

消費生活における食の安全について



食品の購入前に必ず「表示」を確認しましょう

産地・原材料・賞味（消費）期限・添加物の有無・アレルギー物質の有無、保存方法等々の表示を手掛かりに安全安心な食品を選択しましょう。

JAS マークとは、

農林水産大臣の承認を受けた登録認定機関で、製造施設、品質管理、製品検査、生産工程管理などの体制が十分であると認定された事業者が表示できます。



一般JASマーク



特定JASマーク



有機JASマーク

健康食品を利用するにあたって

※ **健康食品は、あくまで食品です。**

医薬品（医薬部外品）ではありません。

疾病の治療・予防等について表示することはできません。



特定保健用食品

一定の条件をみたし、保健の機能をうたうことができる食品

国が製品ごとに有用性と安全性を審査し、認められたものだけが「特定保健用食品マーク」と保健の機能を表示することができます。

許可された保健の機能について表示が可能

例 「おなかの調子を整える」

「血圧が高めの方に適する」

栄養機能食品

栄養素（ビタミン・**ミネラル**）の補給のために利用される食品

1日当たりの摂取目安量に含まれる栄養成分量が基準の範囲内である場合に栄養素の機能を表示できます。

国の個別審査を受けたものではありません。

含有する栄養成分の機能について表示が可能

例 「カルシウムは、骨や歯の形成に必要な栄養素です」

誤解しやすい表示に注意

糖 類 ゼ ロ : 糖類の場合、0.5g未満の場合、ゼロと表示できます。食品100g当たり（液状の場合は、100ml）で決められた基準値未満であれば、「ゼロ」「無」「ノン」「フリー」などと強調表示ができます。

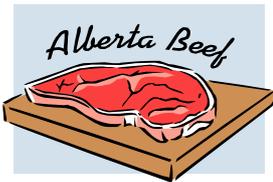


塩味控えめ : 味覚に関する表現
「おいしい」「まろやか」「ソフト」「うす塩味」など味覚に関する表現に対しては、明確な基準がありません。

手 打 ち 風 : すべて手作業で作られたわけではなく、手打風または手打式の機械を使用して作られたという意味です。

50% オ フ : 何を基準として「50%オフ」なのか、栄養成分表示を見て確認しましょう

消費期限 : **品質の劣化が早い食品につけられます。**



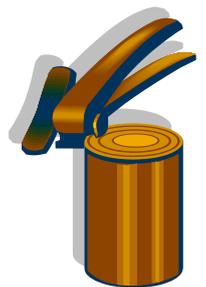
記載された方法で保存した場合、品質の劣化で安全性を欠く恐れがないと認められる期限を示す年月日をいいます。つまり、「安全に食べることができる期限」です。

この期限を過ぎたら食べない方がいいとされています。

賞味期限 : **品質の劣化が比較的遅い食品に付けられています。**

記載された方法で保存した場合、品質の保持が十分に可能であると認められる期限を示す年月日をいいます。つまり「おいしく食べることができる期限」です。

この期限を過ぎてもすぐ食べられなくなるわけではありません。



※食品ロス : 消費期限・賞味期限切れで捨てられる直接廃棄や皮の厚むきなどの過剰除去、食べ残しによって捨てられる部分のこと



家庭から出ている食品廃棄物は、**1072万ト**（全体の約**63%**）になります

食品ロスは、地球環境にも負荷を与えることになります。
地球環境を守るためにも食品ロスを減らすようにしましょう。

ミネラルウォーター類について

農林水産省の「ミネラルウォーター類（容器入り飲用水）の品質表示ガイドライン」によると、ミネラルウォーター類は下記の4種類に分かれています。

ナチュラルウォーター	特定の水源から採水された地下水を原水とし、沈殿、ろ過、加熱殺菌以外の物理的・化学的処理を行わないもの
ナチュラルミネラルウォーター	ナチュラルウォーターのうち、鉱化された地下水（地表から浸透し、地下を移動中または地下に滞留中に地層中の無機塩類が溶解した地下水）を原水としたもの
ミネラルウォーター	ナチュラルミネラルウォーターを原水として、品質を安定させる目的などのためにミネラルの調整、ばっ気、複数の水源から採水したナチュラルミネラルウォーターの混合などが行われているもの
ボトルドウォーター（または飲用水）	ナチュラルウォーター、ナチュラルミネラルウォーター、ミネラルウォーター以外の容器入り飲用水

放射線について

ベクレル（Bq）：放射性物質が放射線を出す能力を表す単位

シーベルト（Sv）：放射線による人体への影響を表す単位

放射性セシウムの新基準値（放射性ストロンチウム、プルトニウム等を含めて基準値を設定）
（単位：ベクレル/kg）

食品部	規制値
飲料水	10
牛乳	50
一般食品	100
乳児用食品	50



出典：厚生労働省医薬食品局食品安全部基準審査課
「食品中の放射性物質の新たな基準値について」