

## 栄養機能食品のご紹介

### ○栄養機能食品とは

特定の栄養成分の補給・補完のために利用される食品で、栄養成分の機能を表示するものをいいます。対象食品は消費者に販売される容器包装に入れられた一般用加工食品及び一般用生鮮食品です。

### ○対象の栄養成分

栄養成分機能を表示するための基準が定められている栄養成分は、**20種類**あります。

ミネラル	脂肪酸	ビタミン
<ul style="list-style-type: none"> <li>・亜鉛</li> <li>・カリウム</li> <li>・カルシウム</li> <li>・鉄</li> <li>・銅</li> <li>・マグネシウム</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・n-3系脂肪酸</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ナイアシン</li> <li>・パンテトン酸</li> <li>・ビオチン</li> <li>・ビタミンA</li> <li>・ビタミンB<sub>1</sub></li> <li>・ビタミンB<sub>2</sub></li> <li>・ビタミンB<sub>6</sub></li> <li>・ビタミンB<sub>12</sub></li> <li>・ビタミンC</li> <li>・ビタミンD</li> <li>・ビタミンE</li> <li>・ビタミンK</li> <li>・葉酸</li> </ul>

栄養機能食品として販売する為には、1日当たりの摂取目安量に含まれる当該栄養成分量が定められた上・下限値の範囲内にある必要があるほか、「栄養成分の機能」に併せて「摂取をする上での注意事項」等も表示しなければなりません。

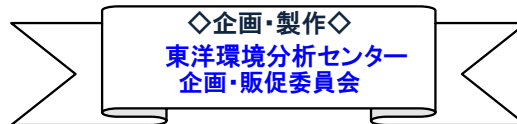
今回は、対象となる栄養成分の中からミネラルの基準、表示についてご紹介致します。

栄養成分	1日当たりの摂取目安量に含まれる栄養成分量		表示例	
	下限値	上限値	栄養成分の機能	摂取をする上での注意事項
亜鉛	2.64mg	15mg	亜鉛は、味覚を正常に保つのに必要な栄養素です。 亜鉛は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。 亜鉛は、たんぱく質・核酸の代謝に関与して、健康の維持に役立つ栄養素です。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。亜鉛の摂り過ぎは、銅の吸収を阻害するおそれがありますので、過剰摂取にならないよう注意してください。1日の摂取目安量を守って下さい。乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。
カリウム	840mg	2800mg	カリウムは、正常な血圧を保つのに必要な栄養素です。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。1日の摂取目安量を守って下さい。腎機能が低下している方は本品の摂取を避けてください。
カルシウム	204mg	600mg	カルシウムは、骨や歯の形成に必要な栄養素です。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。1日の摂取目安量を守って下さい。
鉄	2.04mg	10mg	鉄は、赤血球を作るのに必要な栄養素です。	
銅	0.27mg	6.0mg	銅は、赤血球の形成を助ける栄養素です。 銅は、多くの体内酵素の正常な働きと骨の形成を助ける栄養素です。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。1日の摂取目安量を守って下さい。乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。
マグネシウム	96mg	300mg	マグネシウムは、骨や歯の形成に必要な栄養素です。 マグネシウムは、多くの体内酵素の正常な働きとエネルギー産生を助けるとともに、血液循環を正常に保つのに必要な栄養素です。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。多量に摂取すると軟便(下痢)になることがあります。1日の摂取目安量を守って下さい。乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。

(食品表示基準 平成27年3月20日内閣府令第10号 参照)

今回ご紹介した栄養成分は、弊社にて検査を承っております。ご質問等ございましたら、お近くの営業所までお問い合わせ下さい。また、弊社では食品微生物検査も行っております。詳細はHPにて紹介しておりますので是非ご覧下さい。

(食材・食品の微生物検査紹介ページ <http://www.let-toyokankyo.com/foods/biseibutsu.html>)



弊社社員ブログ更新中です！  
是非ご覧下さい！



<http://www.let-toyokankyo.com>