

摂取時の量とのかい離が生じる 食品の取扱い（2）

消費者庁食品表示課
2024（令和6）年8月

摂取時の状態の表示を許容する食品の検討

栄養成分表示については、販売される状態における可食部分の栄養成分等の量を表示するものとしている。その一方で、例えば、塩抜きをする塩蔵品や、そのまま食さない茶葉など、販売時と摂取時の栄養成分等の量にかい離が生じる食品もある。そのため、日本版FOPNLについては、例えば、栄養成分表示には販売時の状態を表示した上で、標準的な調理方法を併記し、合理的な根拠に基づいたその表示値の根拠となる資料を保管することで、**摂取時の状態の表示を許容することについて検討**する必要がある。

（「我が国における包装前面栄養表示の検討の方向性」から抜粋）

販売時と摂取時の栄養成分等の量にかい離が生じる食品

水で抽出する食品



水で塩抜きする食品



湯切りする食品



一般的に牛乳を加える食品

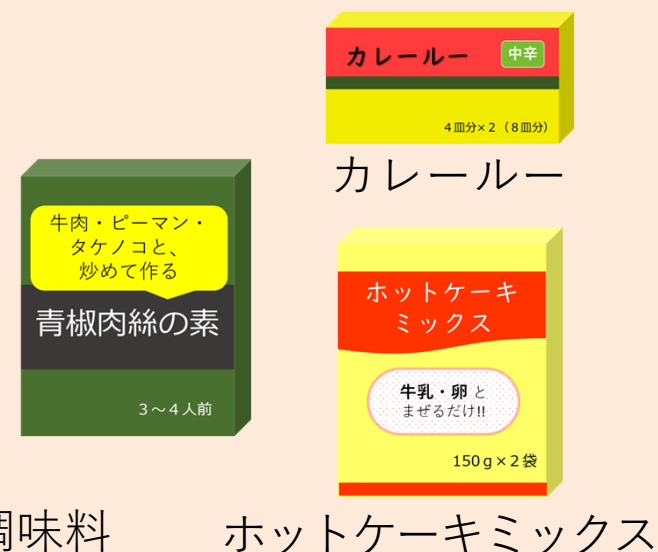


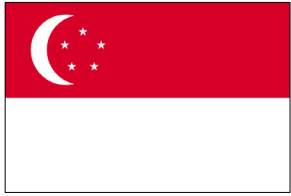
調理方法を表示する調味料

一つの食品を追加



複数の食品を追加





シンガポール共和国

消費者が買い物をする際に、十分な情報を得た上で食品を選択することを支援することによって、バランスのとれた食事や健康的なライフスタイルを促進することを目的としたFOPNLに取り組んでいる。

任意表示



Eat All Foods in Moderation



Lower in Saturated Fats
Higher in Wholegrains

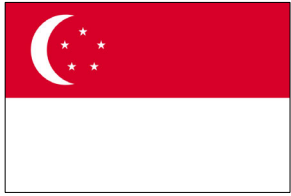
(Healthier Choice Symbol Nutrientの表示例)

シンボルは健康的な食品であることを示している。
この取組では、ある食品が熱量、脂質、飽和脂肪酸、トランス脂肪酸、コレステロール、糖類、食物繊維、ナトリウム、カリウム、カルシウム、全粒穀類、Glycemic Indexの基準値を満たす場合に、シンボルを表示することができる。また、シンボルの下段には、バランスのとれた食生活を推奨する等の定型的な文言を表示している。

対象となる食品は、加工食品及び生鮮食品の飲料、穀類、たんぱく質源（肉類・魚介類・乳類・卵類・豆類）、油脂類、果実類、野菜類、調味料及び香辛料類、菓子類、調理済み食品である。

対象外となる食品は、糖類や飽和脂肪酸の含有量が多い飲料である。

参考資料 ○The Health Promotion Board 「Healthier Choice Symbol Nutrient Guideline (As of April 2020[revised])」



シンガポール共和国

消費者が買い物をする際に、十分な情報を得た上で食品を選択することを支援することによって、バランスがとれた食事や健康的なライフスタイルを促進することを目的としたFOPNLに取り組んでいる。

ガイドライン等に記載されている内容

FOPNLは通常、飲料である場合は調理済み、又はすぐに摂取できる100 ml 当たり、食品である場合は100g当たりの栄養成分の量に基づき評価されている。

FOPNLを表示する全ての飲料については、調理済み、又はすぐに摂取できる100ml当たりの栄養成分の量の値とする。もしも当該飲料が粉末として販売される場合、ラベルに記載する製造者の指示に従って再構成する必要がある。

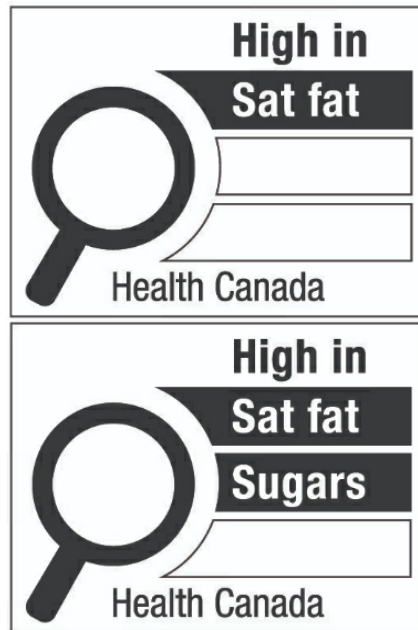
参考資料 ○The Health Promotion Board 「Healthier Choice Symbol Nutrient Guideline (As of April 2020[revised]) 」



カナダ

飽和脂肪酸、糖類、ナトリウムを多く含む食品をより簡単に見分けることに役立てることによって、これらの栄養素の過剰摂取を避け、関連する健康リスクの軽減に繋げることを目的としたFOPNLに取り組んでいる。

義務表示



(Front of package nutrition symbol labellingの表示例)

シンボルは特定の栄養成分の過剰摂取に繋がる旨を示している。

この取組では、ある食品が飽和脂肪酸、糖類、ナトリウムの1食分当たりの基準値を超える場合に、シンボルに該当する栄養成分名を表示しなければならない。

対象となる食品は、栄養成分表示が義務付けられている加工食品である。

対象外となる食品は、特別用途食品（乳児用調製乳、病者用食品）、6ヶ月から1歳までの乳児を対象とした食品、Meal replacements（粉末状や固形状等）、栄養補助食品である。

参考資料 ○Health Canada 「Front-of-package nutrition symbol labelling guide for industry (July 2022 Version1)」



カナダ

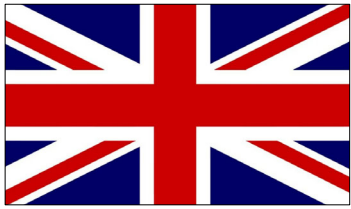
飽和脂肪酸、糖類、ナトリウムを多く含む食品をより簡単に見分けることに役立てることによって、これらの栄養素の過剰摂取を避け、関連する健康リスクの軽減に繋げることを目的としたFOPNLに取り組んでいる。

ガイドライン等に記載されている内容

包装済みの食品が調理前の状態で販売されている場合を例示する。水で戻す、又は別の材料と組み合わせる食品については、**「基準量の表」を踏まえて、食品の調理前の状態量を表示する必要がある。**

例えば、ケーキミックスの場合、「基準量の表」が80 gであるため、**80 gのケーキを作るために必要な調理前のケーキミックスの量を表示**する。この際に、飽和脂肪、糖類、ナトリウムの量が該当する閾値を満たすか否かを判断する。その上で、閾値を超えた栄養成分についてFOPNLのシンボルを表示しなければならない。

参考資料 ○Health Canada 「Front-of-package nutrition symbol labelling guide for industry (July 2022 Version1)」



英国

一目でわかる栄養情報を提供し、消費者がこの情報に基づいて食品を選択することで、食事バランスへの配慮やエネルギー摂取量を管理できるようになることを目的としたFOPNLに取り組んでいる。

任意表示

Each serving (150g) contains

Energy	Fat	Saturates	Sugars	Salt
1046kJ 250kcal	3.0g LOW	1.3g LOW	34g HIGH	0.9g MED
13%	4%	7%	38%	15%

of an adult's reference intake
Typical values (as sold) per 100g: 697kJ/167kcal

(Traffic light labellingの表示例)

シンボルは、赤で該当の栄養成分が多く含まれていること、緑で少なく含まれていることを示している。

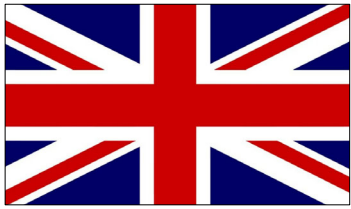
この取組では、ある食品に含まれる熱量、脂質、飽和脂肪酸、糖類、食塩を、GDA方式に加えて、含有量に合わせた色分けで表示することができる。色分けについては基準値が設定されている。このGDA方式では、栄養成分の食品単位当たりの含有量と1日当たりの食事摂取基準に占める割合を表示している。

対象となる食品は、栄養成分表示が義務となっている全ての食品である。

対象外となる食品は、栄養成分表示の省略規定の対象となる生鮮食品等、ナチュラルミネラルウォーター、容器包装の表示可能面積が小さい食品、栄養の共有源として寄与の程度が小さい食品、小規模事業者が製造する食品である。

参考資料 ○The Department of Health, the Food Standards Agency 「Guide to creating a front of pack (FoP) nutrition label for pre-packed products sold through retail outlets」

○The European Parliament and of the Council 「Regulation (EU) No 1169/2011」



英国

一目でわかる栄養情報を提供し、消費者がこの情報に基づいて食品を選択することで、食事バランスへの配慮やエネルギー摂取量を管理できるようになることを目的としたFOPNLに取り組んでいる。

ガイドライン等に記載されている内容

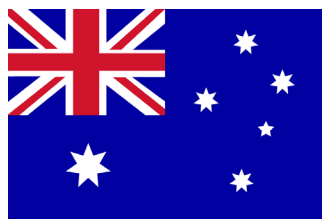
EU においては、100g、100ml又は1食分当たりの熱量および栄養成分の量を「販売時」又は「**摂取時**」で表示することを規定している。「摂取時」として提供する栄養情報については、調理された食品に関連すること。この場合、パッケージに詳細な調理方法を記載する必要がある。

栄養情報を「摂取時」として提供する場合、FOPNLには、分量の表示内に推奨される調理方法を明記する必要がある。例えば、「グリルしたハンバーガー1個」又は「オーブンで焼いたフィレ1枚」など、使用したアプローチを明確に反映することを推奨する。

熱量及び栄養成分の量、GDAと色分け、「高」、「中」、「低」のテキストは全て、「販売時」又は「摂取時」の同じ基準で計算する必要がある。

参考資料 ○The Department of Health, the Food Standards Agency 「Guide to creating a front of pack (FoP) nutrition label for pre-packed products sold through retail outlets」

○The European Parliament and of the Council 「Regulation (EU) No 1169/2011」



オーストラリア連邦

食品の容器包装を便利で適切なものにし、かつ容易に理解できる栄養情報及びガイダンスを提供することで、消費者が十分な情報を得た上で食品を購入し、より健康的な食生活を選択できるようになることを目的としたFOPNLに取り組んでいる。

任意表示



(Health star Rating systemの表示例)

シンボルは、星の数が多い食品であるほど健康的であることを示している。

この取組では、ある食品に含まれる熱量、たんぱく質、飽和脂肪酸、糖類、食物繊維、ナトリウム、野菜類、果物類、種実類、豆類を、自国の栄養プロファイリングシステムに基づく評価によって、星によるランク付けをしている。また、GDA方式や栄養強調表示をすることができる。

対象となる食品は、栄養成分表示が義務付けられている加工食品である。

対象外となる食品は、特別用途食品（乳児用調製乳、病者用食品）、1歳から3歳までの幼児を対象とした食品、スポーツ用のサプリメント等、酒類である。

参考資料 ○The Front-of-Pack Labelling (FoPL) Secretariat 「Health Star Rating system Calculator and Style Guide (March 2023 Version7)」



オーストラリア連邦

食品の容器包装を便利で適切なものにし、かつ容易に理解できる栄養情報及びガイダンスを提供することで、消費者が十分な情報を得た上で食品を購入し、より健康的な食生活を選択できるようになることを目的としたFOPNLに取り組んでいる。






ガイドライン等に記載されている内容

FOPNLは「販売時」の状態の食品に基づいて計算及び表示する必要がある。
「販売時」の状態の免除については、水で戻す、水で希釈する、水と混合する、又は水や塩水を排出する必要がある食品に適用される。これらの食品は、調理された状態の食品に基づいて計算できる。**FOPNLが調理された状態の食品に基づいている場合、その調理の方法を明確に指定する必要がある。**これらの免除の例は次のとおりである。

- ✓ 水で戻す食品：乾燥エンドウ豆
- ✓ 水で希釈する食品：凝縮スープなど
- ✓ 水と混合する食品：粉末ソース、粉末スープなど
- ✓ 水切りする食品：ツナ缶
- ✓ 塩水を抜く食品：ツナ缶、豆缶、野菜缶

参考資料 ○The Front-of-Pack Labelling (FoPL) Secretariat 「Health Star Rating system Calculator and Style Guide (March 2023 Version7)」

諸外国における摂取時の状態の表示を許容する食品

	水で抽出する食品	水で塩抜きする食品	湯切りする食品	一般的に牛乳を加える食品	複数の食品を追加する食品
	 コーヒー豆	 塩蔵わかめ	 カップ焼きそば	 ココア等	 ホットケーキミックス
シンガポール共和国	▲				
カナダ					
英国	▲	▲	▲	▲	▲
オーストラリア連邦	○	○	○		

○：FOPNLにおいて摂取時の状態の表示を許容している食品

▲：FOPNLにおいて摂取時の状態の表示を許容している可能性がある食品