



# 栄養機能食品(ビタミンA) 宮崎県産にら

令和元年12月23日

## 1. みやざきだからできた保健機能食品シリーズ

野菜や果物のビタミンCは日射量が多いほど増加し、日射量が全国トップクラスの宮崎県の青果物は、ビタミンCが豊富な傾向にあります。そこに着目したみやざきブランド推進本部(宮崎県・JA宮崎経済連)では、平成17年から農産物の機能性成分の分析を開始し、平成27年の食品表示法の施行で青果物に栄養機能を表示できるようになったことをうけ、いち早く青果物の保健機能食品のシリーズ化に取り組んでいます。

## 2. 宮崎県産にらがビタミンAの栄養機能食品に！

- 宮崎県産にらを、令和元年12月23日より、栄養機能食品(ビタミンA)として販売開始致します。

[発売開始] 令和元年12月23日 JA尾鈴・JA児湯  
令和2年3月(予定) JA宮崎中央・JAこばやし

- 一般的に健康に良いイメージのある“にら”ですが、「栄養機能食品」の表示を行うことで、体に対する効果(機能)を消費者の皆様へダイレクトにお伝えできるようになりました。



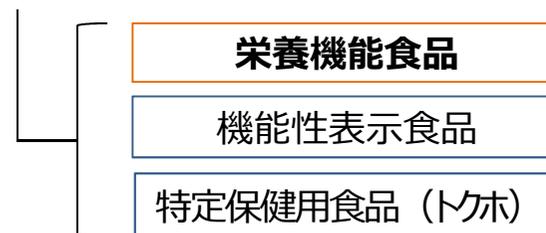
# “栄養機能食品” 宮崎県産にらについて

## 1. 栄養機能食品は国の制度に基づいた食品

栄養機能食品とは、特定の栄養成分の補給・補完に利用できる食品のことで、国が定めた安全性や有効性に関する基準などに従って栄養成分の機能が表示されており、その食品を食べることで、表示した量の栄養素をしっかりと摂取することができます。

栄養機能食品は、体に対する効果を表示出来る保健機能食品の一つです。

### ●保健機能食品・・・機能性の表示ができる



### ●一般食品・・・機能性の表示ができない

## 2. 栄養機能食品 宮崎県産にらの表示について

◆表示成分 ビタミンA

◆機能性 「ビタミンAは、夜間の視力の維持を助けるとともに、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。」

◆含有量

- ・当該にらの1日当たりの摂取目安量は80g。  
この量には、ビタミンAが239μg～556μg含まれます。(←β-カロテン2,868～6,672μgに相当)
- ・これは、1日に必要なビタミンAの平均的な目安\*の31%～72%にあたります  
(※栄養素等表示基準 ビタミンA：770μg)

### ～ビタミンA含有量について～

当該にらのビタミンA表示値は、農産物ゆえに生じる成分のばらつきを考慮してにらに含まれるβ-カロテンをサンプリング分析し、ビタミンAに換算して表記しています。

(平成30年9月～令和元年6月 計99サンプルのβ-カロテンを分析し、ビタミンAに換算)

# 包材のご説明



表面

裏面  
(拡大)

**栄養機能食品 (ビタミンA)**  
 ビタミンAは、夜間の視力の維持を助けるとともに、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。

- ・摂取目安量：1日当たり80gを目安にお召し上がりください。
- ・栄養素等表示基準値に占める割合(18歳以上、基準熱量2,200kcal)：  
 ビタミンAの栄養素等表示基準値は770μgです。本品の1日当たり摂取目安量に含まれるビタミンAは、栄養素等表示基準値の31%～72%です。
- ・摂取方法：生又は加熱調理してお召し上がりください。
- ・栄養の損失を防ぐため、炒めて食べる調理法をおすすめします。
- ・摂取上の注意：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。
- ・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。
- ・食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。

栄養成分表示(80gあたり)	
熱量	16kcal
たんぱく質	1.4g
脂質	0.2g
炭水化物	3.2g
食塩相当量	0g
ビタミンA	239～556μg

(β-カロテン 2,868～6,672μg)

栄養成分表示基本5項目は日本食品標準成分表の参照値、  
 ビタミンA(β-カロテン)は分析値です。