

トランス脂肪酸を例にして栄養表示を考える

2011. 9. 8

NPO法人食品保健科学情報交流協議会

理事 森田 邦雄



I トランス脂肪酸の情報開示に関する指針について

1 2003年、世界保健機関(WHO)は、トランス脂肪酸の摂取により、心疾患のリスクが高められるとの報告があることから「トランス脂肪酸の平均摂取量は総エネルギー摂取量の1%未満にすべき」と勧告

2 2006年、食品安全委員会は、わが国のトランス脂肪酸の摂取状況について総エネルギー摂取量の0.6%であると報告

3 2010年、消費者庁は、最近の研究において若年層や女性などに摂取量が1%を超える集団があるとの報告があるとして、トランス脂肪酸を含む脂質に関する情報を自主的に開示する取り組みを進めるよう食品事業者に要請するための指針(案)を公表し国民の意見を求めた

4 2010年2月21日、消費者庁は指針を公表



トランス脂肪酸の情報開示に関する指針の概要

- 近年の科学的な知見の蓄積に伴い、消費者にとって、脂質に関する情報が食品選択の重要な指標となりつつある。しかしながら、健康増進法に基づき表示の基準が定められている飽和脂肪酸やコレステロールと異なり、トランス脂肪酸については、表示する際のルールが存在しない。
- このため、消費者庁では、「トランス脂肪酸の情報開示に関する指針」を公表し、トランス脂肪酸に関して食品事業者が情報開示を行う際の考え方を明らかにした。

トランス脂肪酸の定義

●本指針において「トランス脂肪酸」とは、食品に関する国際規格を定めるコーデックス委員会において採択された定義と同様とする。

(コーデックス委員会において採択された定義)

少なくとも1つ以上のメチレン基で隔てられたトランス型の非共役炭素-炭素二重結合を持つ単価不飽和脂肪酸及び多価不飽和脂肪酸のすべての幾何異性体をいう。

(注)トランス脂肪酸には、天然由来のものと同様に工業的に作られたものが存在するが、これらを正確に区別して分析することができないため、区別して取り扱わない。

トランス脂肪酸が含まれる主な食品

【工業的に作られるもの】

常温で液体の植物油への水素添加によって製造されたマーガリン、ファットスプレッド、ショートニングや、それらを原材料に使ったパン、ケーキ、ドーナッツなどの洋菓子、揚げ物等。

高温処理した植物油にも微量のトランス脂肪酸が含まれている。

【天然に含まれるもの】

牛や羊などの反芻(はんすう)動物では、胃の中の微生物の働きによって、トランス脂肪酸が作られる。そのため、牛肉や羊肉、牛乳や乳製品の中には微量のトランス脂肪酸が含まれている。



指針のポイント

【表示方法】

販売に供する食品の容器包装、ホームページや広告による情報開示を期待する食品の含有量の表示をする場合には、栄養表示基準に定める表示事項に加え、飽和脂肪酸及びコレステロールの含有量を表示する。

- 名称等:「トランス脂肪酸」とし、他の栄養成分と同様に(枠内に)表示。
- 単位:100g若しくは100ml又は1食分、1包装その他の1単位当たりの含有量を一定の値により記載し、単位はグラム(g)。
- 誤差:認められる誤差範囲は、プラス20%。
※0gと表示できるのは、原則としてトランス脂肪酸が含まれない場合に限るが、食品100g当たり(清涼飲料水等にあつては100ml当たり)のトランス脂肪酸の含有量が0.3g未満である場合には、0gと表示しても差し支えない。

【強調表示】

- 「含まない旨」の表示:次のいずれにも該当する場合には、「無」「ゼロ」「フリー」その他これに類する表示ができる。
 - 食品100g当たり(清涼飲料水等にあつては100ml当たり)のトランス脂肪酸含有量が0.3g未満である場合
 - 食品100g当たりの飽和脂肪酸の量が1.5g(清涼飲料水等にあつては、食品100ml当たりの飽和脂肪酸の量が0.75g)未満、又は当該食品の熱量のうち飽和脂肪酸に由来するものが当該食品の熱量の10%未満である場合
- 「低減された旨」の表示:比較対照する食品名及び低減量又は割合を表示

【分析方法】

- 国際的に推奨されている分析方法であるAOCS Ce1h-05又はAOAC 996.06による
 - 他の分析方法を用いる場合には、これらと同等の性能を有する分析方法で
- (消費者庁ホームページ参照)

(目的)

第一条 この法律は、我が国における急速な高齢化の進展及び疾病構造の変化に伴い、国民の健康の増進の重要性が著しく増大していることにかんがみ、国民の健康の増進の総合的な推進に関し基本的な事項を定めるとともに、国民の栄養の改善その他の国民の健康の増進を図るための措置を講じ、もって国民保健の向上を図ることを目的とする。

(食事摂取基準)

第三十条の二 厚生労働大臣は、生涯にわたる国民の栄養摂取の改善に向けた自主的な努力を促進するため、国民健康・栄養調査その他の健康の保持増進に関する調査及び研究の成果を分析し、その分析の結果を踏まえ、食事による栄養摂取量の基準(以下この条において「食事摂取基準」という。)を定めるものとする。

2 食事摂取基準においては、次に掲げる事項を定めるものとする。

一 国民がその健康の保持増進を図る上で摂取することが望ましい熱量に関する事項

二 国民がその健康の保持増進を図る上で摂取することが望ましい次に掲げる栄養素の量に関する事項

イ 国民の栄養摂取の状況からみてその欠乏が国民の健康の保持増進に影響を与えているものとして厚生労働省令で定める栄養素

ロ 国民の栄養摂取の状況からみてその過剰な摂取が国民の健康の保持増進に影響を与えているものとして厚生労働省令で定める栄養素

3 厚生労働大臣は、食事摂取基準を定め、又は変更したときは、遅滞なく、これを公表するものとする。

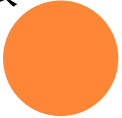


健康増進法施行規則

第十一条 法第三十条の二第二項第二号イの厚生労働省令で定める栄養素は、次のとおりとする。

- 一 たんぱく質
- 二 n—6系脂肪酸及びn—3系脂肪酸
- 三 炭水化物及び食物繊維
- 四 ビタミンA、ビタミンD、ビタミンE、ビタミンK、ビタミンB₁、ビタミンB₂、ナイアシン、ビタミンB₆、ビタミンB₁₂、葉酸、パントテン酸、ビオチン及びビタミンC
- 五 カリウム、カルシウム、マグネシウム、リン、鉄、亜鉛、銅、マンガン、ヨウ素、セレン、クロム及びモリブデン

2 法第三十条の二第二項第二号ロの厚生労働省令で定める栄養素は、次のとおりとする。

- 一 脂質、飽和脂肪酸及びコレステロール
 - 二 糖類(単糖類又は二糖類であって、糖アルコールでないものに限る。)
 - 三 ナトリウム
- 

(栄養表示基準)

第三十一条 内閣総理大臣は、販売に供する食品(特別用途食品を除く。)につき、栄養表示(栄養成分(前条第二項第二号イ又はロの厚生労働省令で定める栄養素を含むものに限る。次項第一号において同じ。)又は熱量に関する表示をいう。以下同じ。)に関する基準(以下「栄養表示基準」という。)を定めるものとする。

2 栄養表示基準においては、次に掲げる事項を定めるものとする。

一 食品の栄養成分の量及び熱量に関し表示すべき事項並びにその表示の方法

二 前条第二項第二号イの厚生労働省令で定める栄養素を含む栄養成分であってその正確な情報を国民に伝達することが特に必要であるものとして内閣府令で定めるものにつき、その補給ができる旨を表示するに際し遵守すべき事項又はその旨が表示された栄養表示食品(本邦において販売に供する食品であって、栄養表示がされたもの(第二十九条第一項の承認を受けた食品を除く。))をいう。次号及び次条において同じ。)で輸入されたものを販売するに際し遵守すべき事項

三 前条第二項第二号ロの厚生労働省令で定める栄養素を含む栄養成分であってその正確な情報を国民に伝達することが特に必要であるものとして内閣府令で定めるもの又は熱量につき、その適切な摂取ができる旨を表示するに際し遵守すべき事項又はその旨が表示された栄養表示食品で輸入されたものを販売するに際し遵守すべき事項



3 内閣総理大臣は、栄養表示基準を定め、若しくは変更しようとするとき、又は前項第二号若しくは第三号の内閣府令を制定し、若しくは改廃しようとするときは、あらかじめ、厚生労働大臣に協議しなければならない。

4 内閣総理大臣は、栄養表示基準を定め、又は変更したときは、遅滞なく、これを告示しなければならない。

(栄養表示基準の遵守義務)

第三十一条の二 販売に供する食品(特別用途食品を除く。)につき、栄養表示をしようとする者及び栄養表示食品を輸入する者は、栄養表示基準に従い、必要な表示をしなければならない。ただし、販売に供する食品(特別用途食品を除く。)の容器包装及びこれに添付する文書以外の物に栄養表示をする場合その他政令で定める場合は、この限りでない。



法律上の整理

- 1 今回の指針は栄養表示基準を根拠とする行政指導と思われ、栄養表示基準の根拠は「健康増進法」にある
- 2 健康増進法では、厚生労働大臣は生涯にわたる国民の栄養摂取の改善に向けた自主的な努力を促進するため食事による栄養摂取量の基準(食事摂取基準)を定めることになっており(第30条の2第1項)、熱量と栄養素の量を定めている
- 3 栄養素としては、その欠乏が国民の健康の保持増進に影響を与えているもの及びその過剰な摂取が国民の健康の保持増進に影響を与えているものについて厚生労働省令において定めている(施行規則第11条第1項及び第2項)。



4 欠乏の栄養素として、たんぱく質、炭水化物及び食物繊維、ビタミンA、カルシウム等が定められている

5 過剰の栄養素として、脂質、飽和脂肪酸及びコレステロール、単糖類及び2糖類、ナトリウムが定められている

6 トランス脂肪酸は、過剰な栄養素として定められていない

7 食事摂取基準が定められた栄養素について消費者庁を所管する内閣総理大臣は栄養表示基準を定めることとなっている(第31条第1項)

従って、食事摂取基準が定められていない栄養素については、健康増進法に基づく栄養表示基準を定めることができない

8 トランス脂肪酸の表示を指導するのであれば、その前に、食事摂取基準が定める必要がある

9 摂取の判断基準が定められていないものについて、行政指導とはいえ表示等を指導するのは食品事業者及び消費者の双方がいたずらに混乱するばかりであり、演者は、指針(案)を設定することは反対である旨コメントを提出した

10 仮に、表示が必要であるとしたとしても、その前に、トランス脂肪酸の安全性評価をする必要がある

食品安全委員会において必要があれば耐容一日摂取量(TDI: Tolerable Daily Intake)を設定し(リスクアセスメント)

それに基づき厚生労働省において、必要な食品のトランス脂肪酸の成分規格を設定するか、トランス脂肪酸の多食者に対する食事指導を行う等のリスクマネージメントを検討すべきと思われる

リスクアナリシスに基づく行政を基本としてきた食品の安全確保については、基本を大切にしていける必要がある。

そのためにも関係する省庁の連携をしっかりとってもらうことが重要である。

平成23年7月20日、消費者庁は「栄養成分表示検討会報告書(案)」を公表

(消費者庁ホームページより)

対象とする栄養成分の選定

(別紙)

- 【選定基準】
- 我が国の健康・栄養政策を推進する観点から重要度が高いと考えられるもの
 - 我が国の健康・栄養政策で目標を掲げているもの
 - 国民の栄養摂取状況から問題があると考えられるもの
 - 健康・栄養に関する基本的な知識として、全ての国民が知っておくべきであると考えられるもの
 - 国内外の科学的根拠をもとに、対応が求められているもの

現在の栄養表示 *一般表示事項のみ

1	エネルギー
2	たんぱく質
3	脂質
4	炭水化物
5	ナトリウム

見直し案

*:一般表示事項/無印:一般表示事項以外の成分/()現行の表示順

1	*エネルギー(1)	適正体重の維持が推奨される中、各種疾病のリスクファクターである肥満について、特に20-60歳代の男性肥満者の割合は増加傾向が鈍化。
2	*ナトリウム(5)	高血圧予防の観点で我が国の健康・栄養政策として重要度が高い栄養成分であるが、目標量以上をとっている人が7割以上存在。
3	*脂質(3)	脂質のとりすぎは動脈硬化等心疾患のリスクを促進することから、適切な脂肪エネルギー比率での摂取が推奨されるが、目標量を超える人が約半数存在。
4	*炭水化物(4)	最も主要なエネルギー源であり、摂取割合が最も多い。
5	*たんぱく質(2)	人の体の組織を構成する主要な栄養素である。
	*食物繊維	循環器疾患やがんの予防として設定された栄養素のひとつであり、目標量をとれていない人が半数以上存在。
	飽和脂肪酸	WHOでは、飽和脂肪酸の摂取低減や不飽和脂肪酸への切り替えを推奨しているが、適正範囲を超える人が半数近く存在。
	トランス脂肪酸	トランス脂肪酸のとりすぎは心疾患のリスクを促進。
	コレステロール	血中コレステロールが心疾患のリスクを高める可能性。
	糖類	WHOでは、遊離糖類の摂取制限を推奨。
	ビタミン ミネラル	循環器疾患やがんの予防に、カリウム、食物繊維、ビタミンC、カルシウム等を通常の食事として摂取することを推奨。