

食品衛生ニュース No. 121

もくじ

アレルギー表示

マカダミアナッツが推奨品目に追加 1 P

「健康食品の表示制度」について 2～3 P

カビに注意しましょう！ 3 P

第 13 回食の安全セミナーを開催しました 4 P

発行 2024年6月3日

江東区保健所 生活衛生課 食の安全係

TEL 03-3647-5812

<http://www.city.koto.lg.jp/fukushi/ese/shokuhin/>

*食品衛生ニュースのバックナンバーは

ホームページに掲載してあります。

アレルギー表示 マカダミアナッツが推奨品目に追加

表示の対象となるアレルゲンは、表示が義務づけられている「特定原材料」と表示を推奨する「特定原材料に準ずるもの」に分類されます。

これらは、消費者庁における実態調査により、食物アレルギー症状を引き起こすことが明らかになった原因物質について、特に発症数や重篤度を検討して決められています。

食物アレルギーの原因物質は、時代の変化と共に変わっていく可能性があるため、

新たな知見や報告が得られれば、適宜、食品表示基準の見直しが行われます。

令和6年3月28日、「マカダミアナッツ」が特定原材料に準ずるものに追加され、「まつたけ」が特定原材料に準ずるものから削除されました。

食物アレルギーのある方は、表示をよく見て購入してください。食品等事業者の方々は、自社製品の表示について確認してください。

●食品のアレルギー表示対象食品

品目		表示例
特定原材料	えび、かに、くるみ、小麦、そば、卵、乳、落花生	〈表示が義務〉 ・マヨネーズ（卵を含む） ・チョコレート（乳成分を含む）
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、	〈表示を推奨〉 ・ショートニング（大豆・牛肉を含む）

「健康食品の表示制度について」

令和6年3月に「紅麹を原料とする機能性表示食品」について健康被害が発生したとして、製品を回収をする旨が、販売会社より公表されました。

各都道府県等においては当該製品に関する健康被害等について調査を続けています。

今回問題になった「機能性表示食品」とはどのような食品でしょうか？

いわゆる「健康食品」とは

サプリメント等のいわゆる「健康食品」は、栄養補助や健康の維持・増進を目的に使用される食品全般を指すものです。（図1）

法律上の定義は無く、医薬品以外の口から摂取する食品で、健康の維持・増進に特別に役立つことを謳って販売されたり、そのような効果を期待して摂られている食品全般を指しているものです。

このいわゆる「健康食品」のうち、国の制度として栄養や保健機能に関する食品表示を制度化したものが「保健機能食品制度」（図2）です。

保健機能食品には「機能性表示食品」の他に「特定保健用食品（トクホ）」と「栄養機能食品」という3種類があります。

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、からだの生理学的機能等に影響を与える保健効能成分（関与成分）を含み、「コレステロールの吸収を抑える」等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

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、特に届出等をしなくても、国が定めた表現によって機能性を表示することができる自己認証制度です。

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等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。

「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」等、特定の保健の目的が期待できる（健康の維持及び増進に役立つ）という食品の機能性を表示することができる食品です。

図1

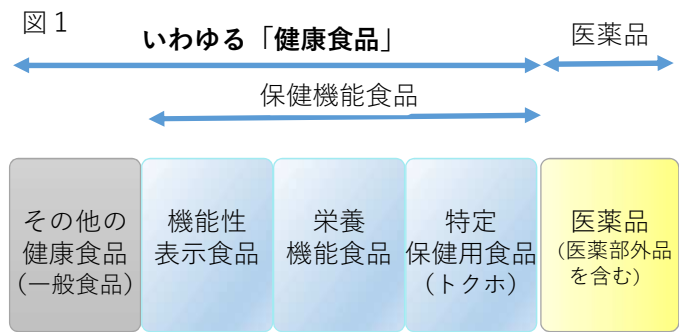
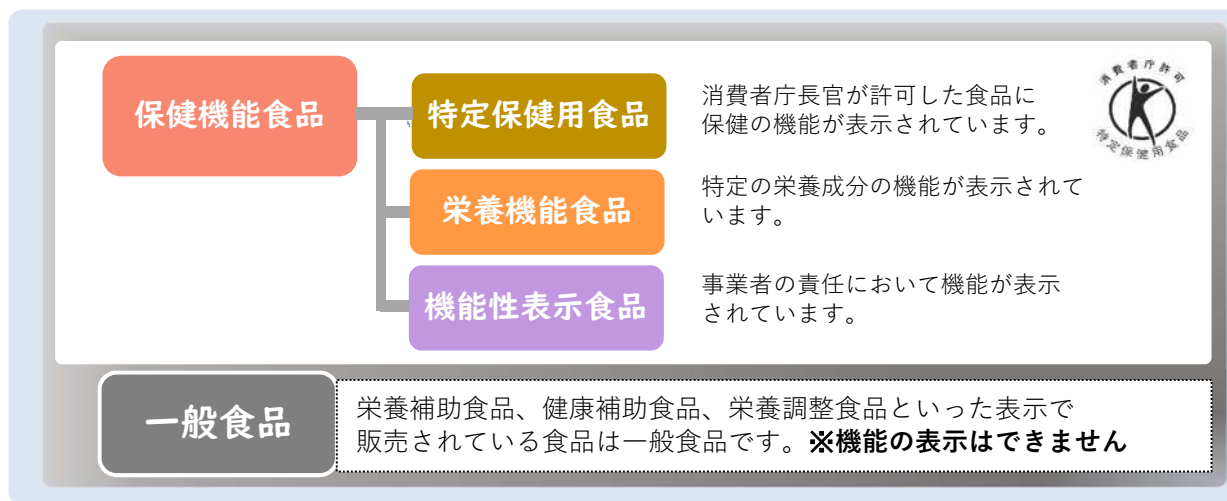


図2



機能性表示食品の特徴

- 疾病に罹患していない方を対象にした食品です。（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。）
- 生鮮食品を含め、すべての食品（一部除く）が対象。
- 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。
- 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。
- 届け出された情報は消費者庁のウェブサイトで公開されます。

【機能性表示食品として表示ができない食品】

- アルコールを含む飲料、塩分・糖分・脂質等の過剰摂取につながる食品
- 「専ら医薬品として使用される成分本質（原材料）リスト」に指定された成分を含んだ食品
- 栄養機能食品、特別用途食品（病気の方、乳幼児、高齢者等、通常の食事を食べることが出来ない人のための特別な用途を目的とした食品）
- 病気の罹患者、未成年、妊産婦（妊娠を計画している方を含む）および授乳婦を対象とした食品

機能性表示食品の安全性や機能性はどのように確保されているの？

【安全性の評価】

以下のいずれかによって、評価されます

- いままで広く食べられていたかどうかの食経験
- 安全性に関する既存情報の調査
- 動物や人を用いた安全性試験の実施

医薬品との相互作用等についても評価されます。

【機能性の評価】

以下のいずれかによって、評価されます

- 最終製品を用いた臨床試験
- 最終製品又は機能性関与成分に関する文献調査（研究レビュー）

「どのような科学的根拠に基づいて」「どのような人が」「どのように摂取すると」「どのような機能性があるか」が明らかにされます。

◇利用時のポイント

■ **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
- パッケージには、一日当たりの摂取目安量、摂取の方法、摂取する上での注意事項が表示されていますので、よく読みましょう

■ **体調に異変を感じた際は、速やかに摂取を中止しましょう**

- 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
- パッケージには、事業者の連絡先が表示されていますので、商品による健康被害が発生した場合は連絡してください

■ **疾病を予防、治療、ダイエットや美容効果を目的とするものではありません**

- 医薬品との同時利用は危険です。医師、薬剤師に必ず相談しましょう

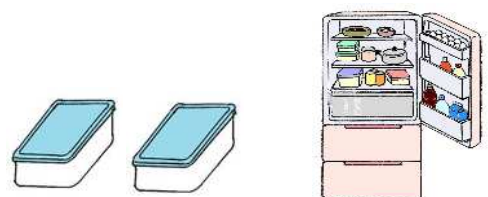
■ **食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスをとることが大切です**

カビに注意しましょう！

梅雨になり湿気が多くなると、食品にカビが生えやすくなります。食品の保管方法に注意しましょう。

【ポイント】

- カビは高温多湿を好むため、開封後の食品は、冷蔵庫に保管し、なるべく早く使い切りましょう
- 冷蔵庫を開ける時間を短くし、温度の上昇を防ぎましょう
- 食品を開封したら密閉容器に入れるなど、空気を遮断しましょう



★第13回 食の安全セミナーを開催しました★

令和6年2月20日（火）、区内在住・在勤の方を対象に食の安全セミナーを江東区文化センターで開催しました。今回はテーマを「**もしもの時に役立つ 災害時の食事と食中毒予防**」としました。

第1部「事例から学ぶ 災害時の食中毒予防」では、東京都保健医療局健康安全部 平公崇氏、第2部「今日から備える災害時の食事」では、一般社団法人日本災害食学会 川尻由美子氏を講師としてお呼びしました。

今年1月には令和6年能登半島地震が発生し、大きな被害が生じました。講習会内容を一部ご紹介しますので、いつ起こるかわからない自然災害に備えましょう。

災害時の食中毒予防

①メニューは加熱調理品

- メニューはできるだけ加熱調理を行うものにしましょう
- 加熱しないものや加熱後に手を加えるものは避けましょう（サラダ、和え物、刺身等）

②手洗い・手指の消毒

- しっかり手を洗いましょう
- どうしても水が使えない場合は、ウェットティッシュで汚れをふき取り、アルコール消毒しましょう

③温度管理

【炊き出しの場合】

- 原材料の冷蔵及び冷凍品は、よく冷やしたクーラーボックス等で保存しましょう
- 常温保存食品は、直射日光を避けて保存しましょう

【弁当等を提供する場合】

- 弁当の調整時は、ごはん、おかずは十分に冷ましてから盛り付けましょう
- 調理後、長時間の常温放置は避けましょう

④できるだけ早く食べ終える

- 提供されたら、できるだけ早く食べましょう

災害時の食事

- 非常食（災害時に備える食品）は、最低3～7日分の備蓄が必要です

- 避難所の備蓄食品は炭水化物が中心で、発災から3日間は炭水化物中心の食事でも、4日目以降はたんぱく質やビタミン・ミネラル等の栄養が必要になります

日常的に使う食品で備えましょう！

- 食べ慣れた加工食品、調理しないで済む食品、主食・主菜・副菜になるものを備え、ローリングストックをしましょう
- ★主食：アルファ化米、パン等
- ★主菜：レトルト製品（カレー、中華丼の具、親子丼の具等）
- ★副菜：缶詰（魚・肉・野菜・惣菜等）

- その他に菓子や経口補水液も備えましょう

