

食品表示基準（平成二十七年内閣府令第十号）（抄）

（定義）

第二条 この府令において、次の各号に掲げる用語の意義は、当該各号に定めるところによる。

一～十 （略）

十一 栄養機能食品 食生活において別表第十一の第一欄に掲げる栄養成分（ただし、錠剤、カプセル剤等の形状の加工食品にあっては、カリウムを除く。）の補給を目的として摂取をする者に対し、当該栄養成分を含むものとしてこの府令に従い当該栄養成分の機能の表示をする食品（特別用途食品及び添加物を除き、容器包装に入れられたものに限る。）をいう。

十二 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（十八歳以上に限る。）ごとの人口により加重平均した値であって別表第十の上欄の区分に応じそれぞれ同表の下欄に掲げる値をいう。

十三～二十 （略）

2・3 （略）

（任意表示）

第七条 食品関連事業者が一般用加工食品を販売する際に、次の表の上欄に掲げる表示事項（特色のある原材料等に関する事項にあっては、酒類を販売する場合、食品を製造し、又は加工した場所で販売する場合及び不特定又は多数の者に対して譲渡（販売を除く。）する場合を除く。）が当該一般用加工食品の容器包装に表示される場合には、同表の下欄に定める表示の方法に従い表示されなければならない。

（略）	（略）
栄養機能食品に係る 栄養成分の機能	<p>1 栄養機能食品にあっては、次に掲げる事項を表示する。</p> <ul style="list-style-type: none"> 一 栄養機能食品である旨及び当該栄養成分の名称 二 栄養成分の機能 三 一日当たりの摂取目安量 四 摂取の方法 五 摂取をする上での注意事項 六 バランスのとれた食生活の普及啓発を図る文言 七 消費者庁長官の個別の審査を受けたものではない旨 八 一日当たりの摂取目安量に含まれる機能に関する表示を行っている栄養成分の量が栄養素等表示基準値に占める割合 九 栄養素等表示基準値の対象年齢及び基準熱量に関する文言 十 調理又は保存の方法に関し特に注意を必要とするものにあつては、当該注意事項 十一 特定の対象者に対し注意を必要とするものにあつては、当該注意事項 <p>2 1の一の栄養機能食品である旨及び当該栄養成分の名称は、「栄養機能食品（〇〇）」と表示する（〇〇は、「亜鉛」、「ビタミンA」、「ビタミンB₁・ビタミンB₂」等の栄養成分の名称とする。）</p> <p>3 1の二の栄養成分の機能の表示は、当該食品の一日当たりの摂取目安量に含まれる別表第十一の第一欄に掲げる栄養成分の量が、それぞれ同表の第二欄に掲げる量以上であるものについて、それぞれ同表の第三欄に掲げる事項を記載して行う。この場合において、当該栄養成分の量は、別表第九の第一欄の区分に応じ、同表の第三欄に掲げる方法によって得るものとする。</p> <p>4 1の三の規定により表示する一日当たりの摂取目安量は、当該摂取目安量に</p>

	<p>含まれる別表第十一の第一欄に掲げる栄養成分の量が、それぞれ同表の第四欄に掲げる量を超えるものであってはならない。</p> <p>5 1の五の摂取をする上での注意事項の表示は、別表第十一の第一欄に掲げる栄養成分の区分に応じ、同表の第五欄に掲げる事項を記載してこれを行わなければならない。</p> <p>6 1の六のバランスのとれた食生活の普及啓発を図る文言は、「食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。」と表示する。</p> <p>7 1の七の消費者庁長官の個別の審査を受けたものではない旨は、「本品は、特定保健用食品と異なり、消費者庁長官による個別審査を受けたものではありません。」と表示する。</p> <p>8 栄養機能食品について栄養成分の量及び熱量を表示する場合、第三条第一項の表の栄養成分（たんぱく質、脂質、炭水化物及びナトリウムをいう。以下この項において同じ。）の量及び熱量の項（この表の栄養成分（たんぱく質、脂質、炭水化物及びナトリウムを除く。）の項において準用する場合を含む。）の1中「当該食品の百グラム若しくは百ミリリットル又は一食分、一包装その他の一単位（以下この項において「食品単位」という。）当たりの量」とあるのは「一日当たりの摂取目安量当たりの量」と読み替えるものとする。</p>
(略)	(略)

別表第十（第二条関係）

栄養成分及び熱量	栄養素等表示基準値
たんぱく質	85 g
脂質	70 g
飽和脂肪酸	17 g
n-3系脂肪酸	2.0 g
n-6系脂肪酸	10.0 g
炭水化物	320 g
食物繊維	20 g
亜鉛	8.5mg
カリウム	2,800mg
カルシウム	700mg
クロム	10μg
セレン	28μg
鉄	6.5mg
銅	0.8mg
ナトリウム	2,700mg（ただし、食塩相当量に換算したものにあっては、7.0g）
マグネシウム	320mg

マンガン	3.2m g
モリブデン	25μ g
ヨウ素	140μ g
リン	900m g
ナイアシン	13m g
パントテン酸	5.5m g
ビオチン	50μ g
ビタミン A	770μ g
ビタミン B ₁	1.0m g
ビタミン B ₂	1.4m g
ビタミン B ₆	1.3m g
ビタミン B ₁₂	4.0μ g
ビタミン C	100m g
ビタミン D	9.0μ g
ビタミン E	6.5m g
ビタミン K	150μ g
葉酸	240μ g
熱量	2,200kcal

別表第十一（第二条、第七条、第九条、第二十三条関係）

栄養成分	下限値	栄養成分の機能	上限値	摂取をする上での注意事項
n-3系脂肪酸	0.6 g	n-3系脂肪酸は、皮膚の健康維持を助ける栄養素です。	2.0 g	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
亜鉛	2.64m g	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。	15m g	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。亜鉛の摂り過ぎは、銅の吸収を阻害するおそれがありますので、過剰摂取にならないよう注意してください。一日の摂取目安量を守ってください。乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。

カリウム	840m g	カリウムは、正常な血圧を保つのに必要な栄養素です。	2,800m g	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。腎機能が低下している方は本品の摂取を避けてください。
カルシウム	204m g	カルシウムは、骨や歯の形成に必要な栄養素です。	600m g	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
鉄	2.04m g	鉄は、赤血球を作るのに必要な栄養素です。	10m g	
銅	0.27m g	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。	6.0m g	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。
マグネシウム	96m g	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。	300m g	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。多量に摂取すると軟便（下痢）になることがあります。一日の摂取目安量を守ってください。乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。
ナイアシン	3.9m g	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。	60m g	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
パントテン酸	1.44m g	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。	30m g	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
ビオチン	15μ g	ビオチンは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。	500μ g	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。

ビタミン A	231 μ g	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。	600 μ g	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。 妊娠三か月以内又は妊娠を希望する女性は過剰摂取にならないよう注意してください。
ビタミン B ₁	0.36mg	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。	25mg	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
ビタミン B ₂	0.42mg	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。	12mg	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
ビタミン B ₆	0.39mg	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。	10mg	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
ビタミン B ₁₂	0.72 μ g	ビタミン B ₁₂ は、赤血球の形成を助ける栄養素です。	60 μ g	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
ビタミン C	30mg	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。	1,000mg	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
ビタミン D	1.65 μ g	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。	5.0 μ g	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
ビタミン E	1.89mg	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。	150mg	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。

ビタミン K	45 μ g	ビタミン K は、正常な血液凝固能を維持する栄養素です。	150 μ g	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。血液凝固阻止薬を服用している方は本品の摂取を避けてください。
葉酸	72 μ g	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。	200 μ g	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。葉酸は、胎児の正常な発育に寄与する栄養素ですが、多量摂取により胎児の発育がよくなるものではありません。