

トピックス

食品表示特集第1回

○『機能性表示食品』が店頭に並び始めました。

皆さんは、スーパーやドラッグストアなどで『機能性表示食品』を見かけたことはありませんか？または、すでに試してみた方はいらっしゃるでしょうか？

1 『機能性表示食品』とは

日本では『食品』への医薬品的効果・効能の標榜（疾病の治癒や美容効果等）は原則禁止されています。しかし、国（消費者庁等）により効果及び安全性を確認したうえで許可されたもの及び、一定の基準（成分と含有量等）を満たしたものについては、『保健機能食品』として、一定の表示が認められていました。（右図参照）

『保健機能食品』はいくつかの種類に分けられ、健康の維持増進等の目的で利用できるものとして『特定保健用食品（トクホ）』があります。

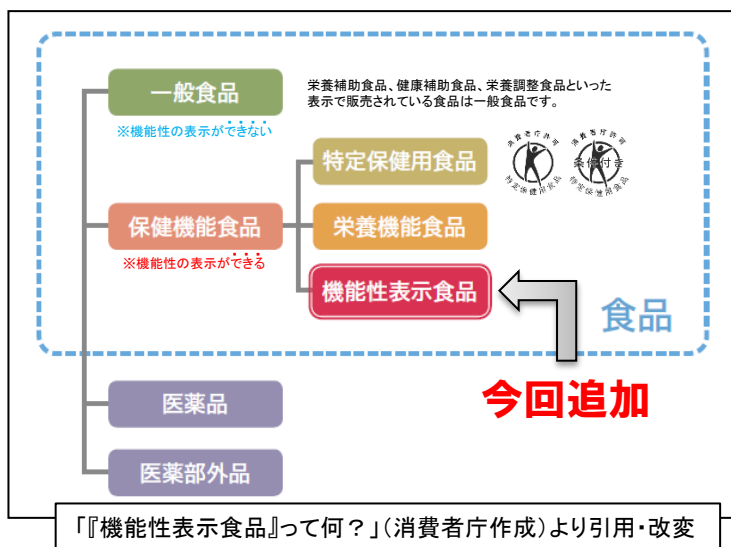
しかし、『トクホ』の許可を受けるためには、製品による臨床試験や認証までの期間が長いなど、大きなハードルがあったため導入が困難という指摘もありました。

そこで、平成27年4月に食品表示法の施行とともに導入されたのが『機能性表示食品』制度です。この制度によって事業者は自己の責任において、科学的根拠に基づき食品の機能性をうたうことができるようになりました。

平成27年7月9日現在で、52の商品が受理（内1件撤回）されています。

2 『トクホ』との違いは？

『機能性表示食品』はあくまで事業者が自己の責任において有効性、安全性を主張するものであり、『トクホ』は消費者庁長官の許可を受けたものです。そういった意味では『トクホ』は国のお墨付きがあることとなります。『機能性表示食品』は事業者によって評価方法や基準が異なり、中には根拠となるデータに疑問点を指摘されているものもあります。これらが信用に足るかどうかは、消費者本人が見極める必要があります。



	特定保健用食品(トクホ)	機能性表示食品
効果の検証	国(消費者委員会)	事業者
安全性の検証	国(食品安全委員会)	事業者
販売までの手続き	国の許可が必要	国へ事前に届出が必要
販売までのおおよその期間	国の許可後の販売のため、数か月から数年	届出受理後60日で販売可

3 購入する場合の注意点は？

まず、可能な方は消費者庁のホームページで当該商品の内容について、確認してみましょう。どのような機能があるのか、どのように利用することがよいのか、またそれが本当に必要なのか、十分に考えてください。

次に、商品の表示から「摂取方法」と「摂取目安量」、「摂取上の注意」などを十分に確認しましょう。これらは安全に摂取するために守らなくてはならないことです。効果を期待して過剰に摂取することは、特定成分による健康被害を起こしかねません。特にサプリメントなどでは、多くの量を簡単に摂取できてしまうので、十分にこれらの表示を確認してから摂取するようにしましょう。

最後に、『機能性表示食品』に限るものではありませんが、『トクホ』も含めこれらがあくまでも食品であることを忘れないようにしましょう。これらを摂取することで劇的な変化が得られたり、疾病が治癒するものではありません。また、体調に異変を感じるような場合は、速やかに摂取を中止し医師の診察を受けましょう。

『機能性表示食品』制度は始まったばかりで、運用しながら消費者にとって使いやすく、便利なものとしていくよう、模索している段階です。

皆さんも知っているとおり、『健康』のためには、①バランスのよい食事、②適度な運動、③十分な休養が、最も重要で効果的です。

『機能性表示食品』を使用するにしろ、しないにしろ、まずはこれらを再度確認してみることから始めてはいかがでしょうか？

注意しましょう



〇肉の生食は絶対に避けましょう！！

平成27年6月12日に豚の生食用食肉（レバ刺し等）の販売・提供が禁止となりました。

生食用生肉の規制状況(H27.7.1現在)

動物の種類	部位	規制状況
牛	牛肉	専用の器具や設備・取扱者の規定 表面の加熱殺菌処理 等の基準あり
	レバー	生食用の販売・提供禁止
豚	豚肉	生食用の販売・提供禁止
	レバー(内臓)	生食用の販売・提供禁止
鶏	鶏肉	規制なし
	レバー	規制なし
ジビエ		規制なし (ガイドラインで『十分な加熱が必須』 と指示)



以前より、豚だけでなく、牛や鶏などの肉、レバー等の内臓は食中毒予防のためにも十分に加熱して食べるよう、繰り返し指導してきましたが、平成24年7月に牛レバーの生食が禁止されて以降、一部の飲食店で牛の代わりに豚レバーが生で提供されるようになりました。

豚の肉や内臓にはE型肝炎ウイルスや食中毒菌、寄生虫が内部にまで存在しており、現時点では十分な加熱を行う以外に食中毒を予

防する有効な手段がないため、このたび豚の生食用食肉の規制がなされました。

本来、豚に限らず牛や鶏などの生の肉は多くの食中毒菌やウイルスに汚染されています。しかしながら、6月以降も鶏やジビエ（野生のシカやイノシシ等）の生肉（“たたき”やレバ刺し等）を提供している飲食店が見受けられます。

肉の生食は「新鮮だから安全」「規制されていないから安全」ではありません。食中毒を起こさないためにも、よく加熱して、美味しく食べましょう。

〇埼玉県食品表示調査員委嘱式を開催しました！



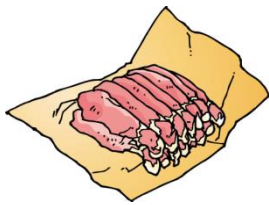
【熊谷会場の様子】

県では、食品表示の適正化を図るために、県民の皆様へ日頃のお買い物を通して食品の表示状況についてモニター活動を行っていただく、食品表示調査員制度を設けています。

6月11日に熊谷市内で、12日にはさいたま市内で、今年度に食品表示調査員をお願いする100名の方々に委嘱状をお渡ししました。

これから、スーパーマーケットなどの食料品販売店で、主に、野菜、果物、肉、魚などの生鮮食品の「名称」と「原産地」の表示状況などを調査し、その結果を県に報告していただきます。

年間延べ2,000店舗を調査いただく予定です。食品表示調査員の皆様、よろしくお願いいたします！！



担当 農産物安全課 総務・食品品質表示担当 048-830-4110

募集しています！

〇第11回「食をめぐる作文」コンクール開催！作品大募集！

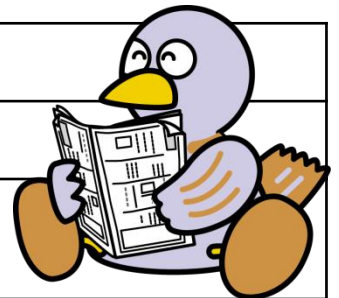
毎年開催しています「食をめぐる作文」コンクールを今年も開催します。

審査員には、児童文学作家の藤田のぼる先生や科学ライターの松永和紀先生などをお迎えしています。

ご応募いただいた皆様には記念品と作品集をお送りし、また入賞された方には賞状と副賞を贈呈いたします。

この機会に、普段思っていた事や人に教えてあげたいことなど、皆さんの思い出や思いを綴ってみませんか？

1 応募資格	埼玉県内に在住または在勤・在学の方
2 応募締切日	平成27年9月16日(水)【当日消印有効】
3 部門	小学生の部(800字程度) 中学生の部(800字程度) 一般(高校生以上)の部(1,200字程度)
4 作品様式	手書き・・・市販の原稿用紙等をお使い下さい。 パソコン・・・Microsoft Word等の文書作成ソフトで作成してください。
5 応募方法	応募方法「題名(ふりがな)、氏名(ふりがな)、性別、年齢、住所、電話番号、職業または学校名・学年」を記入した紙を作品に添付し、Eメール、もしくは持参、郵送にてご応募ください。
6 賞	各部門 最優秀賞(1点)、優秀賞(3点程度)、努力賞(15点程度)
7 応募・問合せ先	埼玉県保健医療部 食品安全課 食をめぐる作文担当 あて 〒330-9301 さいたま市浦和区高砂3-15-1 Tel:048-830-3422 E-mail:a3420-07@pref.saitama.lg.jp



〇目利きのプロである市場の方に聞いた、
とっておきの旬情報をお伝えします



今が旬 埼玉県産 にながうり

埼玉のにながうりは苦くない！？

言わずと知れた沖縄県産が有名なにながうり(ゴーヤ)ですが、埼玉県内でも本庄・深谷地区などで栽培され、その品種は沖縄県で主に栽培されている品種よりも苦みが少ないといわれています。

それでも苦みが苦手な方や、お子様がにながうりを食べてくれない！とお悩みの方へ、苦み成分をできる限り取り除く方法をご紹介します！



- ☑ 苦み成分は中ワタに最も多く含まれているため、スプーンなどで種と中ワタをしっかり取る
- ☑ 苦み成分のモルデシンは水溶性のため、塩を揉み混んでよく水で洗い流す
- ☑ もう一つの苦み成分チャランチンは脂溶性のため、油で炒めたりマヨネーズと和えたりすると良い

鮮度の見分け方
一、鮮やかな濃い緑色である。
一、ずっしりと重みがある。
一、イボに張りがあり、大きさが均一で詰まっている。

にながうりに含まれるビタミンCは加熱しても壊れにくく、炒め物や揚げ物、煮物やあえ物などに使っても栄養成分を残したまま食べられる万能野菜です。

【苦みまろやか！おすすめレシピ】 ～にながうりのツナマヨ和え～

■材料（3～4人分）

にながうり 1/2本
ツナ缶 1缶
マヨネーズ 大さじ2～3
塩（塩もみ用） 小さじ1

■作り方

- ① にながうりを縦半分に切り種とワタをよく取り除き、薄切りにする。塩を振りかけて揉んでおく。
- ② 鍋にお湯を沸かし、にながうりを入れて再び沸騰したらザルにあげる。すぐに水にさらし、よく水気を取る。
- ③ ボウルに、にながうり・ほぐしたツナ・マヨネーズを入れる。
- ④ お皿に盛り付けて、お好みでレモン汁や塩胡椒を加えて完成！

ご利用下さい！

このお話は、(株)熊谷青果市場の夏目さん、神徳さんに伺いました。

〇「コバトン食の安心かわら版」バックナンバーは県ホームページにあります。

平成21年度（第21号）以降のかわら版は以下のページに掲載しています。
ご興味のある方は是非、ご利用下さい。

<http://www.pref.saitama.lg.jp/a0708/kensyu-koza-panf/kawara/back-no.html>

お問い合わせ先：保健医療部食品安全課 総務・安全推進担当(小池) 電話：048-830-3422

<http://www.pref.saitama.lg.jp/soshiki/a0708/index.html> E-mail:a3420-02@pref.saitama.lg.jp