

表示チェック例

事例5.「身体の組織機能の一般的増強、増進効果を主たる目的とする効果」の表示②

【食堂入り口 料理用POP】

鶏肉の南蛮漬け

ほどよい酸味の南蛮漬け。
南蛮酢に含まれる酢は、
疲労回復をサポートします。

●Kcal ●g ●g ●g



■ 概要

- ・ 設置場所: 食堂入り口
- ・ 表示媒体: 料理用POP
- ・ 表示対象: 料理(鶏肉の南蛮漬け)
- ・ 内容: 酢の疲労回復効果

■ 現在の栄養成分の表示項目

- ・ エネルギー、たんぱく質、脂質、食塩相当量

■ 強調したい栄養成分の含有量
(非該当)

チェックポイント

評価	理由	備考
× Check1 エビデンスはあるか	酢は、俗に「疲労回復によい」「血圧を下げる」「血流を改善する」「脂質代謝を改善する」「糖代謝を改善する」と言われているが、ヒトでの有効性については信頼できる十分なデータはない。	・ ガイド48頁 (資料5)
× Check2 表現は適切か	1)健康保持増進等の表現 「・・・疲労回復をサポートします」 「疲労回復」は、「身体の組織機能の一般的増強、増進効果を主たる目的とする効果」の表示にあたる。これは、医薬品的な効能効果の表示に該当するため、表示は適切ではない。 2)表示は何を説明しているのか明確か? 料理に使用されている「酢」の効能効果 ※表示の文章は明確だが、酢の疲労回復等の効果に関するエビデンスは不明確で、健康保持増進等の表現が不適切であるため、表示は適切ではない。 3)「多い・含む」の表現は適切か? (非該当) × △ -	・ ガイド16頁 ・ ガイド48頁 (資料6,7,8)
表示の適否	適否の理由・修正のポイント	
× 不適切	・エビデンス、表現に問題があるため表示は適切ではない。 【修正例】 ・ほどよい酸味の南蛮漬け。 ・さっぱりとした味付けで、暑い夏の日におすすめ！	

表示チェック例

事例6.「ある成分の特定の保健の用途に適する旨の効果」の表示①

【食堂入り口 料理用POP】 	■ 概要 ・ 設置場所: 食堂入り口 ・ 表示媒体: 献立用POP ・ 表示対象: 定食(焼きサンマ定食) ・ 内容: DHA、EPAの悪玉コレステロールの低下作用 ■ 現在の栄養成分の表示項目 ・ エネルギー、たんぱく質、脂質、食塩相当量 ■ 強調したい栄養成分の含有量 ・ EPA含有量: 1600mg ・ DHA含有量: 2300mg
---	---

チェックポイント

評価	理由	備考
Check1 エビデンスはあるか	EPAやDHA等のn-3系脂肪酸は、血液中のLDLコレステロールや中性脂肪を減らし、HDLコレステロール値を上昇させる作用がある。俗に、「動脈硬化、脂質異常症、認知症などの予防や改善により」「アトピー、アレルギー等により」などと言われているが、ヒトにおいては冠動脈疾患に有効性が示唆されている。	・ ガイド48頁 (資料3)
Check2 表現は適切か	1)健康保持増進等の表現 「・・・血中の悪玉コレステロールを低下させる」 本ガイドでは、①「疾病治療または予防を目的とする効果」、②「身体の組織機能の増強、増進を主たる目的とする効果」を除く、栄養成分等の効果について表現することは問題ないと判断する。 「血中の悪玉コレステロールを低下させる」の表現は①②に該当しないため、表示は適切。 適切例(ある成分の特定の保健の用途に適する旨の効果の表現) ・ おなかの調子を整えます。 ・ コレステロールの吸収を抑える。 ・ 食後の血中中性脂肪の上昇を抑える。 ・ 血圧が高めの方に適する。 2)表示は何を説明しているのか明確か? EPA、DHAの悪玉コレステロール低下作用。 3)「多い・含む」の表現は適切か? (非該当)	・ ガイド16頁 ・ ガイド48頁 (資料6,7,8)
表示の適否	適否の理由・修正のポイント	
適切	・ 表示内容は、「疾病治療または予防を目的とする効果」、「身体の組織機能の増強、増進を主たる目的とする効果」には該当しないことから、表示は適切と判断できる。 ただし、EPA、DHAについて表示するのであれば、POPに含有量を表示した方がよい。	

表示チェック例

事例7.「ある成分の特定の保健の用途に適する旨の効果」の表示②

【食堂入り口 料理用POP】

わかめスープ

わかめに含まれる食物繊維には、
食後の血糖の上昇を
緩やかにする働きがあります。

●kcal ●g ●g ●g ●g



- 概要
 - ・ 設置場所: 食堂入り口
 - ・ 表示媒体: 献立用POP
 - ・ 表示対象: 料理(わかめスープ)
 - ・ 内容: 食物繊維の糖吸収に関する作用
- 現在の栄養成分の表示項目
 - ・ エネルギー、たんぱく質、脂質、食塩相当量、食物繊維
- 強調したい栄養成分の含有量
 - ・ 食物繊維: 0.8g

チェックポイント

評価	理由	備考
○ Check1 エビデンスはあるか	食物繊維のうち水溶性食物繊維は、水分を吸収して膨張し、摂取した食品での滞留時間を長くさせる。また、小腸で糖が吸収される際、膨張した水溶性食物繊維によって糖が消化酵素と接しにくくなり、吸収に伴う血糖値の上昇が穏やかになる。また、コレステロールの吸収を妨げ、体外に排出されやすくする。	・ ガイド48頁 (資料3)
× Check2 表現は適切か	1)健康保持増進等の表現 「・・・食後の血糖値の上昇を緩やかにします。」 本ガイドでは、①「疾病治療または予防を目的とする効果」、②「身体の組織機能の増強、増進を主たる目的とする効果」を除く、栄養成分等の効果について表現することは問題ないと判断する。 「食後の血糖の上昇を緩やかにする」の表現は①②に該当しないため、表示は適切。 ○ 2)表示は何を説明しているのか明確か? 食物繊維の糖吸収に関する作用 ○ 3)「多い・含む」の表現は適切か? この料理の食物繊維含量は、ガイドの「含む」の基準(2.0g)を下回っており、この料理に食物繊維の表示をすることは適切ではない。 ×	・ ガイド16頁 ・ ガイド48頁 (資料6,7,8) ・ ガイド25頁
表示の適否	適否の理由・修正のポイント	
× 不適切	・ 表示内容は、「疾病治療または予防を目的とする効果」、「身体の組織機能の増強、増進を主たる目的とする効果」には該当しない。しかし、この料理の食物繊維含量は本ガイドの「含む」の基準(2.0g)を下回っていることから、表示は適切ではない。	

表示チェック例

事例8.「ある成分の特定の保健の用途に適する旨の効果」の表示③

【食堂入り口 料理用POP】 	■ 概要 ・ 設置場所: 食堂入り口 ・ 表示媒体: 献立用POP ・ 表示対象: 料理(ごま団子) ・ 内容: ゴマリグナンの老化防止作用 ■ 現在の栄養成分の表示項目 ・ エネルギー、たんぱく質、脂質、食塩相当量 ■ 強調したい栄養成分の含有量 (不明)
---	--

チェックポイント

評価	理由	備考
✕ Check1 エビデンスはあるか	ゴマリグナンはゴマに含まれる抗酸化物質である。俗に、「がんや老化の予防に効果がある」と言われているが、ヒトでの有効性については明らかではない。	
✕ Check2 表現は適切か	1)健康保持増進等の表現 「・・・老化の原因となる活性酸素の生成を抑えます」 ゴマリグナンは抗酸化物質ではあるが、「・・・老化の原因となる活性酸素の生成を抑えます」と表現することで、ゴマリグナンに老化防止作用があると読み取れる。 「老化防止」は「身体の組織機能の一般的増強、増進効果を主たる目的とする効果」の表示にあたる。医薬品的な効能効果の表示に該当するため、表示は適切ではない。 他の不適切事例 ・ DHAは血液中の悪玉コレステロールを低下させ、動脈硬化を予防します。 ・ 食物繊維は食後の血糖値の上昇を緩やかにし、糖尿病の方にお勧めです。 2)表示は何を説明しているのか明確か？ ゴマリグナンの抗酸化作用による老化防止作用 ※表示の文章は明確だが、ゴマリグナンの老化防止作用に関するエビデンスはなく、健康保持増進等の表現が不適切であるため、表示は適切ではない。 3)「多い・含む」の表現は適切か？ (非該当)	✕ ・ ガイド16頁 ・ ガイド48頁 (資料6.7.8) △ -
表示の適否	適否の理由・修正のポイント	
✕ 不適切	・ ゴマリグナンの老化防止作用に関するエビデンスはないため、表示は適切ではない。 【修正例】 ・ ごまの香ばしい風味ともちもちの食感がおいしい一品です。	