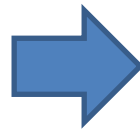


食品表示のルールが変わりました

加工食品を購入するとき、食品表示をチェックしていますか？
栄養バランスのよい食品選択に上手に活用しましょう。

3法で定められていた食品の表示が統合されました。

食品衛生法
JAS法
健康増進法



食品表示法



栄養成分表示

①加工食品には、次の5つの栄養成分が必ず表示されることになりました。

エネルギー（熱量）・たんぱく質・脂質・炭水化物・食塩相当量

（これまでのナトリウム表示は、食塩相当量で表示されます。）

②そのほかに任意で表示できる栄養素は次のとおりです。

**ビタミン・ミネラル・飽和脂肪酸・食物繊維・n-3系脂肪酸・n-6系脂肪酸・
コレステロール・糖類・糖質**

アレルゲンの表示

①アレルギー発症の多い特定原材料はすべて表示されます（7品目）。

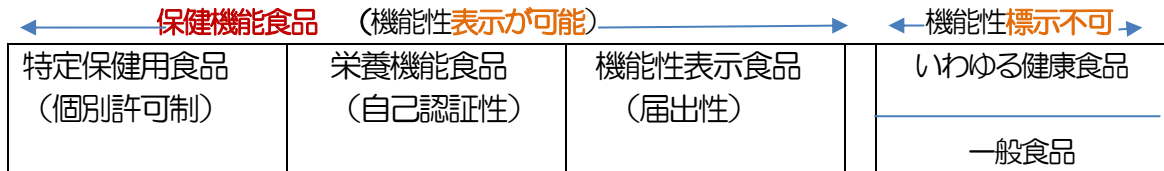
えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生

②次の原材料は、表示が推奨されています（20品目）。

**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**

保健機能食品

保健機能（健康の維持及び増進に役立つ）を表示できる食品と、表示できない食品の分類は図のとおりです。



① 特定保健用食品

健康の維持増進に「役立つ」または「適する」の標示で、**国の許可が必要**です。
許可された食品にはマークを表示します。



② 栄養機能食品

基準で定められた栄養成分の機能の表示ができます。
（ビタミンA・ビタミンB1 などビタミン 12 種類と、亜鉛・カルシウムなどミネラル5種類）
国の基準に合っていれば、**企業が任意に表示**できます。

③ 機能性表示食品

健康の維持増進が期待できることを標示できますが、表示する前に**国に届出が必要**です。

④ 一般食品

何も規制されていない食品で、いわゆる健康食品もここに入ります