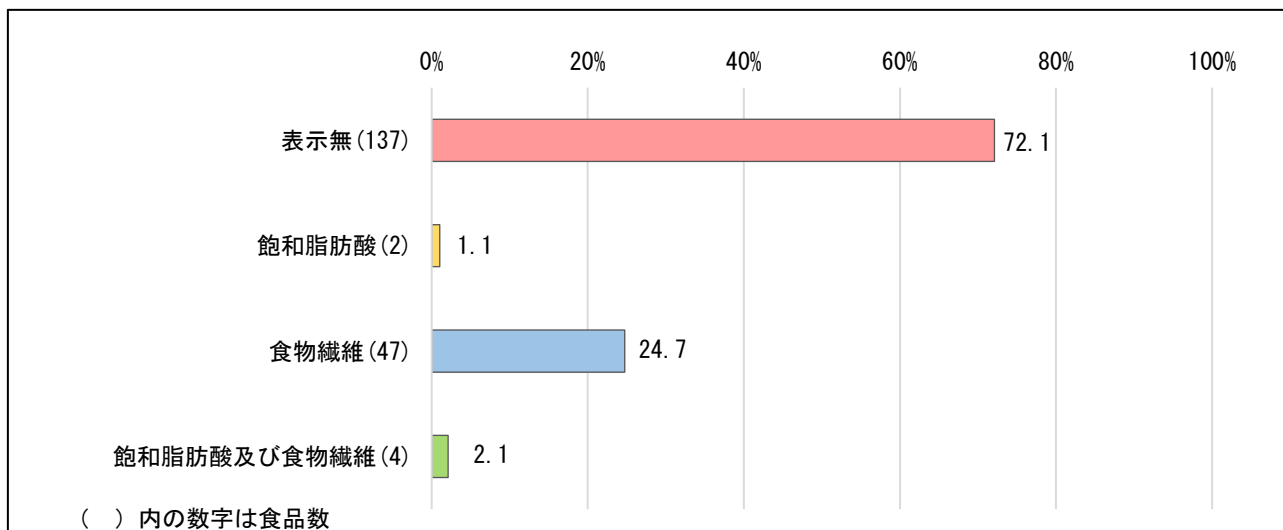


図9 新基準第6条により表示が推奨されている栄養成分の量が表示されている食品の割合

#### (4) 栄養強調表示

栄養強調表示されている食品の割合は、全体で35.6%であった。新基準に基づいて表示されている食品及び旧基準に基づいて表示されている食品共に約35%であった。

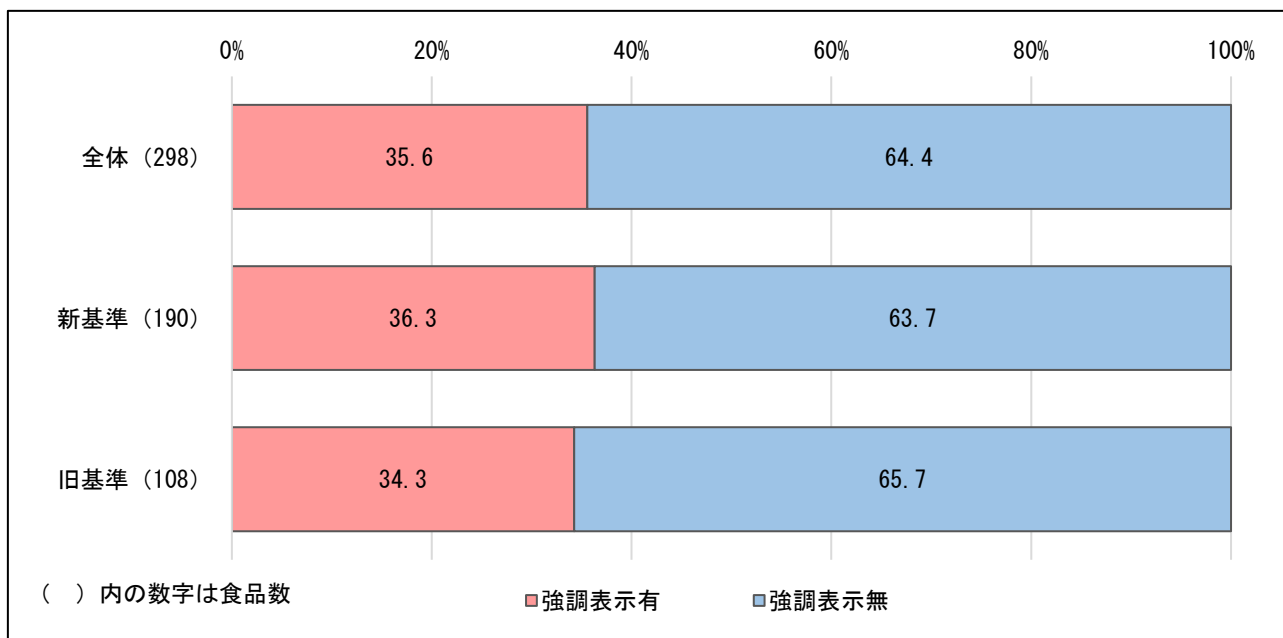


図10 栄養強調表示されている食品の割合

(5) 新基準に規定がない成分

新基準に規定がない成分が容器包装に表示されている食品の割合は、全体で44.0%であり、新基準に基づいて表示されている食品で46.8%、旧基準に基づいて表示されている食品で38.9%であった。

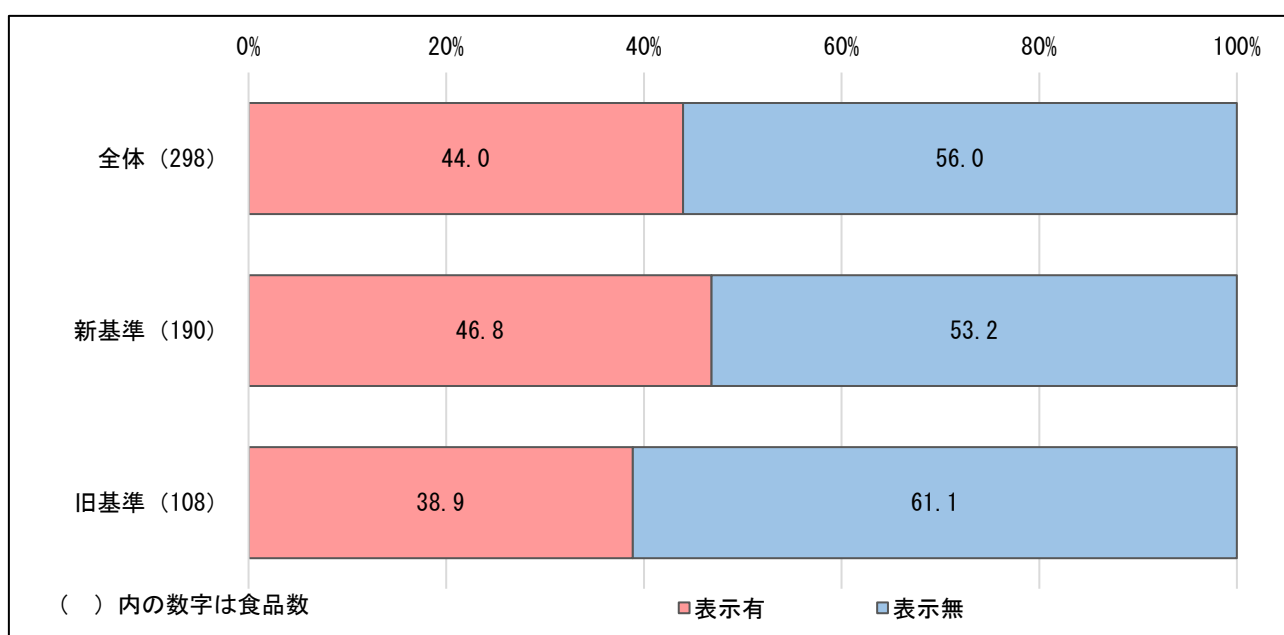


図11 新基準に規定がない成分が容器包装に表示されている食品の割合

【新基準に規定のない成分の例】

- イソフラボン類
- DHA、EPA
- イノシトール
- クエン酸
- オリゴ糖類
- ヒアルロン酸類
- ヘスペリジン
- 乳酸菌類
- カフェイン
- コラーゲン類
- ペプチド類
- オレイン酸
- ポリフェノール類

新基準に規定のない成分が強調表示されている食品の割合は全体の18.5%であった。

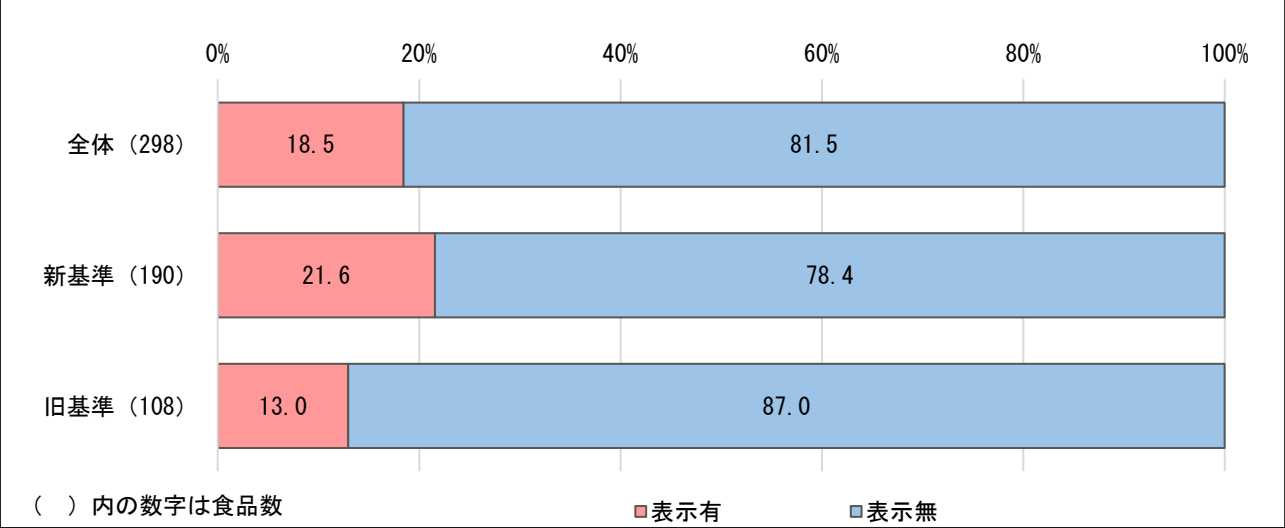


図12 新基準に規定のない成分が強調表示されている食品の割合

【新基準に規定のない成分が強調表示されている例】

- DHA●mg 配合
- 乳酸菌●個配合
- コラーゲン配合
- オリゴ糖入り
- イソフラボン入り

(6) 特定の対象者に向けて訴求していると思われる表示

【特定の対象者に向けて訴求していると思われる表示の例】

- カルシウムが気になる方
- 鉄分が不足しがちな方
- 食物繊維を積極的に摂りたい方
- シニア
- 働き盛りの方
- 不足が気になる女性
- 女性や育ちざかり
- ママ
- 授乳期
- 1才から
- 7か月頃～大人の方まで
- 成長期
- こども
- キッズ
- 栄養バランスが気になる方
- 食生活に偏りがある方
- 偏食しがちな方
- 食生活のバランスが気になる方
- 野菜不足の方
- 運動後
- 健康を保ちたい方
- 健康増進を心がける方
- 生活習慣が気になる人
- パソコンなどをよく使う方
- 車の運転



### Ⅲ 総括

#### (1) 一般用食品

本調査において、栄養成分表示が行われている食品は全体の94.9%であり、そのうち新基準に基づく表示は59.1%、旧基準に基づく表示が35.8%であった。

また、国民の栄養摂取状況や生活習慣病との関連から、表示を積極的に推進するよう努めなければならない事項とされている飽和脂肪酸の量及び食物繊維の量について、いずれかの表示を行っている食品は、全体の16.5%であり、飽和脂肪酸のみを表示している食品は0.7%、飽和脂肪酸と食物繊維の両方を表示している食品は2.8%、食物繊維のみを表示している食品は13.0%であった。

任意表示である栄養成分の量が表示されている食品の割合は、全体の29.5%であった。表示の内訳について、例えば、乳製品ではカルシウムの表示を行っているものが多い等、食品特有の栄養特性に応じて表示が行われていた。

栄養強調表示が行われている栄養成分及び熱量は、ナトリウムが最も多く、次いで熱量、糖類の順であった。日本人の食事摂取基準（2015年版）で定められている食塩相当量の目標量は男性で8.0g/日未満、女性で7.0g/日未満であり、厚生労働省が実施している平成29年度国民健康・栄養調査では、1日当たりの食塩摂取量は9.9gという結果が示されている。これらのことから、生活習慣病の予防には減塩が重要で、事業者が商品設計をするに当たり、ナトリウムの含有量を調整し、また、その旨を表示している食品を市場に流通させていることが本調査結果から想定される。

栄養素等表示基準値に占める割合については、「食品表示基準について（平成27年3月30日消食表第139号）」において、「少なくとも、栄養成分の補給ができる旨及び栄養成分又は熱量の適切な摂取ができる旨を表示する栄養成分については、消費者の商品選択に資するため、栄養素等表示基準値に占める割合を併せて表示することが望ましい。」とされているが、本調査では、ほとんど表示されていなかった。

#### (2) 栄養機能食品

栄養成分表示の表示状況について、新基準に基づく表示は63.8%であった。

栄養機能食品は、1日に必要な栄養成分が不足しがちな場合、その補給・補完のために利用できる食品であり、バランスの取れた食生活の普及啓発を図る文言である「食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。」を表示することになっている。

本調査において、食品の抽出が店頭の棚割を基にしたものではあるが、調査した食品を食品群別に見てみると、菓子・嗜好飲料での表示が最も多く、次いでサプリメント類が多かった。

また、機能を表示する栄養成分の中で、表示されている割合が最も多かったのは、カルシウムであり、次いで鉄であった。

栄養強調表示されている食品は全体の35.6%、新基準に規定がない栄養成分を容器包装に表示している食品は全体で44.0%もあり、機能を表示する栄養成分に追加して、その他の成分を表示している食品が多いことが分かった。

さらに、「こども」、「ママ」、「シニア」等の特定のライフステージを示す用語、食生活の栄養バランスや特定の栄養成分の不足を気にする者を示す用語等、特定の対象者に訴求していると思われる表示も見られた。