消費者向け

ググッと役立つ

食品表示ガイド

©群馬県 ぐんまちゃん

2025年4月 作成
群馬県　食品・生活衛生課

目　次

●「ググっと役立つ食品表示ガイド」をご覧の皆さんへ・・・・ p1

●生鮮食品の表示例（p3～p9）

- ■ 農産物（野菜）・・・・・・・・・・・・・・ p3
- ■ 農産物（果物･豆類）・・・・・・・・ p4
- ■ 畜産物（食肉）・・・・・・・・・・・・・・ p5
- ■ 畜産物（鶏卵）・・・・・・・・・・・・・・ p6
- ■ 水産物（魚介類）・・・・・・・・・・・・ p7,8
- ■ 玄米及び精米 ・・・・・・・・・・・・・・・ p９

●加工食品の表示例（p10～p19）

- ■ 焼き菓子 ・・・・・・・・・ p10
- ■ 生めん類・・・・・・・・・・・・・・ p１１
- ■ 漬物 ・・・・・・・・・・・・・・ p12
- ■ こんにゃく ・・・・・・・・・・ p13
- ■ 豆腐 ・・・・・・・・・・・・・・ p14
- ■ 生菓子 ・・・・・・・・・・・・・・ p15
- ■ 弁当 ・・・・・・・・・・・・・・ p16
- ■ 味付け肉 ・・・・・・・・・・・・ p17
- ■ 冷凍食品 ・・・・・・・・・ p18
- ■ 牛乳 ・・・・・・・・・・・・・・・・ p19

● 資料編（p20～p４３）

1 表示項目の説明 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ p20

2 食品表示のポイント

- アレルギー表示・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ p23
- 遺伝子組換え食品の表示・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ p27
- 添加物の表示・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ p30
- 加工食品の原料原産地表示・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ p33
- 保健機能食品・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ p37
- 栄養成分表示・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ p38
- 栄養強調表示・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ p38

3 関係法令

- 不当景品類及び不当表示防止法（景品表示法）・・・ p39
- 計量法・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ p40
- 医薬品、医療機器等の品質、有効性及び安全性の確保等に関する法律（医薬品医療機器等法） ・・・・・・・・・・・・・・ p42
- 健康増進法・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ p43

「ググッと役立つ食品表示ガイド」をご覧の皆さんへ

はじめに

食品表示は、消費者と食品事業者を繋ぐ情報の架け橋です。消費者が自らの求める食品を適切に選択し、安全に摂取するための重要な情報が書かれています。また、万が一、食品に関わる事故が発生した場合には、その原因の究明や事故の拡大防止のための措置を迅速かつ的確に行なうための手がかりにもなります。

食品の表示には複数の法律が関係していますが、最も基礎となるのが「食品表示法」です。これは、「食品衛生法」、「農林物資の規格化及び品質表示の適正化に関する法律（JAS法）」、「健康増進法」の３法の食品表示の規制を一元化した法律で、平成２５年６月に公布され、平成２７年４月１日に施行されました。

「食品表示法」は、食品を摂取する際の安全性を確保するとともに、消費者の自主的かつ合理的な食品選択の機会確保を目的として、「整合性の取れた表示基準」、「消費者、事業者双方にとって分かりやすい表示」、「消費者の日々の栄養・食生活管理による健康増進への寄与」を目指した法律です。

表示を見ながら学べる
食品表示ガイドを作成しました

消費者の皆さんが実際に目にする表示を例示して、分かりやすく解説する「食品表示ガイド」を作成しました。

なお、表示例は実際に市販されている商品の表示を参考に群馬県が作成したものです。これが「推奨される表示」とは限りませんので、ご注意ください。

また、資料編では、表示項目の説明や、「アレルギー表示」、「遺伝子組換え食品の表示」、「添加物の表示」、「加工食品の原料原産地表示」、「保健機能食品」など、ポイントを押さえて詳しく説明しています。

食品関連事業者の皆さんへ

事業者の皆さんが「ググっと役立つ食品表示ガイド」を活用する際には、特に以下の点にご注意ください。また個別の表示に関するご相談は、所管する関係機関へお問い合わせください。

- 消費者向けに作成したガイドブックです。
- 限られたページで情報を提供する都合上、例外規定など、一部省略している部分があります。
- 「食品表示法」は、今後も消費者庁で制度の運用等について検討され、随時改正されることが予想されます。
詳しくは、消費者庁ホームページをご覧ください。

https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/food_labeling_act/

農産物（野菜）

生鮮食品

キャベツの表示例

キャベツ
群馬県産　198円

名称
一般的な名称が表示されています。

原産地　野菜が生産された産地が表示されています。

国産品：都道府県名、市町村名、一般的に知られている地名で表示されています。
輸入品：原産国名、一般的に知られている地名で表示されています。

しいたけの表示例

しいたけ
群馬県産
菌床

原産地
原木又は菌床培地に種菌を植え付けた場所（植菌地）が表示されています。

栽培方法　原木栽培は「原木」、菌床栽培は「菌床」と表示されています。

原木栽培：クヌギ、コナラ等の原木に種菌を植え付ける栽培方法
菌床栽培：おが屑にふすま、ぬか類、水等を混合してブロック状、円筒状等に固めた培地に種菌を植え付ける栽培方法

店頭での表示の方法

生鮮食品の表示は容器包装に表示される以外に、値札や商品名を表示する札や商品の近くの掲示物に表示されることもあります。

農産物（果物・豆類）

生鮮食品

オレンジ（輸入品）の表示例

名称：オレンジ
原産国：アメリカ

※本品には防かび剤（オルトフェニルフェノール(OPP)，イマザリル）を使用しています。

輸入品は、原産国名が表示されます。

防かび剤が使用されたかんきつ類やバナナなどには、使用した防かび剤の名称が表示されています。

容器包装に入れないでバラ売りする場合でも、防かび剤を使用した旨が、値札や品名札又はこれらに近接した掲示物に表示されています。

輸入果物などの防かび剤（防ばい剤）について

外国産のオレンジ、レモンなどのかんきつ類やバナナなどは、長時間の輸送貯蔵中にカビが発生する場合があります。

その発生を防止するために収穫後に使用される農薬を、日本では食品添加物として規制しています。

小豆の表示例

内容量	○○g
販売者	○○　○○ 群馬県○○市○○1-1

精米、精麦、豆類を密封したものには、内容量と表示した者の氏名又は名称、住所も表示されています。

畜産物（食肉）

生鮮食品

パック詰めされていない豚肉の表示例

「牛肉」や「豚肉」など一般的な名称で表示されています。

豚ロース肉　（解凍）
カナダ産
100gあたり 284円

国産品
：国産である旨が表示されています。
（主な飼養地がある都道府県名や市町村名、一般的に知られている地名で表示されていることもあります。）
輸入品
：原産国名が表示されています。

「食肉の表示に関する公正競争規約」により
・食肉の部位
・冷凍または解凍した場合はその旨
・100gあたりの単価も表示されています。

パック詰めされた牛肉の表示例

「牛トレーサビリティ法」により個体識別番号が表示されています。

国産　牛もも肉

個体識別番号 0000000000
消費期限 ○年○月○日
保存方法　4°C以下で保存

100g当り（円）164　　984
内容量（g）600　　お値段（円）

加工者：○○株式会社
群馬県○○郡○○町○○○

保存温度と消費期限（示された方法で保存した場合の期限）が表示されています。

内容量はグラム(g)又はキログラム(kg)で表示されています。

加工所の所在地と加工者名

病原微生物による汚染が内部に拡大するおそれのある処理を行った場合は、その旨と十分な加熱を要する旨が表示されます。

畜産物（鶏卵）

生鮮食品

パック詰めされた鶏卵の表示例

「鶏卵」など一般的な名称で表示されています。

国産品
：国産である旨が表示されています。
（養鶏場がある都道府県名や市町村名、一般的に知られている地名で表示されていることもあります。）
輸入品
：原産国名が表示されています。

名　　称	鶏卵
原 産 地	国産
賞味期限	○○○○.○○.○○
保存方法	冷蔵（10°C以下）で保存
使用方法	生食の場合は賞味期限内に使用し、賞味期限経過後は十分加熱してください。
選　　別 包 装 者	○○株式会社 群馬県○○市○○○○

賞味期限と保存方法が表示されています。

賞味期限が経過した後、飲食する際の注意事項などが表示されています。

栄養成分を強化した鶏卵の表示

特定の栄養素が「鶏卵の表示に関する公正競争規約」で定めている以上の含有量である場合、栄養強化卵として表示できます。

この場合、強化させた栄養成分名と可食部100gあたりの成分量を、普通卵と比較して明示するよう定められています。

【表示例】

なんだか Eたまご　ビタミンE強化 普通卵の5倍！

	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ビタミンE
なんだか Eたまご	144kcal	12.5g	10.6g	0.3g	0.4g	6.5mg
普通卵	142kcal	12.2g	10.2g	0.3g	0.4g	1.3mg

水産物（魚介類）

生鮮食品

パック詰めされていない甘エビの表示例

名称
一般的な名称が、「魚介類の名称のガイドライン」（消費者庁）にならって表示されています。

富山湾
甘えび
1四
500円

原産地
国産品：水域名又は地域名（養殖場がある都道府県名）が表示されています。
輸入品：原産国名が表示されています。

原産地について

漁獲・養殖した場所が複数の水域にまたがっているなど、水域名の特定が困難な場合は、水揚げした港名や、港が属する都道府県名が表示されることもあります。

解凍の表示

冷凍したものを解凍して販売する場合は、「解凍」と表示されます。

養殖の表示

養殖されたものは、「養殖」と表示されます。

パック詰めされた生かきの表示例

生かき（生食用）
消費期限　○年○月○日
保存方法　4℃以下で保存
採取水域　△△県△△市海域
加工者　○○水産株式会社
○○県○○市○○-○

生食用には「生食用」それ以外には「加熱用」と表示されています。

生食用の生かきには、採取された水域が表示されています。

水産物（魚介類）

生鮮食品

パック詰めされている刺身の表示例

生食用の場合、「生食用」、「刺身用」、「そのままお召し上がりになれます」のように表示されています。

魚種名など一般的な名称で表示されています。

解凍されたものは「解凍」と、養殖されたものは「養殖」と、それぞれ表示されています。

たい 刺身用
（解凍・養殖）

○○県産

加工日　○年○月○日
消費期限 ○年○月○日
保存方法　４℃以下で保存

お値段（税込） **678** 円

加工者：○○株式会社　群馬県○○市○○町○○○

加工者の名称と加工所の所在地が表示されています。

消費期限や保存方法が表示されています。（食品衛生法で定められた基準（10℃以下で保存）に合った方法が表示されています。）

国産品
：漁獲した水域名又は養殖場がある都道府県名が表示されています。
輸入品
：原産国名が表示されています。

玄米 及び 精米

生鮮食品

単一原料米（産地、品種及び産年の証明を受けた原料玄米）の表示例

原料玄米の産地・品種・産年が表示されています。
根拠となる確認方法は任意で表示されることもあります。

内容量はキログラム又はグラムの単位で表示されています。

精米年月旬又は年月日が表示されています。

名　　称	精　　米		
原料玄米	産　地	品　種	産　年
	単一原料米（農産物検査証明済） 群馬県　　あさひの夢　令和○年産		
内 容 量	10　kg		
精米時期	○○○○年１０月　上旬		
販 売 者	谷川米穀株式会社 群馬県○○市○○町○○ 電話番号：027-000-0000		

表示内容に責任を有する事業者の名称・住所・電話番号が表示されています。

複数原料米の表示例

国内産100%で、そのうち群馬県産あさひの夢が80%、宮城県産ひとめぼれが20%の割合であることが表示されています。

名 称	精　　米			
原料玄米	産地	品種	産年	使用割合
	複数原料米 国内産　　10割 ［群馬県　あさひの夢　○年産　8割 宮城県　ひとめぼれ　○年産　2割］			
	内容量以下は、上と同じ			

【名称】
・玄米は「玄米」、もち精米は「もち精米」、うるち精米は「うるち精米」又は「精米」と表示されています。
・うるち精米のうち、胚芽を含む精米の製品に占める重量の割合が80%以上のものは「胚芽精米」と表示されています。

【原料玄米】
・産地、品種及び産年が同一の原料玄米については、「単一原料米」と表示され、それ以外は「複数原料米」、「ブレンド米」、「混合米」など、原料米が複数であることが表示され、内容量の割合が併記されています。
・産地、品種及び産年について根拠を示す資料を保管している原料玄米は、「産地」、「品種」、「産年（収穫した年）」を表示できます。

加工食品

焼き菓子

ビスケットの表示例

①	名　　称	ビスケット
②	原材料名	小麦粉（国内製造）、砂糖、マーガリン、ショートニング、全粉乳、ココアバター、カカオマス、植物油脂、食塩
③	添　加　物	膨張剤、香料、乳化剤(大豆由来)
④	内　容　量	１０枚
⑤	賞味期限	この面の下部に記載
⑥	保存方法	直射日光、高温多湿を避けて保存してください。
⑦	製　造　者	芳ヶ平製菓（株） 群馬県〇〇市〇〇

⑧

栄養成分表示
〈１箱あたり〉

熱量	〇〇〇kcal
たんぱく質	〇〇g
脂質	〇〇g
炭水化物	〇〇g
食塩相当量	〇.〇g

※ 次ページ以降の栄養成分表示は省略しています。（15ページを除く）

パックや袋などに包装されている加工食品の表示事項

①名称　②原材料名　③添加物　④内容量
⑤消費期限又は賞味期限　⑥保存方法
⑦食品関連事業者の名称・住所／製造所又は加工所の名称・所在地
⑧栄養成分の量及び熱量

この他に、一定の要件に該当する場合に表示が必要となる事項もあります。
①アレルゲン　②L-フェニルアラニン化合物を含む旨　③特定保健用食品
④機能性表示食品　⑤遺伝子組換え食品　⑥乳児用規格適用食品
⑦原料原産地名　⑧原産国名

生めん類

加工食品

生うどんの表示例

その商品の内容を表す一般的な名称が表示されています。

名称	生うどん
原材料名	小麦粉、食塩
添加物	酒精、加工デンプン
原料原産地名	国内製造（小麦粉）
内容量	１４０ｇ
賞味期限	○○.○○.○○
保存方法	10°C以下で保存してください
使用上の注意	消費期限内にお召し上がりください
製造者	三国峠製麺株式会社 群馬県○○郡○○町○-○

重量の割合の高いものから順に表示されています。

1番多い原材料の原産地が表示されています。小麦粉は加工食品なので、製造地が表示されています。

生めん類の表示に関する公正競争規約により表示されています。（公正競争規約については資料編40ページ参照）

原材料と添加物の表示方法

① 上の表示例のように、「原材料名」と「添加物」をそれぞれ事項名を設けて表示される

② 原材料名欄に、／（スラッシュ）で区分して表示される

原材料名	小麦粉、食塩／酒精、加工デンプン

③ 原材料名欄に、改行して表示される

原材料名	小麦粉、食塩 酒精、加工デンプン

④ 原材料と添加物を線で区切って、別欄として表示される

原材料名	小麦粉、食塩
	酒精、加工デンプン

漬　物

加工食品

梅干の表示例

名　　称	調味梅干
原　材　料　名	梅、しそ、かつおぶし、漬け原材料（食塩、アミノ酸液、しょうゆ(小麦・大豆を含む)）／調味料(アミノ酸等)、酸味料
原料原産地名	群馬県（梅）
内　　容　　量	２００ｇ
賞　味　期　限	○○.○○.○○
保　存　方　法	直射日光、高温多湿を避けて保存してください。
製　　造　　者	(株)御荷鉾漬物 群馬県○○市○○

「漬けた原材料」と「漬け原材料」が区分して表示されています。

1番多い原材料の原産地が表示されています。
梅は生鮮食品なので、産地が表示されています。

詳細は23ページ参照

アレルゲン(アレルギーを引き起こす物質)の表示

① アレルゲンは個々の原材料の直後に括弧をつけて（○○を含む）と表示されます。

② 添加物にアレルゲンが含まれる場合は、添加物に続けて（○○由来）と表示されます。

③ 全ての原材料又は添加物を表示した後に（一部に○○を含む）と、全ての特定原材料がまとめて表示されることもあります。

必ず表示されるアレルゲン8品目（特定原材料）

えび　かに　くるみ　小麦　そば　卵　乳　落花生

こんにゃく

加工食品

こんにゃく生芋を原材料とした場合

品　　名	こんにゃく
原 材 料 名	こんにゃく生芋（群馬県産）/水酸化カルシウム
内　容　量	２５０g
賞 味 期 限	○○.○○.○○
製　造　者	板東太郎　群馬県下仁田町○○-○

常温保存の場合、保存方法は省略されることがあります。

こんにゃく粉を原材料とした場合

品　　名	こんにゃく
原 材 料 名	こんにゃく粉、海藻粉末／ 水酸化Ca（こんにゃく用凝固剤）
★ 原料原産地名	群馬県産（こんにゃく生芋）
内容量以下は、上と同じ	

水酸化カルシウムは、「水酸化Ca」や「消石灰」と表示されたり、括弧書きで（こんにゃく用凝固剤）と追記されることもあります。

こんにゃくの原料原産地表示

こんにゃくには生芋から製造するものと、こんにゃく粉を原材料として製造するものがありますが、いずれも、こんにゃく生芋の産地が原料原産地として表示されます。

① こんにゃく生芋の産地がA県、それをこんにゃく粉に加工した場所がB県の場合

原材料名	こんにゃく粉(こんにゃく生芋(A県産))

② こんにゃく生芋の産地とこんにゃく粉の製造地が同一の場合

原材料名	こんにゃく粉(A県産)

★ 原材料名とは別に原料原産地名欄を設けて表示されることもあります。

豆　腐

加工食品

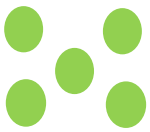
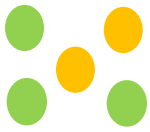
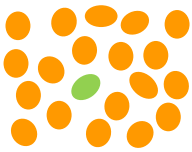
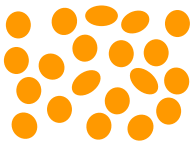
豆腐の表示例

名　　称	もめん豆腐
原材料名	大豆(国産)(分別生産流通管理済み)／凝固剤(塩化マグネシウム)
内容量	200g
消費期限	表面右下に記載
保存方法	10°C以下で保存してください。
製造者	（株）岩櫃山豆腐 群馬県○○郡○○町○-○-○

遺伝子組換え食品に関する表示です。大豆やとうもろこしなど、9種類の農産物・原材料を対象としています。(詳細は27ページ参照)

遺伝子組換え食品は、次の4通りの場合で表示方法が分かれています。

●遺伝子組換え大豆　●非遺伝子組換え大豆

大豆に表示するときの例		イメージ	表示の文言例	
1	分けて管理した遺伝子組換え大豆を使用した場合		大豆（遺伝子組換え）	必ず表示される
2	遺伝子組換え大豆と非遺伝子組換え大豆を分けて管理していない場合		大豆 （遺伝子組換え不分別）	必ず表示される
3	遺伝子組換え大豆が混入しないよう分けて管理し、混入を**5%以下に抑えている**場合		大豆 （分別生産流通管理済み）	表示がないこともある
4	遺伝子組換え大豆が混入しないよう分けて管理し、混入がないと認められる場合		大豆（非遺伝子組換え）	表示がないこともある

生　菓　子

加工食品

和生菓子の表示例

名　　称	和生菓子
原材料名	白あん(国内製造)(砂糖、白ｲﾝｹﾞﾝ豆)、砂糖、上用粉、米粉、澱粉、コーンスターチ／トレハロース、着色料(クチナシ、紅麹)
内 容 量	４個入り
消費期限	令和○年3月31日
保存方法	直射日光、高温多湿を避けて保存してください
製 造 者	（株）榛名屋 ニッ岳製造所 群馬県○○市○○町○-○ お客様相談室　0120-000-000

期限は、未開封で保存方法を守った場合の表示です。

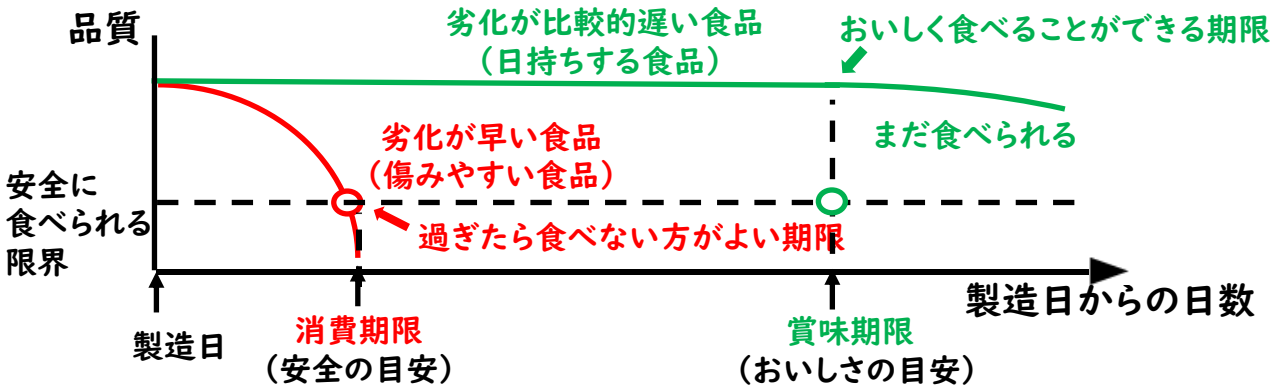
栄養成分表示
〈１個あたり〉

熱量	180kcal
たんぱく質	5.3g
脂質	0.6g
炭水化物	41.4g
ナトリウム	5mg
（食塩相当量 0.01g）	

食塩が添加されていない食品でも、含まれるナトリウムの量から換算した食塩相当量が表示されています。

(参考)食塩相当量の計算式
ナトリウム(mg)×2.54÷1000
＝食塩相当量(g)

消費期限と賞味期限のイメージ



出典：知っておきたい食品の表示（消費者庁）を加工して作成

弁　当

加工食品

焼鮭弁当の表示例

複合原材料の表示（下記参照）

米トレーサビリティ法により、原料米の産地情報が表示されています。

名　　称	焼鮭弁当
原材料名	ご飯(米(国産))、焼鮭、肉団子(豚肉、鶏肉、その他)、玉子焼、その他おかず／調味料(アミノ酸等)、着色料(赤色102号、紅麹)、甘味料(ソルビット)、pH調整剤、リン酸塩(Na)、酸化防止剤(V.C)、(一部に卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉を含む)
消費期限	○○.○.○　午後２時まで
保存方法	10°C以下で保存
使用上の注　意	消費期限内にお召し上がりください
製 造 者	武尊山弁当株式会社 群馬県○○郡○○町○-○

弁当の外部から見て、その原材料が分かるおかずは、次のように表示されることもあります。
- まとめて「おかず」と表示
- 主なおかずを表示し、それ以外は「その他おかず」、「その他付け合わせ」と表示

製造した場所で販売される場合は、次の事項が省略されることがあります。
- 原材料名
- 原料原産地名
- 内容量
- 食品関連事業者の名称、所在地
- 栄養成分表示

複合原材料の表示

「複合原材料」とは、2種類以上の原材料からなる原材料のことをいいます。具体的には、調味料や弁当、そうざいの具等が該当します。

① 複合原材料名の次に( )をつけて、その複合原材料の原材料が重量順に表示されます。ただし、複合原材料の原材料が3種類以上ある場合は、当該複合原材料の原材料に占める重量の割合上位3位以下で、5%未満の原材料は「その他」と表示されることもあります。

例：煮物(蓮根、人参、その他)

② 複合原材料の名称から明らかにその原材料が推察できるものは、( )内を省略することができます。

味付け肉

加工食品

味付きホルモンの表示例

鳥獣の種類が表示されています。

名　　称	豚ホルモン（味付き）
原材料名	豚白もつ(国産)、たれ(味噌、醤油、砂糖、にんにく、豆板醤、生姜、ごま)／増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、調味料(アミノ酸等)、着色料(紅麹、パプリカ)、（一部に小麦・ごま・大豆・豚肉を含む）
内　容　量	５００ｇ
賞味期限	表面下部に記載
保存方法	４℃以下で保存
加　工　者	(株)妙義山ホルモン 鷹戻工場 群馬県〇〇市〇〇-〇

味付け処理してありますので、中心部まで十分に加熱してお召し上がりください。

味付け肉や、食肉の小片を結着させて成型した肉などには、「処理を行ったこと」と、「食べる前に十分加熱する必要があること」が表示されています。

食中毒予防のため、食肉はしっかり中まで加熱しましょう。

刻む・スジを切る・形を整える・調味液に漬けるなどの処理をした食肉は、肉の内部まで病原微生物による汚染が拡大しているおそれがあります。

冷凍食品

加工食品

冷凍コロッケの表示例

①（冷凍食品）

名　　称	冷凍コロッケ		
原材料名	野菜(ばれいしょ(国産)、たまねぎ)、衣(パン粉、植物油脂、でん粉、鶏卵)、牛肉、小麦粉、しょうゆ、砂糖、みりん、食塩、こしょう、揚げ油（なたね油）/着色料(カロチノイド色素)		
② 衣の率	３５％	内容量	③　２４０ｇ
賞味期限	枠外左下に記載		
保存方法	－１８℃以下で保存		
④ 凍結前加熱の有無	加熱してありません		
⑤ 加熱調理の必要性	加熱してお召し上がりください		
販売者	至仏山フーズ株式会社 +AA 群馬県○○市○○町○-○		

⑥ お召し上がり方：凍ったままのコロッケを170℃の油で5～6分揚げてください。
※製造所はホームページをご確認ください。
www.○○○○○○.jp

冷凍食品独自の表示ルール

①冷凍食品である旨の表示
②衣の率（定められた率を上回る場合のみ）
③内容量はg又はkgで表示
④凍結される直前に加熱されたか
⑤飲食する際に加熱が必要か
⑥使用方法（解凍方法や調理方法）

製造所固有記号（下記参照）

製造所固有記号による表示

◆ 同一の製品を2つ以上の工場で製造する場合、製造所が固有記号で表示されることがあります。

◆ 製造所固有記号の前には「＋」が表示されます。

◆ 製造所固有記号を使用する場合には、次のいずれかの事項が表示されます。
- 製造所所在地等の情報提供を求められたときに回答する者の連絡先
- 製造所所在地等を表示したHPアドレス等
- 当該製品の製造を行っている全ての製造所所在地等

牛　乳

加工食品

牛乳の表示例

①	種類別名称	牛乳
②	商品名	なからうんまい3.8牛乳
③	無脂乳固形分	8.0％以上
	乳脂肪分	3.8％以上
④	原材料名	生乳100％(国産)
⑤	殺菌方法	120°C　2秒間
	内 容 量	1000 ml
	賞味期限	上部に記載
	保存方法	10°C以下で保存
⑦	開封後の取扱	開封後は賞味期限にかかわらずできるだけ早くお飲みください
	製 造 者	群馬県○○郡○○町○○ 本白根山乳業株式会社

⑥ 公正

飲用乳独自の表示ルール
「飲用乳の表示に関する公正競争規約」

①「牛乳」の文字は10.5ポイント以上の大きさ
②商品名
③無脂乳固形分及び乳脂肪分の重量パーセント
④種類別名称が「牛乳」の場合は「生乳100％(国産)」と表示
⑤殺菌温度と時間
⑥規約を守っていることの印
⑦開封後の取扱い

「種類別名称」は、次のように区別されています。

- **牛乳**　無脂乳固形分が8.0％以上、乳脂肪分が3.0％以上のもの
  - **成分調整牛乳**
    - **低脂肪牛乳**　牛乳の乳脂肪分を0.5％以上1.5％以下に調整したもの
    - **無脂肪牛乳**　牛乳の乳脂肪分を0.5％未満に調整したもの
- **加工乳**　牛乳・乳製品の一部(全粉乳、脱脂粉乳等)を原材料に、乳成分を調整したもの
- **乳飲料**　生乳・乳製品を原材料に、乳以外の成分(カルシウム、ビタミン、コーヒー、果汁等を加えたもの

表示項目の説明

●名称･品名

商品名ではなく、一般的な名称が表示されます。

●原材料名

原材料に占める重量の割合の多いものから順に表示されます。なお、２種類以上の原材料からなる複合原材料（弁当、そうざいの具など）は、原則として、複合原材料名の後に括弧書きで重量割合の多いものから順に表示されます。

【添加物の表示】（p30参照）

原材料と添加物は、①改行する、②「／」等の記号を入れる、③原材料を表示する欄を区画するなどし、区分を明確にして表示します。原則として使用したものすべてを重量順に表示しています。

【原料原産地名の表示】（p33参照）

輸入品以外の加工食品について、重量割合上位１位の原材料の原産地表示が義務付けられています。１番多い原材料が生鮮食品の場合はその産地が、加工食品の場合はその製造地が表示されます。

表示方法には「国別重量順表示」、「製造地表示」、「又は表示」、「大括り表示」があります。また、22の加工食品群と「おにぎりののり」などの５品目は、「国別重量順表示」が原則です。

●アレルギー表示（p23参照）

容器包装された加工食品及び添加物は、特定原材料（8品目：えび、かに、くるみ、小麦、そば、卵、乳、落花生（ピーナッツ））について、表示が義務付けられています。また、特定原材料に準ずる20品目についても表示が推奨されています。

●遺伝子組換え食品の表示（p27参照）

大豆、とうもろこし、ばれいしょ、なたね、綿実、アルファルファ、てん菜、パパイヤ、からしなの９品目と、これを原材料とする加工食品のうち、加工工程後も組換えＤＮＡ又はこれによって生じたたんぱく質が検出できる加工食品３３食品群が表示義務の対象です。これらは、「遺伝子組換え」や「遺伝子組換え不分別」の表示が義務付けられています。

●特色ある原材料等の表示

使用した原材料が特定の原産地、有機農産物等、特色のある原材料等を強調して表示する場合には、その使用割合を表示する必要があります。

なお、使用割合が100％の場合は、割合表示を省略することができます。

●原産地（生鮮食品に限る）

生鮮食品には「名称」と「原産地」の表示が義務付けられています。原産地は、農産物にあっては、都道府県名（輸入品は原産国名）、畜産物にあっては国産である旨（輸入品は原産国名）、水産物にあっては、生産した水域名又は地域名（輸入品は原産国名）が表示されています。

●原産国名（輸入品に限る）

その商品に実質的変更（加工など）をもたらす行為を行った国を原産国といいます。ただ単に容器に詰めたり、ラベルを貼った程度は含みません。したがって、販売可能な形態で輸入される商品のほか、既に加工された製品を輸入し、国内で小袋に包装し直した商品についても、実質的変更をもたらす行為が海外でされていれば、その原産国名が表示されます。

●内容量

内容重量、内容体積、内容数量又は固形量等が記載されます。ただし、外見上容易に内容量が識別できるものは、省略が可能になります。なお、計量法第13条で定める特定商品については、密封をした場合、内容量の省略ができないだけでなく、表示容量と実際の容量の誤差に許容範囲の規定があります。

●期限表示（消費期限又は賞味期限）

【消費期限】

定められた方法で保存した場合で、品質が急速に劣化する食品は、衛生上の危害が生じるおそれのない期間が年月日で表示されています。

【賞味期限】

定められた方法で保存した場合で、品質の劣化が比較的緩やかな食品には、食品の品質の保持が十分に可能な期限が年月日で表示されています。ただし、３か月以上品質保持が可能なものは年月表示の場合もあります。賞味期限を過ぎても、すぐに食べられなくなるわけではないので、およその目安としてください。

●保存方法

食品を期限表示内で保存する際の方法が具体的に表示されています。また、法律により保存基準が定められた食品には、その基準に合う保存方法の表示が義務付けられています。なお、常温で保存すること以外に留意事項がないものは、保存方法を省略することができます。

●使用上の注意

冷凍食品には凍結前や食べる時の加熱の有無が、処理された食肉や鶏卵には食べる時の加熱の必要性、使用方法や調理方法等が記載されているものがあります。

●製造者

製造された食品に対する衛生上の責任の所在を示すため、製造所の住所（所在地）と氏名（法人の場合は法人名）が表示されています。輸入食品は、製造者の代わりに「輸入者」として、輸入業者の住所（所在地）と氏名（法人の場合は法人名）が表示されています。

なお、輸入食品を国内で加工した事業者は、「製造者」又は「加工者」と表示され、住所（所在地）と氏名（法人の場合は法人名）が表示されています。

製造所所在地の表示は、政令指定都市及び県庁所在地については、都道府県名を省略することができます。

また、例外的な表示として、製造者又は販売者の住所（所在地）と氏名（法人の場合は法人名）に、あらかじめ消費者庁長官に届け出た「製造所固有記号」を表示することで、製造所の所在地及び製造者の氏名又は名称は省略されることがあります。（ただし、原則として、２以上の製造所において同一商品を製造する場合に限ります。）

●保健機能食品（p37参照）

【特定保健用食品】

食品の安全性や有効性についての審査を受け、国の許可等を受けた食品を特定保健用食品として販売する場合、定められた項目の表示が義務づけられています。

なお、平成17年2月に制度の改正が行われ、新たに条件付き特定保健用食品（規格基準型）が創設されるとともに、特定保健用食品において疾病リスク低減表示が一部認められることになりました。

【栄養機能食品】

１日あたりの摂取目安量に含まれる栄養成分の量が消費者庁長官の定める上・下限値の基準に適合したもので、栄養機能表示や注意喚起表示など定められた項目の表示が義務付けられています。

【機能性表示食品】

平成27年4月から、企業が実験や研究論文でその食品が持つ機能を確認して、国に届け出ることで健康維持・増進に関する表示をすることが可能になりました。

●栄養成分表示（p38参照）

食品関連事業者に対し、原則として、全ての消費者向けの加工食品及び添加物への栄養成分表示が義務付けられました。（表示義務について例外規定あり。）

【義務】

エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、ナトリウム（「食塩相当量」で表示）

【任意（推奨）】

飽和脂肪酸、食物繊維

【任意（その他）】

ｎ-３系脂肪酸、ｎ-６系脂肪酸、糖質、糖類、コレステロール、ビタミン・ミネラル類

アレルギー表示

●食物アレルギーとは

食物を摂取した際、食物に含まれる原因物質（アレルゲン：主としてたんぱく質）を異物として認識し、身体が過敏な反応を起こすことです。主な症状としては、じん麻疹・紅斑などの皮膚症状、下痢・嘔吐・腹痛などの消化器症状、鼻・眼粘膜症状、咳・呼吸困難などの呼吸器症状などがあります。食中毒や食物そのものによる作用（乳糖不耐症など）は除きます。

食物を摂取した後、急速に複数臓器にこれらのアレルギー症状が出ることをアナフィラキシーと呼び、血圧低下や意識障害を伴う場合は、アナフィラキシーショックといわれ、対応が遅れると命に関わることもあります。

●何のための表示なのか

近年、乳幼児から成人に至るまで、特定の食物が原因でアレルギー症状を起こす人が増え、重篤なアナフィラキシーショックを起こす人も年々増加しています。

そこで、食品による健康被害を防止するため、平成14年4月から、容器包装された加工食品にはアレルゲンを表示することになりました。

この表示の目的は、アレルゲンに関する情報を表示することで、アレルギー症状が起こるのを避け、食べても大丈夫な食品を選べるようにすることにあります。

●表示されるアレルギー物質（特定原材料等について）

必ず表示される８品目 （特定原材料）	えび、かに、くるみ、小麦、そば、卵、乳、 落花生（ピーナッツ）
表示が勧められている 20品目 （特定原材料に準ずるもの）	アーモンド、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、ごま、 さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、マカダミ アナッツ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン

※令和6年4月現在

◆表示されるアレルゲンは、食物アレルギーの実態に応じて見直されることがあります。

◆上記の28品目と具体的な表示方法が異なっても、「卵」→『玉子』のように、同じものであることが理解できる表示を代替表記として認めています。

◆可能性表示（「入っているかもしれない」等の表示）は禁止されています。
食物アレルギーでは、極微量でも発症する場合があることから、加工食品１kgに対して数mg以上含まれる場合、表示されます。

◆対面販売で量り売りされる食品は、アレルギー表示の義務はありませんが、健康被害防止のため情報提供を行うよう、自主的な取組が促されています。

■ アレルゲンを含む食品の原材料表示例

※下線部はアレルゲンに関するもの

●個別で表示される場合（原則）

個々の原材料や添加物ごとに、アレルゲンを表示する方法です。（～を含む）等と表示されます。どの原材料に何のアレルゲンが含まれているかが分かります。

名　　称	洋菓子
原材料名	小麦粉（国内製造）、砂糖、植物油脂（大豆含む）、鶏卵、アーモンド、バター、異性化液糖、脱脂粉乳、洋酒、でん粉
添加物	甘味料（ソルビトール）、膨張剤、香料、乳化剤（大豆由来）、着色料（カラメル、カロテン）、酸化防止剤（ビタミンE、ビタミンC）

アレルゲンは添加物にも表示されます。

●一括で表示される場合

加工食品に使われるアレルゲンを、原材料名等の最後にまとめてすべて表示する方法です。

どの原材料にどのアレルゲンが使われているかは分かりませんので、詳しく知りたい時は、製造者・販売者などに問い合わせてください。

名　　称	洋菓子
原材料名	小麦粉（国内製造）、砂糖、植物油脂、鶏卵、アーモンド、バター、異性化液糖、脱脂粉乳、洋酒、でん粉、（一部に小麦・大豆・卵・乳成分・アーモンドを含む）
添加物	甘味料（ソルビトール）、膨張剤、香料、乳化剤、着色料（カラメル、カロテン）、酸化防止剤（ビタミンE、ビタミンC）、（一部に大豆を含む）

※下線部はアレルゲンに関するもの

●アレルゲンの表示は省略される場合もあります。

同じアレルゲンが何度も出てくる場合は、二度目以降は省略されることもあります。

◆ 省略しない例

名　　称	肉だんご
原材料名	豚肉（アメリカ産、国産）、ゼラチン、食塩、砂糖、しょうゆ（大豆・小麦を含む）、香辛料（小麦を含む）、酵母エキス
添加物	調味料（アミノ酸等）

◆ 省略した例

名　　称	肉だんご
原材料名	豚肉（アメリカ産、国産）、ゼラチン、食塩、砂糖、しょうゆ（大豆・小麦を含む）、香辛料、酵母エキス
添加物	調味料（アミノ酸等）

香辛料にも小麦が含まれていますが、しょうゆに「小麦」と表示しているので省略されています。

■ 代替表記と拡大表記

次の表記があれば特定原材料等の表示が省略されることがあります。 例えば、「玉子」や「たまご」の表示をもって、「卵を含む」の表示が省略されることがあります。

代替表記　特定原材料等と表記方法や言葉は異なるが、特定原材料等の表示と同一のものであると認められる表記をいいます。
拡大表記　特定原材料等又は代替表記を含み、特定原材料等を使用していることが理解できる表記をいいます。

■特定原材料の代替表記とその拡大表記（表記例）

	特定原材料等	代替表記	拡大表記（表記例）
特定原材料	えび	海老 エビ	えび天ぷら サクラエビ
	かに	蟹 カニ	上海がに　カニシューマイ マツバガニ
	くるみ	クルミ	くるみパン　くるみケーキ
	小麦	こむぎ コムギ	小麦粉 こむぎ胚芽
	そば	ソバ	そばがき　そば粉
	卵	玉子　たまご タマゴ　エッグ 鶏卵　あひる卵 うずら卵	厚焼玉子 ハムエッグ
	乳	ミルク バター バターオイル チーズ アイスクリーム	アイスミルク　生乳 ガーリックバター　牛乳 プロセスチーズ　濃縮乳 乳糖　加糖れん乳 乳たんぱく　調整粉乳
	落花生	ピーナッツ	ピーナッツバター ピーナッツクリーム

※「卵」について、「卵白」及び「卵黄」については、特定原材料名（卵）を含んでいますが、事故防止の観点から、拡大表記として含む旨の表示を省略することはしないで、「卵白（卵を含む）」及び「卵黄（卵を含む）」と表示されます。

■特定原材料に準ずるものの代替表記とその拡大表記（表記例）

	特定原材料等	代替表記	拡大表記（表記例）
特定原材料に準ずるもの	アーモンド		アーモンドオイル
	あわび	アワビ	煮あわび
	いか	イカ	いかフライ　イカ墨
	いくら	イクラ　すじこ スジコ	イクラ醤油漬け　塩すじこ
	オレンジ		オレンジソース　オレンジジュース
	カシューナッツ		
	キウイフルーツ	キウイ　キウィー キーウィー　キーウィ キウィ	キウイジャム　キウイソース キーウィージャム　キーウィーソース
	牛肉	牛　ビーフ ぎゅうにく　ぎゅう肉 牛にく	牛すじ　牛脂 ビーフコロッケ
	ごま	ゴマ　胡麻	ごま油　練りごま すりゴマ　切り胡麻 ゴマペースト
	さけ	鮭　サケ サーモン　しゃけ シャケ	鮭フレーク　スモークサーモン 紅しゃけ　焼鮭
	さば	鯖　サバ	さば節　さば寿司
	大豆	だいず　ダイズ	大豆煮　大豆たんぱく 大豆油　脱脂大豆
	鶏肉	とりにく　とり肉 鳥肉　鶏 鳥　とり チキン	焼き鳥　ローストチキン 鶏レバー　チキンブイヨン チキンスープ　鶏ガラスープ
	バナナ	ばなな	バナナジュース
	豚肉	ぶたにく　豚にく ぶた肉　豚 ポーク	ポークウインナー　豚生姜焼 豚ミンチ
	マカダミアナッツ	マカデミアナッツ	
	もも	モモ　桃 ピーチ	もも果汁　黄桃 白桃　ピーチペースト
	やまいも	山芋　ヤマイモ 山いも	千切りやまいも
	りんご	リンゴ　アップル	アップルパイ　リンゴ酢 焼きりんご　りんご飴
	ゼラチン		板ゼラチン　粉ゼラチン

遺伝子組換え食品の表示

遺伝子組換え農産物とその加工食品で、表示義務の対象となるものは、大豆、とうもろこし、ばれいしょ、なたね、綿実、アルファルファ、てん菜、パパイヤ及びからしなの９種類の農産物と、これを原材料とし、加工工程後も組み換えられたＤＮＡ又はこれによって生じたたんぱく質が検出できる加工食品33食品群があります。

●表示の対象となる農作物（９作物）

大豆、とうもろこし、ばれいしょ、なたね、綿実、
アルファルファ、てん菜、パパイヤ、からしな

●表示の対象となる加工食品（３３食品群）

大豆

（１）豆腐及び油揚げ類
（２）凍豆腐、おから及びゆば
（３）納豆
（４）豆乳類
（５）みそ
（６）大豆煮豆
（７）大豆缶詰及び大豆瓶詰
（８）きな粉
（９）大豆いり豆
(10)（１)～(９)を主な原材料とするもの
(11) 調理用の大豆を主な原材料とするもの
(12) 大豆粉を主な原材料とするもの
(13) 大豆たんぱくを主な原材料とするもの
(14) 枝豆を主な原材料とするもの
(15) 大豆もやしを主な原材料とするもの

ばれいしょ

(25) ポテトスナック菓子
(26) 乾燥ばれいしょ
(27) 冷凍ばれいしょ
(28) ばれいしょでん粉
(29) 調理用のばれいしょを主な原材料とするもの
(30) (25)～(28)を主な原材料とするもの

アルファルファ

(31) アルファルファを主な原材料とするもの

とうもろこし

(16) コーンスナック菓子
(17) コーンスターチ
(18) ポップコーン
(19) 冷凍とうもろこし
(20) トウモロコシ缶詰及びトウモロコシ瓶詰
(21) コーンフラワーを主な原材料とするもの
(22) コーングリッツを主な原材料とするもの（コーンフレークを除く。）
(23) 調理用のトウモロコシを主な原材料とするもの
(24) (16)～(20)を主な原材料とするもの

てん菜

(32) 調理用のてん菜を主な原材料とするもの

パパイヤ

(33) パパイヤを主な原材料とするもの

主な原材料とは、原材料の重量に占める割合の高い原材料の上位３位までのもので、かつ原材料の重量に占める割合が５％以上のものです。

■表示方法

●従来のものと組成、栄養価等が同等のもの
（除草剤の影響を受けないようにした大豆、害虫に強いとうもろこしなど）

（１）農産物及びこれを原材料とする加工食品であって、加工後も組み換えられたDNA又はこれによって生じたたんぱく質が検出できるとされているもの
（前ページに掲げる9作物及び33食品群）

★ 遺伝子組換え大豆
○ 非遺伝子組換え大豆

	表示例	
分別生産流通管理(※a)をして遺伝子組換え農産物を区別している場合及びそれを加工食品の原材料とした場合	「大豆（遺伝子組換え）」等	義務表示
分別生産流通管理(※a)をせず、遺伝子組換え農産物及び非遺伝子組換え農産物を区別していない場合及びそれを加工食品の原材料とした場合 分別生産流通管理(※a)をしたが、遺伝子組換え農産物の意図せざる混入(※b)が５％を超えていた場合及びそれを加工食品の原材料とした場合	「大豆（遺伝子組換え不分別）」等	義務表示
分別生産流通管理(※a)をして、意図せざる混入(※b)を５％以下に抑えている大豆及びとうもろこし並びにそれらを原材料とする加工食品	「大豆（分別生産流通管理済み）」 「原材料に使用しているトウモロコシは遺伝子組換えの混入を防ぐため分別生産流通管理を行っています」等	任意表示
分別生産流通管理(※a)をして、遺伝子組換えの混入がないと認められる大豆及びとうもろこし並びにそれらを原材料とする加工食品	「大豆（遺伝子組換えでない）」 「大豆（非遺伝子組換え）」　等	任意表示

（※a）分別生産流通管理とは、遺伝子組換え農産物と非遺伝子組換え農産物を生産、流通及び加工の各段階で善良なる管理者の注意をもって分別管理し、それが書類により証明されていることをいいます。

（※b）大豆及びとうもろこし以外の対象農産物については、意図せざる混入率の定めはありません。それらを原材料とする加工食品に「遺伝子組換えでない」と表示する場合は、遺伝子組換え農産物の混入が認められないことが条件になります。

（２）組み換えられたDNA及びこれによって生じたたんぱく質が、加工後に検出できない加工食品（大豆油、しょうゆ、コーン油、異性化液糖等）

「大豆（遺伝子組換え不分別）」等
「大豆（遺伝子組換えでない」等
— 任意表示

■表示が省略できる場合

（１）組換えDNA及びたんぱく質が除去、分解されているもの
　組換えか否かを検査する技術的な検証が困難であることや、組換えDNA及びたんぱく質が除去、分解されている場合まで表示する必要性があるかという考え方のもとによります。
　例：醤油、大豆油、コーン油、コーンフレーク等

（２）主な原材料となっていないもの
　全原材料中重量が上位３品目以上で、かつ、食品中に占める重量が５％以上のものに限り、表示する義務があります。

ただし、表示義務がある９種類の農作物及び加工食品33食品群以外の食品に、「遺伝子組換えではない」と表示することはできません。

●組成、栄養価等が通常の農産物と著しく異なる遺伝子組換え農産物もあり、表示がされています。

　表示の対象
　・ステアリドン酸産生遺伝子組換え大豆
　・高リシン遺伝子組換えとうもろこし
　・エイコサペンタエン酸（ＥＰＡ）産生遺伝子組換えなたね
　・ドコサヘキサエン酸（ＤＨＡ）産生遺伝子組換えなたね
　・上記の加工食品

表示例

「大豆（ステアリドン酸産生遺伝子組換え）」等 ―― **義務表示**

添加物の表示

添加物を食品に使用した場合は、原則としてすべて表示されることになっています。

■物質名で表示する場合

使用された添加物はすべて物質名表示が原則です。
別名、簡略名、類別名のいずれかで表示されることもあります。

【表示の例】

品　名　（別　名）	簡略名 または 類別名
サッカリンナトリウム（溶性サッカリン）	サッカリンNa（簡略名）
食用赤色102号（ニューコクシン）	赤色102号又は赤102（簡略名）
L -アスコルビン酸（ビタミンC）	アスコルビン酸又はV. C（簡略名）
β-カロテン（β-カロチン）	カロチノイド色素（類別名）
硫酸アルミニウムカリウム（焼ミョウバン）	ミョウバン（簡略名）
水酸化カルシウム（消石灰）	水酸化Ca（簡略名）

■用途名を併記する場合

添加物の物質名だけではなく、その用途目的も併せて表示した方が分かりやすいため、８種類の用途のものには、用途名と物質名が併記されます。

【表示の例】

用　途　名	表　示　例
① 甘味料	甘味料(サッカリンNa)、甘味料(ステビア)
② 着色料	着色料（赤２）、着色料（黄４）
③ 保存料	保存料(安息香酸Na)、保存料(ソルビン酸K)
④ 増粘剤、安定剤、ゲル化剤または糊料	安定剤（CMC）、ゲル化剤（ペクチン）
⑤ 酸化防止剤	酸化防止剤（BHT）、酸化防止剤（V. C）
⑥ 発色剤	発色剤（亜硝酸Na）、発色剤（硝酸K）
⑦ 漂白剤	漂白剤（亜硫酸Na）、漂白剤（亜硫酸塩）
⑧ 防かび剤 または 防ばい剤	防かび剤（OPP）または防ばい剤（OPP）

※ 添加物の物質名の表示中、「色」の文字を含む場合は着色料、「増粘」の文字を含む場合は増粘剤又は糊料の用途名表示を省略することができます。

例：「着色料（カラメル色素）」→「カラメル色素」
「増粘剤（増粘多糖類）」→「増粘多糖類」

※ 甘味料のうち、「アスパルテーム」においては、「Ｌ－フェニルアラニン化合物」である旨を併記します。

■一括名で表示する場合

添加物には、香料のように微量なものを多種類配合したものや、ガムベースのように複数の成分を組み合わせることで、初めてチューインガムの基材となるものがあります。これらは、多種類の物質名を表示するより、目的効果ごとに表示した方が分かりやすいため、一括名で表示することができます。
なお、一括名で表示されるのは14種類で、その目的に使用された場合に限られます。

【表示の例】

一　括　名	使用目的例
① イーストフード	イーストの栄養源
② ガムベース	チューインガムの基材
③ かんすい	中華麺の製造
④ 苦味料	苦味の付与、増強
⑤ 酵素	炭水化物やたんぱく質の分解などを行う
⑥ 光沢剤	食品に光沢を与える
⑦ 香料	香りの付与、増強
⑧ 酸味料	酸味の付与、増強
⑨ 軟化剤	チューインガムを柔軟に保つ
⑩ 調味料	味の付与、調整
⑪ 豆腐用凝固剤または凝固剤	豆乳を凝固させる
⑫ 乳化剤	食品の乳化、気泡剤
⑬ pH調整剤	適切なpH領域に保つ
⑭ 膨脹剤､膨張剤､ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、ふくらし粉	パン、菓子等の製造工程でガスを発生して生地を膨脹させる

■表示が省略できる場合

①加工助剤

食品の加工の際に添加されるもので、次に該当する場合は表示が免除されます。
・食品の完成前に除去されるもの
・食品に通常含まれる成分に変えられ、その成分の量を明らかに増加させないもの
・食品に含まれる量が少なく、その食品に影響を及ぼさないもの

②キャリーオーバー

食品の原料より持ち越された添加物のうち、添加物としての効果を発揮しないことをキャリーオーバーといいます。次の３つの全てに該当する場合は表示が免除されます。
・食品の原材料の製造又は加工の過程において使用される
・食品の製造又は加工の過程において使用されないもの
・食品中に効果を発揮できる量より少ない量しか含まれていないもの

③店頭でばら売りする場合

店頭でばら売りする食品についても、防かび剤など一部の添加物を除き、表示は免除になります。

加工食品の原料原産地表示

国内で製造された全ての加工食品（輸入品を除く）には、原材料に占める重量割合上位１位の原材料の原産地が表示されています。

なお、国内で製造された加工食品であって、原産地に由来する原料の品質の差異が、加工食品としての品質に大きく反映されると認識される22加工食品群と個別に定めのある５品目については、個別に表示方法が規定されています。

原料原産地表示の対象	22加工食品群と、個別に定めのある５品目（輸入品を除く）	それ以外の加工食品（輸入品を除く）
表示範囲と表示方法	22加工食品群については、製品に占める重量割合が50％以上である原材料、５品目については、個別に表示方法が規定 原則、国別重量順表示	重量割合上位１位の原材料 原則、国別重量順表示 ・国別重量表示が困難な場合、「又は表示」「大括り表示」「大括り表示+又は表示」が可能 ・対象原材料が加工食品の場合、「製造地表示」をする。 （22加工食品群と５品目については旧来どおり）

■個別に定められた方法で表示が義務付けられているもの

個別に定められた方法で原材料の原産地を表示します。

（１）農産物漬物は、重量割合上位４位（内容量が300g以下のものにあっては、上位３位）かつ５％以上の原材料

（２）野菜冷凍食品は、重量割合上位３位かつ５％以上の原材料

（３）うなぎ加工品は、うなぎ

（４）かつお削りぶしは、かつおぶし

（５）おにぎりは、のり

※おにぎりの範囲

コンビニエンスストア等で、「のりが販売時には既に巻かれているもの」や、「食べる前にのりを自ら巻くような形態で売られているもの」など、消費者が一般的におにぎりと認識するものを対象範囲とし、以下のものは対象範囲外です。

①唐揚げ、たくあんなどの「おかず」と一緒に容器包装に入れたもの

②巻き寿司、軍艦巻き、手巻き寿司等、いわゆるお寿司に該当するもの

■品目横断的な規定で表示が義務付けられている22加工食品群

原材料のうち、原材料に占める重量の割合が最も多く、かつ、重量の割合が50％以上であるものの原産地を表示します。

ただし、⑤緑茶・緑茶飲料にあっては、荒茶の原材料、⑥もちにあっては米穀、⑧黒糖・黒糖加工品にあっては黒糖の原材料、⑨こんにゃくにあってはこんにゃくいも、⑱こんぶ巻にあってはこんぶを対象とします。

農産物加工品	
① **乾燥**させた きのこ・野菜・果実（フレーク状又は粉末状にしたものを除く）	
② **塩蔵**した きのこ・野菜・果実（農産物漬物を除く。）	
③ **ゆで**または**蒸した** きのこ・野菜・豆類とあん（缶詰、瓶詰、レトルトパウチ食品を除く。）	
④ **異種混合**して**カット**した　野菜・果実、 **異種混合**した　野菜・果実・きのこ	
⑤ 緑茶・緑茶飲料	⑥ もち
⑦ **炒り**または**揚げた** 落花生・豆類	⑧ 黒糖・黒糖加工品
⑨ こんにゃく	
畜産物加工品	
⑩ **調味**した食肉（加熱調理したもの、調理冷凍食品に該当するものを除く）	
⑪ **ゆで**または**蒸した** 食肉・食用鳥卵（缶詰、瓶詰及びレトルトパウチ食品を除く。）	
⑫ 表面を**あぶった**食肉	
⑬ フライ種として**衣をつけた**食肉（加熱調理したもの、調理冷凍食品に該当するものを除く）	
⑭ 合挽肉・異種混合した食肉（肉塊又は挽肉を容器に詰め、成形したものを含む。）	
水産物加工品	
⑮ **素干**または**塩干**、**煮干**した 魚介類・海藻類、干のり・焼きのり（細切若しくは細刻したもの又は粉末状にしたものを除く）	
⑯ **塩蔵**した 魚介類・海藻類	
⑰ **調味**した 魚介類・海藻類（加熱調理したもの、調理冷凍食品、缶詰、瓶詰、レトルトパウチ食品を除く）	
⑱ こんぶ巻	
⑲ **ゆで**または**蒸した** 魚介類・海藻類（缶詰、瓶詰及びレトルトパウチ食品を除く。）	
⑳ 表面を**あぶった**魚介類	
㉑ フライ種として**衣を付けた**魚介類（加熱調理したもの、調理冷凍食品に該当するものを除く）	
その他	
㉒ 生鮮食品を異種混合したもの	

原料原産地の表示方法

■国別重量順表示

対象原材料の産地について、国別に重量割合の高いものから順に国名を表示する「国別重量順表示」が原則です。主な原材料が国産品の場合は国産である旨を、輸入品の場合は原産国名を表示します。

国産の場合は、

農産物：都道府県名その他一般に知られている地名
畜産物：主たる飼養地が属する都道府県名その他一般に知られている地名
水産物：生産(採取及び採捕を含む)した水域の名称、水揚げした港名、水揚げした港または主たる養殖場が属する都道府県名その他一般に知られている地名

のように表示することも可能です。

【表示の例】

(1)原料原産地を設けて表示する方法

名　　称	あじの開き
原　材　料　名	あじ、食塩
原料原産地名	A国（あじ）

(2)原材料名欄に括弧書きで表示する方法

名　　称	あじの開き
原　材　料　名	あじ(A国)、食塩

注：うなぎ加工品・かつお削りぶしは、この表示方法に限ります

(3)原料原産地名が複数ある場合の表示方法

名　　称	ウインナーソーセージ
原　材　料　名	豚肉(アメリカ産、国産、その他)、豚脂肪、・・・

→2カ国以上の産地の原材料を混ぜて使用している場合には、多い順に国名を表示します。原材料の産地が3カ国以上ある場合は、多く使用されている順に2カ国を表示し、3カ国目以降は、「その他」とまとめて表示することもできます。

■製造地表示

1番多い原材料が加工食品の場合は、原則としてその製造地を「○○製造」という形で表示します。

【表示の例】

名　　称	チョコレートケーキ
原　材　料　名	チョコレート(ベルギー製造)、小麦粉、・・・

１番多い原材料に使用された生鮮食品の産地が判明している場合には、「○○製造」の代わりにその産地を表示することもあります。

名　　称	チョコレートケーキ
原　材　料　名	チョコレート、小麦粉、・・・
原料原産地名	ガーナ(カカオ豆)、インドネシア(カカオ豆)

■「又は」表示

原産地として使用可能性がある複数国を、使用が見込まれる重量割合の高いものから順に「又は」でつなぎ、過去の使用実績等に基づいて表示する方法です。根拠となる資料の保管が必要です。

【表示の例】

名　　称	ビーフジャーキー
原　材　料　名	牛肉(アメリカ又はロシア)、砂糖、ぶどう糖、みりん、・・・

※牛肉の産地は、○年の使用実績順
（一定期間使用割合の高いものから順に表示した旨を表示）

また、「又は」表示をした場合であって、過去の使用実績等における平均使用割合が５％未満の産地は、「アメリカ産又は国産（５％未満）」と表示されます。この場合、国産が５％未満であったことを示しています。

■大括り表示

3カ国以上の外国の原産地を「輸入」と括って表示する方法です。根拠となる資料の保管が必要です。

【表示の例】

名　　称	肉団子
原　材　料　名	豚肉(輸入)、ゼラチン、食塩、砂糖、・・・

■大括り表示 ＋「又は」表示

過去の一定期間における国別使用実績又は今後の一定期間の国別使用計画からみて、「輸入」と「国産」を、重量割合の高いものから順に「又は」でつないで表示する方法です。根拠となる資料の保管が必要です。

【表示の例】

名　　称	ウインナーソーセージ
原　材　料　名	豚肉(国産又は輸入)、豚脂肪、・・・

※豚肉の産地は、○年の使用実績順
（一定期間使用割合の高いものから順に表示した旨を表示）
→例示した表示の場合、原材料の豚肉が、○年の使用実績において、「国産」の方が「輸入」でまとめた外国の産地の合計よりも多く使用されていたことを意味しています。

保健機能食品

「おなかの調子を整えます」「脂肪の吸収をおだやかにします」など、健康の維持増進に役立つ食品の機能性を表示できる保健機能食品には、次の３種類があります。
それぞれの特徴を理解して、利用しましょう。

■特定保健用食品（トクホ）

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。

■栄養機能食品

一日に必要な栄養成分（ビタミン、ミネラルなど）が不足しがちな場合、その補給・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。

■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食品に表示するものです。事業者は、販売前に安全性及び機能性の根拠に関する情報などを消費者庁長官へ届出ますが、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。

機能性表示食品には、次のような特徴があります。

（１）疾患に罹患していない方(未成年者､妊産婦､(妊娠を計画している方を含む。)及び授乳婦を除く。)を対象にした食品です。
（２）生鮮食品を含め、すべての食品(一部除く。)が対象となっています。
（３）安全性及び機能性の根拠に関する情報、健康被害の情報収集体制など必要な事項が、商品の販売前に事業者より消費者庁長官に届け出られます。
（４）特定保健用食品とは異なり、国が安全性と機能性の審査を行っていません。
（５）届け出られた情報は消費者庁のウェブサイトで公開されます。
https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/foods_with_function_claims/

「保健機能食品」利用のポイント

① 食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスをとることが大切です。食生活、生活習慣の改善に補助的に利用しましょう。

② 保健機能食品は、たくさん摂取すればより多くの効果が期待できるというものではありません。過剰な摂取が健康に害を及ぼす場合もあります。
パッケージに表示してある注意喚起事項をよく確認して、摂取するようにしましょう。

③ 体調に異変を感じた際は、速やかに摂取を中止し、医師に相談してください。
また、商品による健康被害が発生した場合は、パッケージに表示されている連絡先に連絡するほか、最寄りの保健福祉事務所（保健所）へご連絡ください。

栄養成分表示

どのような栄養成分がどのくらい含まれているのか食品を見ただけでは分かりませんが、それを分かりやすく表示したのが栄養成分表示です。消費者にとっては、適切な食生活のための食品選択に必要な情報であり、栄養成分の過不足の確認等に役立てることができます。食品関連事業者に対し、原則として、全ての消費者向けの加工食品及び添加物への栄養成分表示が義務（※）付けられました。

義務：エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、ナトリウム(食塩相当量で表示)
推奨：飽和脂肪酸、食物繊維
任意：ｎ-３系脂肪酸、ｎ-６系脂肪酸、糖質、糖類、コレステロール、ビタミン・ミネラル類

【義務表示事項のみ表示される場合の例】

栄養成分表示　（1個あたり）	
エネルギー	○○kcal
たんぱく質	○○g
脂質	○○g
炭水化物	○○g
食塩相当量	○.○g

食品単位は、100g・100ml・1食分・1包装・その他の1単位 のいずれかが表示されます。

表示の順番は決まっています。

高血圧予防の観点で重要度が高い「ナトリウム」を、消費者への分かりやすさを考慮して「食塩相当量」に換算し、小数点第1位まで表示されます。

（※）消費税納税義務が免除されている小規模事業者や、表示可能面積が概ね30㎠以下など、一定の条件に当てはまる場合は、表示が省略されることもあります。

栄養強調表示

食品表示基準における栄養強調表示とは、ある栄養成分について、当該食品中に高い旨又は含む旨、低い旨又は含まない旨、さらに強化された旨又は低減された旨を強調することをいいます。

■「高い」「含む」旨の表示または「含まない」「低い」旨の表示

定められた当該栄養成分の下限や上限の基準を満たしている場合に表示されます。

■「強化された」旨の表示または「低減された」旨の表示

栄養成分の量又は熱量について、比較する他の食品との差が定められた基準値以上であることが必要です。これに加え、たんぱく質と食物繊維については、強化された割合が25％以上であると「強化された」旨が表示できます。「低減された」旨の表示は低減された割合が25％以上であることも表示に必要な条件です。

■無添加強調表示

糖類を添加していない旨の表示や、ナトリウム塩を添加していない旨の表示は、それぞれ一定の条件を満たす場合のみ表示することができます。

不当景品類及び不当表示防止法（景品表示法）

■景品表示法の概要

（１）目的

消費者を惑わす過大な景品付き販売や、誇大な広告、不当な表示を規制し、消費者の利益を保護するための法律です。

（２）法律の特徴

他の法令と異なり、特定の表示を禁止するものではありません。また、書いてはいけないことも細かく定められてはいません。消費者が見たときに、事実に反して優良または有利な印象を受けるような表示を禁止するものです。

■不当表示の種類

●優良誤認（品質、規格その他の内容についての不当表示）

①実際のものよりも著しく優良であると示す表示
例：「バターをたっぷり練り込んだ」と表示しているが、バターを使っていない。

②事実に相違して競争事業者のものよりも著しく優良であると示す表示
例：「合成着色料不使用は当社だけ」と表示しているが、実際には他社でも同様

●有利誤認（価格その他の取引条件についての不当表示）

①実際のものよりも著しく有利であると誤認される表示
例：「キャンペーン期間につき増量」と表示しているが、通常の内容量と同様

②競争事業者のものよりも著しく有利であると誤認される表示
例：「他社のどの商品よりもお得」と表示しているが、実際には他社と同様

●その他 誤認されるおそれのある表示

不当に顧客を勧誘し、一般消費者による自主的かつ合理的な選択を阻害するおそれがあると内閣総理大臣が指定するもの。このうち、食品に関するものは次の２つ。

①無果汁の清涼飲料水等についての表示
果実の名称等を用いた無果汁の清涼飲料水等について、無果汁である旨が明瞭に記載されていない表示

②商品の原産国に関する不当な表示（原産国の判別が困難な表示等）
緑茶や紅茶については、荒茶の製造の行われた国が原産国となります。日本産の茶葉と外国産の茶葉をブレンドした場合の原産国は、日本及び当該外国となります。原産国が２か国以上になる場合には、配合量の多い順に表示することになります。

■公正競争規約

景品表示法に基づき、消費者庁長官及び公正取引委員会の認定を受け、様々な事業者団体が自主的に表示についてのルール（公正競争規約）を定め、適正な表示に努めています。規約では必要な表示事項や特定事項の表示の基準、特定用語の表示の禁止などが定められており、規約の参加事業者の商品で、規約に従い適正な表示をしていると認められる商品については「公正マーク」が付けられています。

【公正マークの例】

牛乳　はちみつ　ﾊﾑ･ｿｰｾｰｼﾞ類　生めん類　みそ

■メニュー・料理の食品表示に係る景品表示法上の考え方

これまでに、ホテルや百貨店、レストラン等が提供するメニュー・料理等の食品表示が、実際に使用されていた食材と異なる事例が相次ぎ、消費者の信頼を著しく損なわれる事態が発生しました。

料理等の表示に関しても、一般消費者に対して実際のものよりも著しく優良であることを示す表示、つまり、「優良誤認表示」に当たる場合であることから、消費者庁では平成26年３月にメニュー・料理等の食品表示に係る景品表示法上の考え方を具体的な事例で分かりやすく示した「メニュー・料理等の食品表示に係る景品表示法上の考え方（ガイドライン）」を作成し、誇大表示の防止策に取り組んでいます。

計量法

（１）目的

計量法第１条では「この法律は、計量の基準を定め、適正な計量の実施を確保し、もって経済の発展及び文化の向上に寄与することを目的とする。」と規定しています。

（２）適正な計量の実施

同法第10条では、「物象の状態の量について、法定計量単位により取引又は証明における計量をする者は、正確にその物象の状態の量の計量をするように努めなければならない。」と計量者の義務を定めています。

（３）特定商品の計量

同法第12条では、「政令（特定商品の販売に係る計量に関する政令）で定める商品（「特定商品」という。）の販売の事業を行う者は、特定商品をその特定物象量を法定計量単位により示して販売するときは、政令で定める誤差（「量目公差」（※）という。）を超えないように、その特定物象量の計量をしなければならない。」と定めています。

（４）密封をした特定商品に係る特定物象量の表記

同法第１３条では、特定商品をその特定物象量（重量、体積または面積）に関し密封をするときは、量目公差を超えないようにその特定物象量の計量をして、その容器又は包装に内容量を表記するように定めています。また、その際には表記する者の氏名又は名称及び住所を付記すべきことを定めています。

密封したときに内容量の標記を義務づけられている特定商品（一部抜粋）	
○精米及び精麦 ○豆類（未成熟のものを除く。）のうちの加工していないもの ○米粉、小麦粉その他の粉類 ○でん粉 ○野菜缶詰及び瓶詰、トマト加工品並びに野菜ジュース ○果実漬物及び冷凍食品（果実） ○茶、コーヒー及びココアの調整品 ○もち、オートミールその他の穀類加工品 ○食肉（鯨肉を除く。）並びにその冷凍品及び加工品 ○はちみつ ○食塩、みそ、うま味調味料、風味調味料、カレールウ、食用植物油脂、ショートニング及びマーガリン類 ○ソース、めん類等のつゆ、焼肉等のたれ及びスープ ○しょうゆ及び食酢 ○即席しるこ及び即席ぜんざい ○清涼飲料水の粉末、つくだに、ふりかけ並びにごま塩、洗いごま、すりごま及びいりごま ○飲料（医薬用のものを除く。） ○あん、煮豆、きなこ、ピーナッツ製品及びはるさめ ○野菜漬物（らっきょう漬以外の小切り又は細刻していない漬物を除く。）及び冷凍食品（野菜） ○きのこの加工品及び乾燥野菜 ○果実缶詰及び瓶詰、ジャム、マーマレード、果実バター並びに乾燥果実 ○砂糖（細工もの又は角砂糖以外のもの） ○香辛料（破砕し、又は粉砕したもの） ○めん類（ゆでめん又はむしめん以外のもの）	○ビスケット類、米菓及びキャンデー（ナッツ類、クリーム、チョコレート等をはさみ、入れ、又は付けたものを除くものとし、一個の質量が３グラム未満のものに限る。） ○油菓子（一個の質量が３グラム未満ものに限る。） ○水ようかん（くり、ナッツ類等を入れたものを除くものとし、缶入りのものに限る。） ○プリン及びゼリー（缶入りのものに限る。） ○チョコレート（ナッツ類、キャンデー等を入れ、若しくは付けたもの又は細工ものを除く。） ○スナック菓子（ポップコーンを除く。） ○牛乳（脱脂乳を除く）及び加工乳並びに乳製品（乳酸菌飲料を含みアイスクリーム類を除く。） ○冷凍貝柱及び冷凍えび ○干しかずのこ、たづくり及び素干しえび ○魚（魚卵を含む。）、貝、いか、たこその他の水産動物（食用のものに限り、ほ乳類を除く。）を煮干し、又はくん製したもの ○冷凍食品（加工した貝、いか及びえびを凍結させ、容器に入れ、又は包装したものに限る。） ○たら又はたいのそぼろ又はでんぶ及びうにの調味加工品 ○塩かずのこ、塩たらこ、すじこ、いくら及びキャビア ○水産物缶詰、魚肉ハム及び魚肉ソーセージ、節類及び削節類、塩辛製品並びにぬか、かす等に漬けた水産物 ○海藻及びその加工品（生鮮のもの、冷蔵したもの、干しのり又はのりの加工品以外のもの） ○調理食品のうち、調理冷凍食品、チルド食品、レトルトパウチ食品並びに缶詰及び瓶詰

医薬品、医療機器等の品質、有効性及び安全性の確保等に関する法律（医薬品医療機器等法）

いわゆる健康食品に、医薬品に該当する成分を配合したり、医薬品的な効能効果などの表示、広告を行うと法律違反になります。

法律でこのような規制を行うのは、消費者に「医薬品」的な誤認を与えるような食品が流通することにより、医薬品と食品に対する概念を混乱させたり、消費者に正しい医療を受ける機会を失わせ、疾病が悪化するといった保健衛生上の危害発生を未然に防ぐためです。

「医薬品的な効能効果」とは、病気の治療又は予防を目的とする効能効果及び身体の機能の一般的増強、増進を主たる目的とする効能効果などのことをいいます。
表示には、食品の容器に直接表示する場合のほか、以下のような方法も含まれます。

①容器、包装、添付文書等の表示物
②チラシ、パンフレット
③テレビ、インターネット、ラジオ、新聞、雑誌の広告
※④代理店、販売店に教育用と称して配布される商品説明資料
※⑤使用経験者の感謝文、体験談集
※⑥店内広告
※⑦店頭、説明会、相談会等での口頭で行われる演述
※⑧小冊子、書籍

※ 特定の商品名を示していない場合でも、商品と同一売場に置いたり、特定の商品の購入申込書とともに送付した場合には、広告とみなされます。

■医薬品的な効能効果と判断される事例

1.疾病の治療又は予防を目的とする表現
例：「ガンの予防に」、「糖尿病、高血圧、動脈硬化の人に」、「便秘の解消に」など

2.身体の組織機能を増強、増進する表現
例：「疲労回復」、「強精強壮」、「老化防止」、「血液浄化」など

3.疾病等による栄養素の欠乏時等に使用することを特定した表現
例：「病中病後の体力低下時の栄養補給に」、「肉体疲労時の栄養補給に」など

4.「頭髪」、「目」、「皮膚」等の特定部位への「栄養補給」等を標榜し、その部位の改善、増強等が可能となる表現
例：「目の健康に役立つ〇〇を配合」など

健康増進法

■虚偽誇大広告等の禁止

健康保持増進効果等に関する広告等について、「著しく事実に相違する」又は「著しく人を誤認させる」ような表示をしてはいけません。例えば、以下のような表示は、表示内容のみで事実と相違する又は人を誤認させると判断できるため、規制の対象となります。(健康増進法第65条第１項)

● 医事・薬事・健康増進等に関連する事務を所掌する行政機関等による認証、推薦等を取得していることを表示していても、そのような制度が実在しない場合や、当該認証等の制度の趣旨とは異なる趣旨により表示することにより、健康保持増進効果等が認証等を受けたものと誤認させる場合

表　示　例	考　え　方
厚生労働省から輸入許可を受けたダイエット用健康食品です。	食品の輸入にあたって、厚生労働省が個別の許可を行う制度は設けられていないが、こうした表示をすることにより、厚生労働省が当該健康食品の効果を個別に認証していると認識されて、健康の保持増進の効果があることが確認されていると誤認される。

● 医師や歯科医師の診断・治療によらなければ一般的に治癒が期待できない疾患について、医師又は歯科医師の診断、治療等によることなく治癒できるかのような表現を用いている場合

表　示　例	考　え　方
医者に行かずともガンが治る！	医師による診断・治療が必要な重篤な疾病を治癒することができると誤認を与えるため、誇大表示に該当する。

● 最上級（最高、絶対、抜群）などの表現を用いている場合

表　示　例	考　え　方
最高のダイエット食品	通常、健康の保特増進の効果は、個々人の健康状態や生活習慣等多くの要因により異なっており、最高の効果を発揮することは立証できないため、最上級の表現を用いる広告等は虚偽表示に該当する。

● 断定的な表現にはよらずに、伝聞、他者の表現等を通じて健康の保持推進の効果がある可能性を表示している場合

表　示　例	考　え　方
○○に効くと言われています。	伝聞調により表示し、世間の噂・評判・伝承・ロコミ・学説等があること等をもって、健康の保持増進の効果がある旨を強調し、又は暗示するものについても、誇大表示に該当する。 曖昧な表現により反証の余地を最小化したとしても、社会通念に照らして事実と認め得ない場合には虚偽表示に該当する。

※消費者庁通知
「食品として販売に供する物に関して行う健康保持増進効果等に関する虚偽誇大広告等の禁止及び広告等適正化のための監視指導等に関する指針(ガイドライン)に係る留意事項について」より

■ 参考文献 ■

- 消費者庁　ホームページ

  https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/food_labeling_act/
- 消費者庁パンフレット

  「知っておきたい食品の表示」

■ 著作権について ■

- 「ググっと役立つ食品表示ガイド」に掲載されている情報（文章、写真、イラスト、画像など）は、著作権の対象となっています。
- 「私的使用のための複製」や「引用」など著作権法上認められた場合を除き、無断で複製・転用することはできません。

ググっと役立つ食品表示ガイド

群馬県健康福祉部 食品･生活衛生課

令和７年４月　作成

〒371－8570 群馬県前橋市大手町１－１－１

電話：０２７－２２６－２４２１

E-mail：shokuseika@pref.gunma.lg.jp