

栄養機能食品 完熟きんかん「たまたま」Q&A

平成31年1月15日

J A宮崎経済連

Q1 栄養機能食品とは？

A1 栄養機能食品とは、栄養成分の補給・補完に利用できる食品のことで、定められた基準に従って栄養成分の機能を表示しています。表示できる成分は、栄養機能の科学的根拠が確認されているビタミン13種類、ミネラル6種類、脂肪酸1種類の合計20種類です。また、対象となる食品は、消費者に向けて販売される包装容器に入れられた加工食品及び生鮮食品です（生鮮食品は、平成27年4月より対象となりました）

Q2 栄養機能食品の条件は？

A2 栄養機能食品として販売するためには、1日当たりの摂取目安量に含まれる栄養成分量が国の定めた上・下限値^{*1}の範囲内にあること、決められた栄養機能の表示^{*2}、注意喚起等を表示することが必要です。

※1 ビタミンCの上下限值：30mg～1,000mg

ビタミンEの上下限值：1.89mg～150mg

※2 「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。」

「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。」

Q3 他の機能性が表示できる食品の違いは？

A3 機能性が表示できる食品には、栄養機能食品、特定保健用食品、機能性表示食品があります。

栄養機能食品

一日に必要な栄養成分の補給・補完のために利用できる食品です。すでに科学的根拠が確認された栄養成分を一定の基準量含む食品であれば、特に届出などをしなくても、国が定めた表現によって機能性を表示することができます。

特定保健用食品

健康の維持増進に役立つことが科学的根拠に基づいて認められ、「コレステロールの吸収を抑える」などの表示が許可されている食品です。表示されている効果や安全性については国が審査を行い、食品ごとに消費者庁長官が許可しています。

機能性表示食品

事業者の責任において、科学的根拠に基づいた機能性を表示した食品です。販売前に安全性及び機能性の根拠に関する情報などが消費者庁長官へ届け出られたものです。ただし、特定保健用食品とは異なり、消費者庁長官の個別の許可を受けたものではありません。

Q4 表示しているビタミンC・ビタミンEの量はどのように決めていますか？

A4 H30年1月から平成30年3月までの完熟きんかん“たまたま”出荷期間中に県内産地の36検体をサンプリングし、(一社)食の安全分析センター(国際標準規格ISO17025取得施設)で分析しました。その分析値を、農林水産省が示した統計学的手法を用いた計算プログラムを用いて計算し、表示値としています。

Q5 農産物なので、それぞれに含まれるビタミンC・ビタミンEの量が違うのではないですか？

A5 確かに農産物は、加工食品とは異なり、栽培環境等で成分量がばらつきます。そこで、農林水産省の「農産物の機能性表示に向けた技術的対応について―生鮮食品などの取り扱い―」に基づき、成分量のばらつきを考慮した分析(時期、生産者、県内各産地ごとに体系的にサンプリング)を行い、ビタミンC・ビタミンEの表示値を決定しました。

Q6 栄養素等表示基準値とは？

A6 本来、健康の維持増進に必要な栄養素量は、年齢、性別などによって異なります。そこで、栄養素量を表示する際には、日本人一般に広く適用できるように年齢・性別ごとの栄養成分の摂取量を加重平均した値である「栄養素等表示基準値」が、日本人一般に広く適用出来る1日に必要な栄養成分量の平均値として示されています。ビタミンCの場合は100mg、ビタミンEの場合は6.3mgとされています。

Q7 この完熟きんかん“たまたま”を食べると、どのくらいのビタミンC、ビタミンEが摂れるのですか？

A7 当該きんかんの1日当たりの摂取目安量は200gです。この量を食べると、ビタミンCは45~150mg摂取でき、これは、1日に必要な栄養素の平均的な目安(栄養素等表示基準値 ビタミンC:100mg)の45%~150%に当たります。ビタミンEは1.9~8.1mg摂取でき、これは、1日に必要な栄養素の平均的な目安(栄養素等表示基準値 ビタミンE:6.3mg)の30%~129%に当たります。