

連絡先

担当局課名 科学技術・学術政策局 政策課 資源室

〒100-8959 東京都千代田区霞が関3-2-2

Tel 03-5253-4111(代表)

Tel 03-6734-4009(資源室直通)

Fax 03-6734-4010

e-mail kagseis@mext.go.jp

日本食品標準成分表に関するQ&A

平成29年2月

<日本食品標準成分表について>	
食品成分表とは何ですか。	日本の食品成分表は、正式には「日本食品標準成分表」といいます。我が国で常用される食品の標準的な成分値を収載するもので、我が国唯一の公的データ集です。 昭和25年に最初に策定して以来改訂を重ね、最新の成分表は七回目の改訂を行った「日本食品標準成分表2015年版(七訂)：以下、七訂成分表」です。これは、水分、たんぱく質、脂質、炭水化物、ビタミン、無機質等といった成分を収載するものです。この他に、アミノ酸成分表と略称する「日本食品標準成分表2015年版(七訂)アミノ酸成分表編」、脂肪酸成分表と略称する「日本食品標準成分表2015年版(七訂)脂肪酸成分表編」及び炭水化物成分表と略称する「日本食品標準成分表2015年版(七訂)炭水化物成分表編」があります。したがって、「日本食品標準成分表2015年版(七訂)」は、合計4冊から構成されています。 今回、これらの七訂成分表を補う成分表として45食品を収載した「日本食品標準成分表2015年版(七訂)追補2016年：以下、追補2016年」を公表しました(平成28年12月22日公表)。七訂成分表の収載食品に追補2016年で追加した食品を加えると、現在の日本の食品成分表は、合計2,222食品の成分値を収載していることとなります。
日本食品標準成分表2015年版(七訂)に収載されている食品や成分値は誰が決めているのですか。	収載食品は、文部科学省の科学技術・学術審議会資源調査分科会食品成分委員会(有識者で構成)において、日本で日常摂取されている食品を、流通量や時代による食品の変化などを踏まえて、選んでいます。成分値は、原則として、文部科学省から委託を受けた分析機関が食品の分析を行い、それに基づいて食品成分委員会で決定しています。
分析(収載)する食品の選定方法はどのようにしていますか。	収載を検討する食品の選定については、 ①関係する省庁および②食品成分委員会の各委員に対して要望調査をするともに、 ③関係業界団体からの要請も含めた様々な要請等により候補食品を集めました。 さらに、資源室への直接の要望等、多方面からの要請・要望をとりまとめ候補食品としました。 食品成分委員会では、その候補から、予算状況等を踏まえ、流通・消費状況等も考慮し、候補食品の成分項目数の多少、食品群別の食品数と全体のバランス等を検討し、収載する食品を選定しています。
日本食品標準成分表は、なぜ農林水産省ではなく、文部科学省が作っているのですか。	日本食品標準成分表の初版は、敗戦後の国民栄養改善の見地から、食品に含まれる栄養成分の基礎的データ集として、昭和25年に経済安定本部が取りまとめたものです。その後、科学技術庁が我が国の食資源を調査する立場から食品成分表を作ってきました。その後省庁合併に伴い、文部科学省に業務が引き継がれています。 現在、食品行政を担当する省庁は複数ありますが、その中で文部科学省は、横断的・中立的な立場から、客観的なデータの提供を行っているところです。
日本食品標準成分表は、なぜ改訂しているのですか。	食品の種類や成分は、消費者の嗜好や食習慣、生産・製造方法の変化などに伴って時代とともに変化しています。また、分析方法の改良に伴って、より正確な分析が可能となったり、栄養・健康をめぐる研究の進展により、新しい栄養成分に関する情報のニーズが高まることもあります。こうした様々な変化に対応できるよう、改訂を行っているところです。
日本食品標準成分表2015年版(七訂)の改訂のポイントは何かですか？	収載食品数が大幅に増加した他、新たに炭水化物成分表が別冊に加わりました。既存の別冊の収載食品も充実し、そう菜の計算方法を解説したそう菜項の追加や、表計算ソフトでの電子データの提供など、利用者が使いやすいよう様々な工夫を行っています。詳しくは、改訂の概要をご参照下さい。

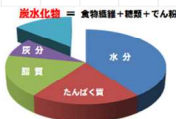
<p>日本食品標準成分表の次の改訂版は、いつ頃発売される予定ですか？</p>	<p>食品成分委員会の中で、現在は、日本食品標準成分表2020年版(八訂)を、平成32(2020)年に公表する予定で作業をしています。</p>
<p>追補2016年とはどのようなものですか？</p>	<p>食品成分表は、近年、5年おきに改訂してきました。現在は、日本食品標準成分表2020年版(八訂)を、平成32(2020)年に公表する予定で作業をしています。この作業では、毎年、データを確定し蓄積していきますが、利用者への便宜のために毎年度ごとにデータを公表することにしました。追補2016年とこれから公表する予定の追補成分表は、日本食品標準成分表2015年版(七訂)を追補する成分表であり、日本食品標準成分表2015年版(七訂)と同等に利用できる成分値です。</p>
<p>毎年度公表をなぜ行うことにしたのですか。</p>	<p>食品成分表の策定作業は、有識者で構成される文部科学省の科学技術・学術審議会資源調査分科会の食品成分委員会で行っています。委員会では、一般に食べられるようになった食品や、利用者等から問い合わせ等を受けて掲載候補となっている食品について、順次成分分析等を行い、各食品の成分値を決定しています。そして、これらを集約し、最近では5年ごとに、改訂版を策定・公表してきました。</p> <p>しかし、利用者等の便宜のために、5年という期間をおかず、掲載が決定した食品の成分値については、できるだけ早く供するべきであるとの食品成分委員会の決定を受け、今年度から毎年度公表することにしました。</p> <p>なお、今回の公表には、平成32(2020年)から義務づけられる加工食品の栄養表示(消費者庁所管)に対応するため、関係する食品(例:ライスペーパー、リンゴの焼き等)の成分値を決定しています。そこで、今回の追補の公表は、事業者やその他の利用者の便宜性の向上にも役立つものであってほしいと願っています。</p>
<p>今回行う追補の公表により、これまで実施してきた改訂版は作成しなくなるのですか。</p>	<p>毎年度、公表予定の追補成分表として公表するのは、単年度毎に決定した収載値や関係する説明等についてだけです。そのため、5年おきに公表してきた改訂版については、これまでと同様に、前回の改訂から追加した収載値やそれ以外の様々な変更内容を総括して、策定・公表することになっています。</p> <p>なお、次回の改訂は、平成32(2020)年を予定しています。</p>
<p>Web上で見ることができますか？</p>	<p>文部科学省のホームページからご覧いただけます。  <a href="http://www.mext.go.jp/a_menu/syokuhinseibun/1365295.htm">http://www.mext.go.jp/a_menu/syokuhinseibun/1365295.htm</a>  また、食品名や成分値で検索できる「食品成分データベース」からもご覧いただけます。  <a href="http://fooddb.mext.go.jp/">http://fooddb.mext.go.jp/</a> (平成29年3月末に追補2016年にデータを更新予定)  また、日本食品標準成分表2015年版(七訂)と共に追補2016年も掲載しています。冊子と同様に第1章から3章までを掲載するとともに、Excel版の第2章 食品成分表も掲載しています。是非とも、ご活用ください。  <a href="http://www.mext.go.jp/a_menu/syokuhinseibun/1380313.htm">http://www.mext.go.jp/a_menu/syokuhinseibun/1380313.htm</a></p>
<p>日本食品標準成分表2015年版(七訂)は、アプリ等作成していますか？</p>	<p>文部科学省では、パソコン用に食品名や成分値で検索できる「食品成分データベース」を公表しています(平成28年3月末に「日本食品標準成分表2015年版(七訂)」にデータを更新予定)(URL: <a href="http://fooddb.mext.go.jp/">http://fooddb.mext.go.jp/</a>)。文部科学省ではアプリの作成はしていませんが、日本食品標準成分表のデータを用いて民間の会社が様々なアプリを開発していますので、今後、2015年版(七訂)への対応も進むと予想されます。</p>

<p>&lt;日本食品標準成分表を買う&gt;</p>	
<p>日本食品標準成分表2015年版(七訂)、追補2016年及び分析マニュアルは、どこで買えますか？</p>	<p>文部科学省が発行したオリジナル版の「日本食品標準成分表2015年版(七訂)」は、全国官報販売協同組合から発行されており、現在、政府刊行物サービスセンターの他、政府刊行物を扱っている書店で入手できます。その他の書店でも取り扱っている場合もありますので、お近くの書店に問合せください。ネット通販もされています。</p> <p>「日本食品標準成分表2015年版(七訂)分析マニュアル・解説」は建帛社から発行されています。</p>
<p>日本食品標準成分表2015年版(七訂)等の値段を教えてください。</p>	<p>日本食品標準成分表2015年版(七訂):1,998円(1,850+税)          日本食品標準成分表2015年版(七訂)アミノ酸成分表編:1,728円(1,600+税)          日本食品標準成分表2015年版(七訂)脂肪酸成分表編:1,728円(1,600+税)          日本食品標準成分表2015年版(七訂)炭水化物成分表編:1,198円(1,850+税)          日本食品標準成分表2015年版(七訂)分析マニュアル・解説:8,640円(8,000+税)          日本食品標準成分表2015年版(七訂)追補2016年:1,480円+税(新規)</p>
<p>食品成分表には、色々な種類がありますが、どれが正しい食品成分表なのですか？</p>	<p>文部科学省が公表しているオリジナル版の「日本食品標準成分表2015年版(七訂)」(全国官報販売協同組合発行)及びその別冊の他に、一般の出版社から様々な形で、編集されたものが販売されています。「日本食品標準成分表2015年版準拠」などの記載があれば、成分値の元のデータは同じです。一般の出版社の本では、オリジナル版に収録されている食品の解説などが割愛されていることが多い一方で、栄養士向け、教育向け、特定の疾病向け等の工夫が行われているものもありますので、用途に応じて、選んでいただくとよいと思います。</p>
<p>4冊とも買わなければいけないのですか？</p>	<p>1冊ずつ、目的に応じて選択していただいて構いません。          文部科学省ホームページに電子版が掲載されておりますので、内容や収録成分をご確認下さい。</p>
<p>&lt;お問い合わせ&gt;</p>	
<p>日本食品標準成分表2015年版(七訂)の間違いを見つけました。どこに連絡すれば良いのですか？</p>	<p>ありがとうございます。上記の「資源室」あてにご連絡いただければ幸いです。</p>
<p>次の改訂で、どうしても日本食品標準成分表に加えてほしい食品があります。どこに伝えれば良いのですか？</p>	<p>上記の「資源室」あてにご連絡いただければ、食品成分委員会において、新規食品掲載の検討を行う際の参考にさせていただきます。なお、地方公共団体等の公的機関や業界団体等からの依頼の場合には、受入れの条件をみさせば、食品成分委員会が掲載の可否を決定することになっています。</p>
<p>食品成分データベースの検索結果を、ホームページや雑誌等に掲載してもよろしいでしょうか？</p>	<p>掲載可能です。差し支えなければ、具体的にどのように掲載されるか、上記の「資源室」あてにご連絡いただければ幸いです。</p>
<p>食品成分データベースの登録されているデータを電子媒体で入手することはできますか？</p>	<p>食品成分データベースの登録データは直接お渡し出来ませんが、文部科学省のホームページでデータを公表しておりますので、そちらをご参照下さい。  <a href="http://www.mext.go.jp/a_menu/syokuhinseibun/1365295.htm">http://www.mext.go.jp/a_menu/syokuhinseibun/1365295.htm</a></p>
<p>食品成分データベースのホームページにリンクを設定してもよろしいでしょうか？</p>	<p>ありがとうございます。文部科学省ホームページへのリンクは、成分表ホームページも含めて、原則フリーです。          リンクするに当たって事前の御連絡は特に必要ありませんが、          (1)文部科学省ホームページへのリンクであることを明記してください。          (2)文部科学省ホームページが他のホームページ中に組み込まれるようなリンク設定はお断りしております。</p>
<p>日本食品標準成分表2015年版(七訂)の内容を引用して、本を書きたいのですが、構わないでしょうか？</p>	<p>引用は可能ですが、あらかじめ利用届を提出していただく場合があります。上記の「資源室」あてにご連絡下さい。</p>

<b>&lt;海外&gt;</b>	
日本食品標準成分表2015年版(七訂)の英語版はありますか？	現時点では、文部科学省のホームページで各成分表の第1章及び第2章の翻訳データファイルを公開しています。 以下URLのExcel(英語版: English) <a href="http://www.mext.go.jp/a_menu/syokuhinseibun/index.htm">http://www.mext.go.jp/a_menu/syokuhinseibun/index.htm</a> 又は、文部科学省の英語のホームページ <a href="http://www.mext.go.jp/en/policy/science_technology/policy/title01/detail01/1374030.htm">http://www.mext.go.jp/en/policy/science_technology/policy/title01/detail01/1374030.htm</a> 今後、第3章等も英語に翻訳し、ホームページで公開する予定(平成29年3月)です。書籍での発行予定はありません。
日本食品標準成分表2015年版(七訂)は、海外からもアクセスできますか？	海外からでもアクセスができます。言語環境及びブラウザのバージョンをチェックください。
<b>&lt;使い方&gt;</b>	
探している食品が見つからないのですが？	食品群ごとに五十音順になっておりますので、群ごとにチェックしていただくか、または、別名がある場合もありますので、索引から探してください。食品成分データベースをご利用いただくと、別名でもフリーワード検索ができる場合があります。(URL: <a href="http://fooddb.mext.go.jp/">http://fooddb.mext.go.jp/</a> )
「Tr」、「-」の意味はなんですか？	「Tr」は、成分表における各成分の最小記載量の1/10(ヨウ素、セレン、クロム、モリブデン及びビオチンにあつては、3/10)以上含まれているが、5/10未満であることを示します。 「-」は、未測定であることを示します。なお、「-」は、成分を含有している可能性もあるので、利用にあたっては留意ください。
日本食品標準成分表2015年版を使った栄養管理で、注目すべきポイントは何ですか。	栄養管理については、それぞれの管理の目的に応じた対応が必要です。お住まいの地域にある保健所や、かかりつけの病院の、管理栄養士・栄養士に相談下さい。
日本食品標準成分表2015年版についての説明会はありますか。	文部科学省主催の説明会の予定はありませんが、栄養士向け講習会等に、説明に伺うことは可能です。上記「資源室」あてにご相談下さい。
日本食品標準成分表には、食べ物の成分は掲載されていますが、それらをどのくらい食べたら良いのかわかりません。	食品からの望ましい栄養摂取については、個人の年齢や活動状況、健康状態によって異なります。お住まいの地域にある保健所や、かかりつけの病院の、管理栄養士・栄養士に相談下さい。 また、健康な方が摂取すべき各栄養素の基準については、厚生労働省「日本人の食事摂取基準2015年版」をご覧ください。(厚生労働省健康局健康課指導室(03-5253-4111))。
過去の成分表の数値と最新の成分表の数値を比較してもいいですか？	日本食品標準成分表の策定にあたっては、初版から今回改訂に至るまでのそれぞれの時点において最適な分析方法を用いています。したがって、この間の技術の進歩により、分析方法に違いがあります。分析に用いた試料についても、それぞれの時点において一般に入手できるものを選定しているため、同一のものではなく、品種等の違いもあります。また、栄養素の定義が異なる場合もありますので、食品名が同一であっても各版の間における成分値を比較することは適当ではありません。
<b>&lt;アミノ酸、脂肪酸、炭水化物成分表について&gt;</b>	
アミノ酸成分表、脂肪酸成分表、炭水化物成分表には、それぞれどんな役割があるのでしょうか。	たんぱく質を構成するアミノ酸、脂質を構成する脂肪酸、炭水化物を構成する糖類等には、それぞれ多くの種類があり、体内での役割や栄養的な価値も異なります。それらの摂取量等について詳しく調査・研究したい、あるいは特定の栄養素を多く(又は少なく)取れる食品を探したいという時に、役立つ成分表です。
なぜ、今回の改訂で、炭水化物成分表を作ったのですか。	炭水化物を構成するでん粉や糖類は、その種類によって栄養学的意味は異なりますが、これまで日本食品標準成分表にこれらの成分値が収載されていなかったために、日本人における摂取量等の推定や、摂取基準の策定に必要な研究が進まなかったことが、厚生労働省「日本人の食事摂取基準2015年版」で指摘されています。また、国際的にも、炭水化物を従来の差引き法(全体から水分、たんぱく質、脂質、灰分等を差し引いた残りを炭水化物と見なして算出する方法)ではなく、実際に含まれる各成分を積み上げて求めることが推奨されています。このため、主要な食品について分析や推計を行い、利用可能炭水化物(でん粉、糖類)、糖アルコール、有機酸の成分値を「炭水化物成分表編」としてまとめました。

<項目について>	
<p>アミノ酸組成によるたんぱく質とは何ですか。</p>	<p>たんぱく質は、アミノ酸から構成されています。アミノ酸成分表に記載されているアミノ酸の量から計算により求めたたんぱく質量が「アミノ酸組成によるたんぱく質」です。 (なお、従来の「たんぱく質」は、食品中に含まれる全ての窒素の量を測り、たんぱく質以外の成分に由来する窒素量(硝酸イオン、カフェインなどに由来する窒素)を差し引いて基準窒素量を求め、「窒素-たんぱく質換算係数」という係数を乗じて求めています。)</p>
<p>利用可能炭水化物とは何ですか。</p>	<p>利用可能炭水化物は炭水化物の構成成分のうち、ヒトの消化酵素で消化できるものの総称で、炭水化物成分表では、でん粉、ぶどう糖、果糖、ガラクトース、しょ糖、麦芽糖、乳糖、トレハロース等を記載しています。 利用可能炭水化物(単糖当量)は、エネルギーの計算をより正確にするために、それぞれの利用可能炭水化物に、単糖の量に換算するための換算係数を乗じて、足し上げた値です。例えば、でん粉の場合、でん粉1gが加水分解するとぶどう糖約1.1gが生じるため、エネルギーも1.1倍生じると考えて、換算係数1.10を乗じています。</p>
<p>新たに加わった「利用可能炭水化物(単糖当量)」とは糖質のことですか？</p>	<p>糖質とは異なります。 食品表示基準では、炭水化物量から食物繊維量を差し引いたものを「糖質」と呼びますが、日本食品標準成分表2015年版では、「糖質」は記載していません。 利用可能炭水化物(単糖当量)は、エネルギーへの換算を容易にするために、それぞれの利用可能炭水化物(でん粉、ぶどう糖、果糖、しょ糖等)に換算係数を乗じて、それらを足し上げた値です。</p>
<p>レチノール当量やβ-カロテン当量の、当量とは何ですか。</p>	<p>それぞれの成分が同じような機能をもつ場合でも、同等の効力をもたない場合があります。そのような成分の場合、基準となる成分の相当量として、〇〇当量というように表しています。 例えば、β-カロテンはビタミンA活性を有する化合物(プロビタミンA)ですが、生体利用率はレチノールの1/12と見積もられています(厚生労働省「日本人の食事摂取基準 2015年版」より)。そのため、レチノールに相当する値として次の計算式により求めた値を「レチノール活性当量」として示しています。 レチノール活性当量(μg)=レチノール(μg)+1/12β-カロテン当量(μg)</p>
<p>ナイアシン、ナイアシン当量とは何ですか。なぜナイアシン当量を加えたのですか。</p>	<p>ナイアシンは、ビタミンの一種で、体内で同じ作用をもつ、ニコチン酸、ニコチン酸アミド等の総称です。欠乏により、皮膚炎、下痢等が起こることが知られています。また、ナイアシンは、アミノ酸の一種であるトリプトファンからも体内で生成されます。そこで、「日本人の食事摂取基準(2015年版)」でも、摂取基準量はナイアシンではなく、ナイアシン当量(ナイアシンの効力を表す値)を示しています。 そこで、追補2016年では、ナイアシン当量を成分表2015および追補2016に記載した全ての食品について、計算し記載しました。 計算方法は2つあります。 ①トリプトファンの成分値がある場合 ナイアシン当量(mg NE)=ナイアシン(mg)+1/60トリプトファン(mg) ②トリプトファン量が未知の場合 たんぱく質量の約1%をトリプトファン量とみなして、次式で計算しました。 ナイアシン当量(mg NE)=ナイアシン(mg)+たんぱく質量(g)×1000(mg/g)×1/100×1/60 また、今後公表の成分表では、利用者の利便性向上の観点から、記載していきたいと考えています。</p>
<p>当量とはなんですか。</p>	<p>それぞれの成分が同じような機能をもつ場合でも、同等の効力をもたない場合があります。そのような成分の場合、基準となる成分の相当量として、〇〇当量というように表します。今回、ナイアシン当量を新たに記載しましたが、これまでも日本食品標準成分表には、レチノール活性当量、β-カロテン当量を記載しています。</p>
<p>廃棄率がある食品の場合、成分値は備考欄に記載している廃棄部位も含めた値なのですか、それとも、可食部のみの成分なのですか？</p>	<p>廃棄する部位は含みません。廃棄部位を除いた可食部(食べられる部分)100g当たりの成分値です。</p>

<内容について>	
<p>食品群の掲載順はどのように決められているのですか。</p>	<p>植物性食品、動物性食品、加工食品の順に並べています。さらに植物性食品は、主に炭水化物を多く含む「穀類」と「いも及びでん粉類」から始まり、たんぱく質を多く含む「豆類」と「種実類」、無機質やビタミンの摂取源となる「野菜類」以下の食品の順となっています。</p>
<p>日本食品標準成分表のゆでや揚げは生と同じ試料を用いているのですか。</p>	<p>食品によって異なりますが、原則としてそうしています。日本食品標準成分表第1章の「表15 重量変化率」に記載のある食品については、原則として、生と調理後の食品が整合した値となるように、同一試料の分析値から求めた成分変化率を用いて計算しています。ただし、第2章の「別表 調理後の食品と同一試料の「生」等の成分値(参考値)」に記載がある食品は、本表の生と異なる試料の分析値に基づいて算出されていますので、ご注意ください。</p>
<p>食品によって個体差があると思いますが、日本食品標準成分表をどの程度信用していいのですか？</p>	<p>日本食品標準成分値の数値は、あくまでも目安であり、標準的な成分値という年間を通じて普通に摂取する場合の全国的な平均値を表すという概念に基づき求めた値です。例えば、一年を通していろいろな種類のトマトを食べたとすると、その平均値は成分表の値に近づいていきます。このように個別の食品の成分を表すものではなく、標準的な食品の参考値とお考えください。</p>
<p>豚などは餌や育て方によって栄養素は変わるのでしょいか。変わるのであれば、日本食品標準成分表の値を活用する場合、どのように対応すれば良いのですか？</p>	<p>肉類の大部分を占める家畜及び家きん肉の成分値は、動物に給餌した試料の成分によって変動し、また、年齢、品種、筋肉の部位によっても異なります。そのため、日本食品標準成分表では、標準的な条件で肥育された家畜、家きんから各部位の肉を試料としました。なお、家畜及び家きん肉では季節による成分値の変動がほとんどないため、試料入手に当たっては、季節的な要因は考慮していません。</p>
<p>製品部分割合や原材料配合割合は、何のために掲載しているのですか？</p>	<p>加工品については、様々な配合割合の製品があるため、成分表に記載している食品がどのような配合割合のものか、日本食品標準成分表の第2章備考欄及び第3章解説で簡単に示しています。</p>
<p>別表の参考値とは何ですか、どのように参考にすれば良いのですか？</p>	<p>成分表における生、乾などと、ゆで、焼きなどの調理品は、原則として同一試料を用いて分析を行い、成分変化率を算出し、両者の成分値が整合するように計算して求めています。しかし、一部の調理品については、本表中の「生」等の収載値の根拠となった試料とは、異なる試料を用いて収載値を決定したため、その調理品と同一試料の「生」等の分析値を、参考値として示しています。これらの食品について、調理による成分変化を知りたい場合に、この参考値を活用していただくことができます。</p>
<p>ポテトチップスなど、菓子類はメーカーごとに成分値が違いますか？成分値が違っている場合には、成分表の値はどのように考えれば良いのですか？</p>	<p>製品ごとに、製造方法や原料の違いにより成分が異なる可能性があります。各製造者が自社による分析値を公表(表示)している場合には、製造者のホームページや製品の表示等をご参照下さい。表示がなく、含有量が不明な成分値については便宜的に日本食品標準成分表の値を使うことができます。</p>
<p>分析に用いた試料のサンプル数や産地について教えてください。</p>	<p>現時点では、分析に用いた試料のサンプル数及び産地については公表しておりません。</p>
<p>それぞれの成分の合計値と「計」や「総量」などの値とが合わない場合について、どのように考えたらよいですか？ 本表編：エネルギー、食物繊維総量、β-カロテン当量、レチノール当量 アミノ酸成分表編：含硫アミノ酸合計、芳香族アミノ酸合計、アミノ酸合計 脂肪酸成分表編：総量、飽和、一価不飽和、多価不飽和、n-3多価不飽和、n-6多価不飽和、18:1計 炭水化物成分表編：利用可能炭水化物計、有機酸計</p>	<p>成分表の値は、分析値や計算値に基づいて決定した値を、収載にあたって、四捨五入し、成分ごとの最小表示の位に合わせています。「計」等は四捨五入前の数値を基に計算し、計算結果を四捨五入しているため、若干の誤差がでる場合があります。 例えば、最小表示が小数第一位の成分であり、四捨五入前の数値が&lt;成分A&gt;12.34 gと&lt;成分B&gt;23.44 gの場合は、&lt;AとB総量&gt;35.78なので&lt;AとB総量&gt;の収載値は35.8ですが、成分値に記載の数値は&lt;成分A&gt;12.3 g、&lt;成分B&gt;23.4 gなので、収載値で計算すると合計は35.7 gとなり、ずれが生じます。 また、成分によっては有効数字を2桁として丸めている場合があります。 例えば&lt;成分C&gt;1500 mgと&lt;成分D&gt;44 mgの計は収載値を単純に足すと1544 mgですが、有効数字2桁で丸めると1500 mgという収載値となります。</p>
<p>一般成分(水分、たんぱく質、脂質、炭水化物及び灰分)を足しても100.0 gにならない食品があるのはなぜですか？</p>	<p>以下のような理由が考えられます。 ・一般成分に加え、備考欄に加熱により発生する二酸化炭素、硝酸イオン、酢酸、アルコール、タンニン、テオブロミン、カフェイン、ポリフェノールの記載がある場合はそれらの値も足し上げると100.0となります。 ・収載値が四捨五入されているため、計が100.0と一致しない場合があります。 ・動物性食品(魚介類、肉類、卵類)の炭水化物は、差引き法ではなく、直接分析をしています。このため、分析誤差等により足し上げた数値が100.0 gにならない場合があります。</p>



<p>利用可能炭水化物(単糖当量)が利用可能炭水化物の「計」より、値が高いのはなぜですか？</p>	<p>利用可能炭水化物(単糖当量)は、それぞれの利用可能炭水化物に、決まった換算係数を乗じて求めています(換算係数はでん粉:1.10、二糖類:1.05、マルトデキストリン:1.10、マルトトリオース等のオリゴ糖:1.07)。そのため、単糖以外の利用可能炭水化物が含まれている場合には、利用可能炭水化物(単糖当量)は「計」の値よりも高くなります。</p>
<p>食品表示基準では、炭水化物量から食物繊維量を差し引いたものを「糖質」と呼んでいますが、成分表2015年版で、「糖質」量がマイナスになるものについてはどうしたらよいですか？(食物繊維量が炭水化物量よりも多い場合)</p>	<p>成分表2015年版には、「糖質」という成分項目はありません。成分表の食物繊維は分析値ですが、成分表の炭水化物は差引き法による計算値です。そこで、成分表を使って「糖質」量を計算すると、炭水化物量は他の成分測定の不確かさの影響を受けているため、「糖質」量が不正確になってしまいます。</p> <p>成分表2015年版には、ご指摘のように「糖質」量を計算すると「糖質」量がマイナスになる食品が13ありますが、分析値を重視する方針があるため、補正はしていません。</p> <p>また、成分表(炭水化物成分表編)には、でん粉、ぶどう糖、果糖、ガラクトース、しょ糖、麦芽糖、乳糖及びトレハロース等を収載しています。この合計(質量で表した利用可能炭水化物の合計)に有機酸を加えた値は、いわゆる糖質(炭水化物－食物繊維)の値と強い相関があります。しかし、炭水化物成分表の食品数は、まだ1,000未満なので日本人の食生活を十分カバーできません。そこで、今後も炭水化物成分表の収載食品数の拡充に努めていく予定です。</p>
<p>果実類に載っているいちご、スイカ、メロンは野菜類ではないのですか？</p>	<p>日本食品成分表における果実類は、原則として木本植物から収穫されるものを収載しています。しかし、利便性の観点から、草本植物から収穫されるものであっても、通常の食習慣において果物と考えられている「イチゴ」、「メロン」、「スイカ」等は、果実類として収載しました。</p>
<p>藻類の食物繊維の内訳(水溶性、不溶性)を教えてください。</p>	<p>藻類の食物繊維は、寒天質やアルギン酸等の粘質多糖類が多く、分析の際に行う水溶性食物繊維と不溶性食物繊維の分別が困難であることから、総量のみを定量し、示しています。</p>
<p>Tagnameとはなんですか？</p>	<p>Tagnameは、FAO/INFOODSが定めている国際的に利用できる食品成分識別子です。これが同じであれば、外国の成分表でも同じ定義の栄養成分であると考えられます。</p> <p>(注:アミノ酸など、一般的な略称とは異なる場合がありますので、ご注意ください。)</p>
<p>成分表作成に用いられた分析法を教えてください。</p>	<p>『日本食品標準成分表2015年版(七訂)分析マニュアル・解説』(建帛社発行)として取りまとめています。</p> <p>分析のフローチャート等については、文部科学省ホームページにも公開しています。</p> <p><a href="http://www.mext.go.jp/a_menu/syokuhinseibun/1368931.htm">http://www.mext.go.jp/a_menu/syokuhinseibun/1368931.htm</a></p>

＜食品表示(栄養成分表示)について＞	
食品表示について相談したいのですが、文部科学省資源室あてで良いですか？	食品表示については、内閣府消費者庁にお問い合わせください。 (消費者庁食品表示企画課 ;Tel 03(3507)8800(代表))
食品の成分表示には、日本食品標準成分表2010の数値を使いたいのですが、問題ないですか？	消費者庁の「食品表示法に基づく栄養成分表示のためのガイドライン」に、「日本食品標準成分表は最新版を利用する」旨が記載されていますので、誤った使い方になります。日本食品標準成分表2015年版(七訂)の収載値をお使い下さい。(ガイドラインP13【利用可能なデータベースの事例】)
食品の栄養成分表示に日本食品標準成分表の数値を引用する場合、成分表をフルネームで記載しなければならないですか？	消費者庁によれば、日本食品標準成分表2015年版(七訂)、日本食品標準成分表2015年版、日本食品標準成分表七訂、七訂日本食品標準成分表の表記が可能とのことです。
栄養成分表示に追補2016年を引用する場合、フルネームで記載しなければならないのですか。	消費者庁にお問い合わせください。
平成32(2020)年に義務化される栄養成分表示に対する対応はどうなっていますか。	平成32(2020)年から食品表示法に基づき加工食品等の栄養成分表示が義務づけられます(消費者庁所管)。具体的には、エネルギー(熱量)、たんぱく質、脂質、炭水化物及びナトリウム(食塩相当量)の表示が義務化されることになっています(詳細は消費者庁にお問い合わせ願います)。 食品の表示値を得る方法として、消費者庁は、分析値、計算値、参照値、これらの併用などが可能であるとしています。さらに、この計算値を得るために食品成分表にある成分値を用いて、食品の表示値を算出できるとしています。 食品成分表の策定に当たっては、こうした状況を踏まえ、事業者を含め利用者への便宜を一層図るため、加工食品の栄養成分表示に資するよう、関係する食品を収載するよう努めています。 追補2016では、例えば、ライスペーパー、パインアップル・リンゴの焼き、しいたけ・かんぴょう・油揚げの甘煮、松前漬けが該当すると考えられます。
＜ひじきについて＞	
ひじきの鉄の値は減ったのですか？	ひじきの鉄分に製品ごとに大きなばらつきがあることや、ひじきの鉄分が製造工程に由来するとの文献などに基づき、製法の異なるひじきを分析しました。その結果、ステンレス釜製品と鉄釜製品の間に有意な差があったため、食品を細分化して収載することとしました。
ほしひじきの製法で、煮熟と蒸煮では鉄の値は変わるのですか？	「ほしひじき ステンレス釜」(09050～09052)の成分値の決定にあたっては、煮熟した製品と蒸煮した製品の両方を試料としましたが、分析結果に両者の間で明確な差はありませんでした。なお、「ほしひじき 鉄釜」(09053～09055)は、煮熟した製品を試料とした分析結果に基づいて成分値を決定しています。
成分表2015年版(七訂)に収載しているひじきは輸入品ですか、国産品ですか？	国産品です。分析を行った際、輸入品は製造に用いられた釜の材質等の情報が入手できなかったため、製造方法が明確な国内産のほしひじきのみを試料としました。
鉄釜を使って製造されたひじきは今でもあるのですか？	あります。成分表に収載している「ほしひじき 鉄釜」(09053～09055)は、国内で鉄釜を使って製造されたほしひじきを入手し、分析しました。
家で鉄鍋を使えば、食品に鉄が吸着するのですか？	日本食品成分表2015年版(七訂)の「鉄釜」とは、ほしひじきの製造工程において、原藻を長時間煮る「製造用の釜」であり、ご家庭で調理に用いる「鍋」ではありません。通常の調理で鉄鍋を使用した場合については調査していません。