

本日の研修内容

1 食品表示法

- ・栄養成分表示について

食品表示法

食品表示基準

Q&A



2 健康増進法

- ・誇大広告の禁止について

健康増進法



栄養成分表示について

- ◆ 栄養成分表示の対象について
- ◆ 栄養成分の量を強調して表示する場合
- ◆ 適切な方法で表示されているか？
- ◆ 表示される値は適切か？

食品表示基準が適用される栄養成分及び熱量

	一般用 ・加工食品 ・添加物	業務用 ・加工食品 ・添加物	生鮮食品
熱量、たんぱく質、脂質、炭水化物、ナトリウム（食塩相当量で表示）	義務	任意	任意
飽和脂肪酸、食物繊維	推奨	任意	任意
n-3系脂肪酸、n-6系脂肪酸、コレステロール、糖質、糖類 <small>（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）</small> 、亜鉛、カリウム、カルシウム、クロム、セレン、鉄、銅、マグネシウム、マンガン、モリブデン、ヨウ素、リン、ナイアシン、パントテン酸、ビオチン、ビタミンA、ビタミンB ₁ 、ビタミンB ₂ 、ビタミンB ₆ 、ビタミンB ₁₂ 、ビタミンC、ビタミンD、ビタミンE、ビタミンK、葉酸	任意	任意	任意

栄養表示をしようとする場合、特定保健用食品及び機能性表示食品は食品表示基準に基づいて栄養成分表示を行う必要がある

栄養成分表示を省略できる場合

次の①～⑤は、栄養成分表示を省略することができる

注) 栄養表示をしようとする場合は省略できない。

①～⑤に該当しても、表示が可能なものは、できるだけ表示することが望ましい

① 容器包装の表示可能面積がおおむね
30cm²以下

② 酒類



栄養成分表示を省略できる場合

③ 栄養の供給源としての寄与の程度が小さいもの

- 熱量、たんぱく質、脂質、炭水化物、ナトリウムの全てが、0(ゼロ)と表示することができる基準を満たしている場合
- 1日に摂取する当該食品由来の栄養成分(たんぱく質、脂質、炭水化物、ナトリウム)の量・熱量が、**社会通念上微量**である場合



0(ゼロ)と表示できる基準

- 基準が定められている栄養成分等について食品100g当たり(飲用は100ml当たり)の含有量が**基準値未満の場合は0(ゼロ)と表示できる。**
- 含有量が0(ゼロ)であっても表示項目は省略できないが、複数の表示項目が0(ゼロ)の場合は「たんぱく質と脂質が0」と一括して表示できる。

0(ゼロ)と表示できる基準値	
熱量	5 kcal
たんぱく質	0.5 g
脂質	0.5 g
飽和脂肪酸	0.1 g
コレステロール	5 mg
炭水化物	0.5 g
糖質	0.5 g
糖類	0.5 g
食物繊維	0.5 mg
ナトリウム	5 mg

※食品表示基準別表第9参照

栄養成分表示を省略できる場合

④ 極めて短い期間で原材料(その配合割合を含む)が変更されるもの

- 日替わり弁当(サイクルメニューを除く)等、**レシピが3日以内に変更**される場合



- 複数の部位を混合しているため**その都度原材料が変わるもの**
例: 合挽肉、切り落とし肉等の切り身を使用した食肉加工品、白もつ等のうち
複数の種類・部位を混合しているためその都度原材料が変わるもの

栄養成分表示を省略できる場合

- ⑤ **消費税法**(昭和63年法律第108号) **第9条第1項**において消費税を納める義務が免除される事業者※1が販売するもの
当分の間、「**中小企業基本法**(昭和38年法律第154号) **第2条第5項**に規定する**小規模企業者**※2が販売するもの」も省略できる。

※1 消費税を納める義務が免除される事業者

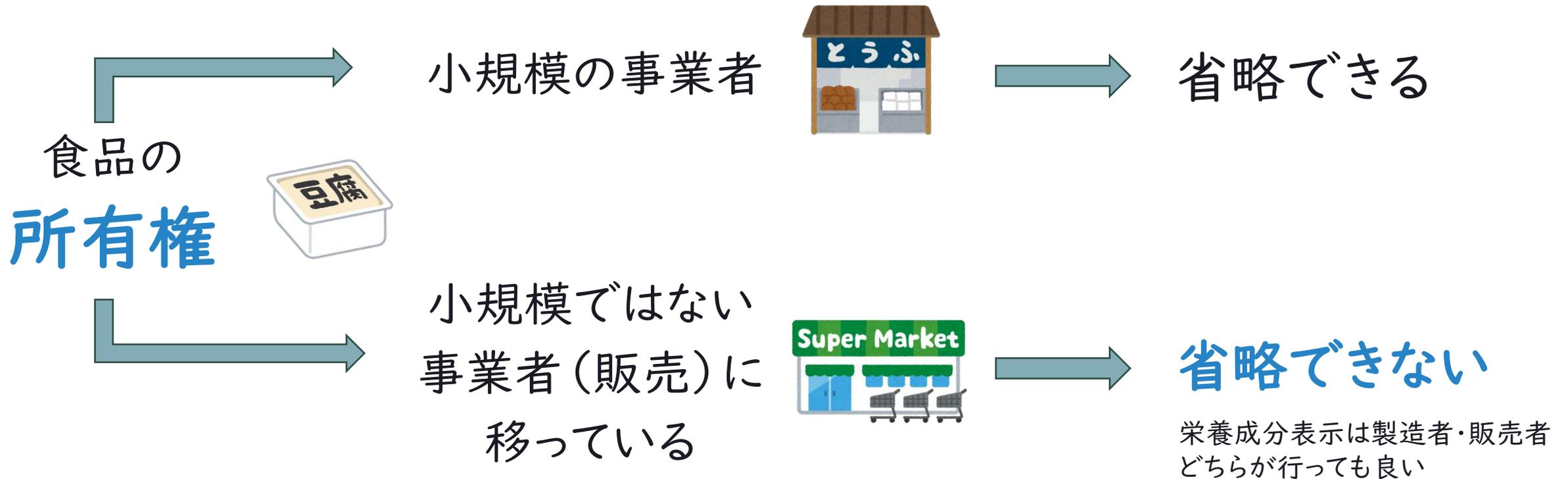
課税期間の基準期間における課税売上高が1000万円以下の事業者のこと。消費税法において、課税売上高は全事業の売り上げで判断することとされている。

※2 中小企業基本法第2条第5項に規定する小規模企業者

おおむね常時使用する従業員の数が20人以下、商業又はサービス業に属する事業を主たる事業として営む者については5人以下の事業者。

省略できる？ 省略できない？

～ 小規模の事業者における栄養成分表示の省略 ～



省略できる？ 省略できない？

【例①】小規模の事業者が製造し、小規模ではない事業者が「販売」する場合

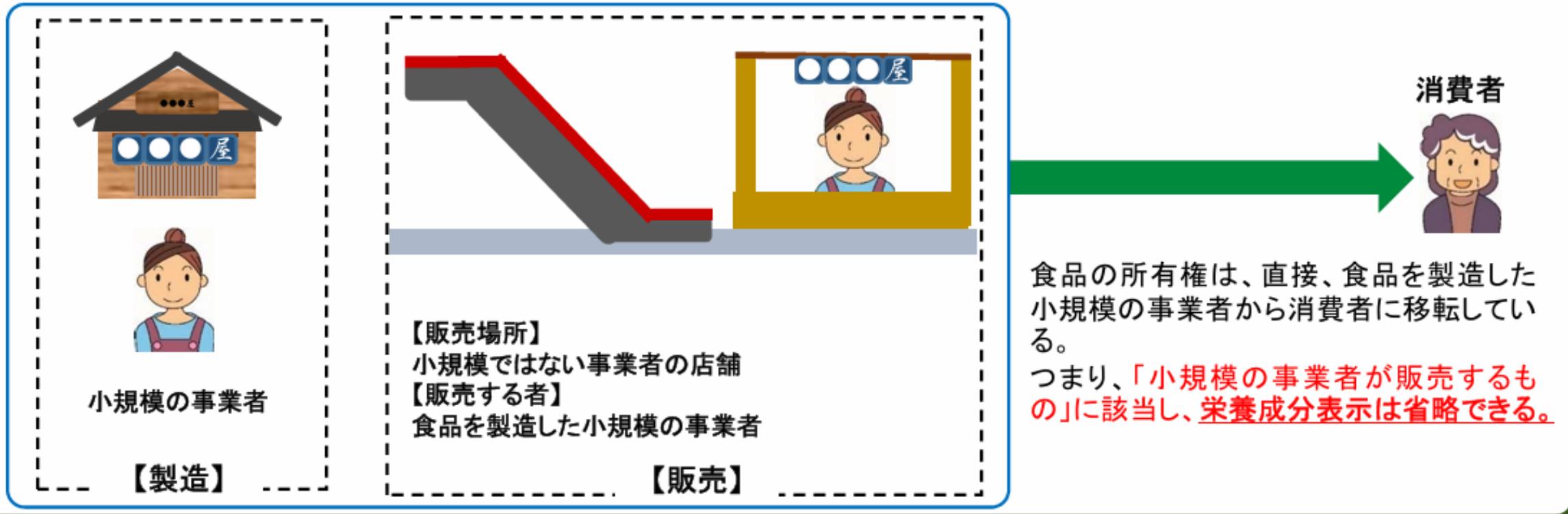


➡ 所有権の移転

消費者庁資料「正しく理解していますか？
小規模の事業者における栄養成分表示の省略」より引用

省略できる？ 省略できない？

【例②】小規模の事業者が製造し、小規模ではない事業者の場所を借りて、製造した小規模の事業者が「販売」する場合

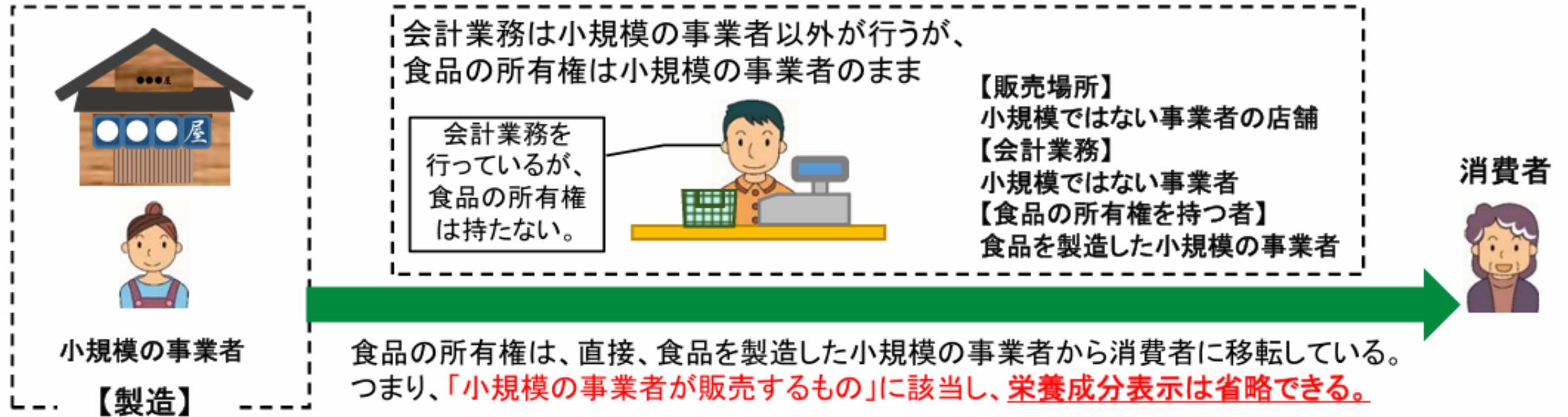


➡ 所有権の移転

消費者庁資料「正しく理解していますか？
小規模の事業者における栄養成分表示の省略」より引用

省略できる？ 省略できない？

【例③】小規模の事業者が製造し、所有権は製造した小規模の事業者のままで、小規模ではない事業者が会計業務を行う場合



➡ 所有権の移転

消費者庁資料「正しく理解していますか？
小規模の事業者における栄養成分表示の省略」より引用

栄養成分表示を要しない場合

①か②に該当する場合は、栄養成分表示を要しない

注) 栄養表示をしようとする場合は、表示が必要。

①食品を製造し、又は加工した場所で販売する場合

例) 洋菓子店、和菓子店、パン店等がその場で行う食品の製造販売

総菜や刺身の盛り合わせ等をインストア加工し、その店内で販売する等



②不特定又は多数の者に対して譲渡する(販売を除く)場合

注：それでも栄養成分表示が必要になる場合

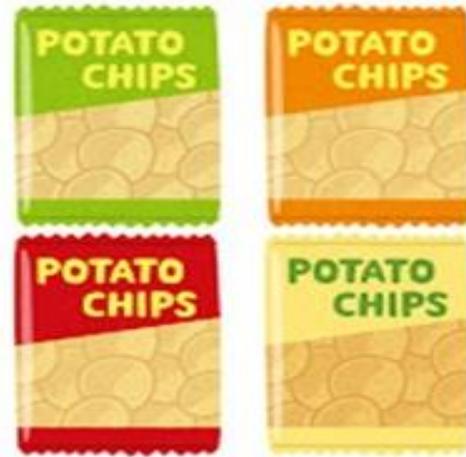
栄養表示を行う場合は、「栄養成分表示を要しない又は省略できる場合」であっても**栄養成分表示が必要**。

- (1) 栄養素及び熱量そのものを表示する場合
- (2) 栄養成分の総称（ビタミン、ミネラル等）
- (3) 栄養素の種類である**栄養成分**（脂質における不飽和脂肪酸、炭水化物における食物繊維等）
- (4) 栄養成分の別名称（プロテイン、ファット等）
- (5) 栄養成分の構成成分（たんぱく質におけるアミノ酸等）
- (6) 栄養成分の前駆体（ビタミンAにおけるβ-カロテン等）
- (7) その他これらを示唆する一切の表現（果実繊維、カルシウムイオン等）
- (8) 添加されたものでなく、天然に含まれる**栄養成分**について表示した場合
- (9) 原材料に対し**栄養表示**をする場合 例：青汁飲料におけるケールに含まれる栄養成分を表示
- (10) 品名の中に一般名称として**栄養成分名**が表示される場合



対象外？ 対象？

うす塩味、甘さひかえめ

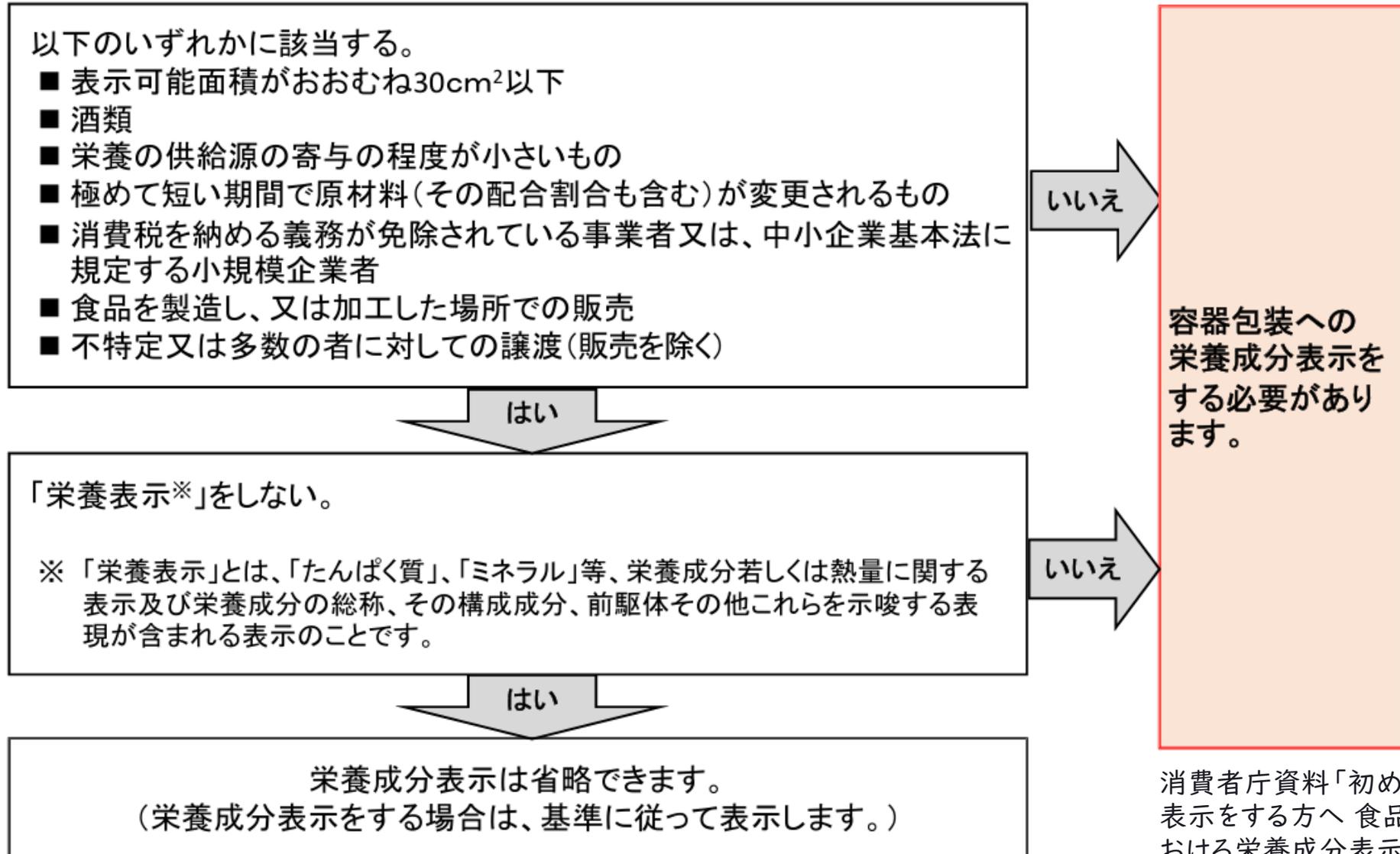


あま塩、うす塩、あさ塩

味覚に関する表示

栄養表示

栄養成分表示が省略可能か？ まとめ



栄養成分表示について

- ◆ 栄養成分表示の対象について
- ◆ 栄養成分の量を強調して表示する場合
- ◆ 適切な方法で表示されているか？
- ◆ 表示される値は適切か？

栄養強調表示 (健康の保持増進に係わる栄養成分を強調する表示)

基準を満たした食品だけに表示することができる

- ◆ 栄養成分の補給ができる旨
(高い、含む、強化)
- ◆ 栄養成分または熱量の適切な摂取ができる旨
(含まない、低い、低減)



栄養成分の補給ができる旨の表示 (多いことを強調)

たんぱく質、食物繊維、亜鉛、カリウム、カルシウム、鉄、銅、
 マグネシウム、ナイアシン、パントテン酸、ビオチン、ビタミンA、
 ビタミンB₁、ビタミンB₂、ビタミンB₆、ビタミンB₁₂、
 ビタミンC、ビタミンD、ビタミンE、ビタミンK、葉酸

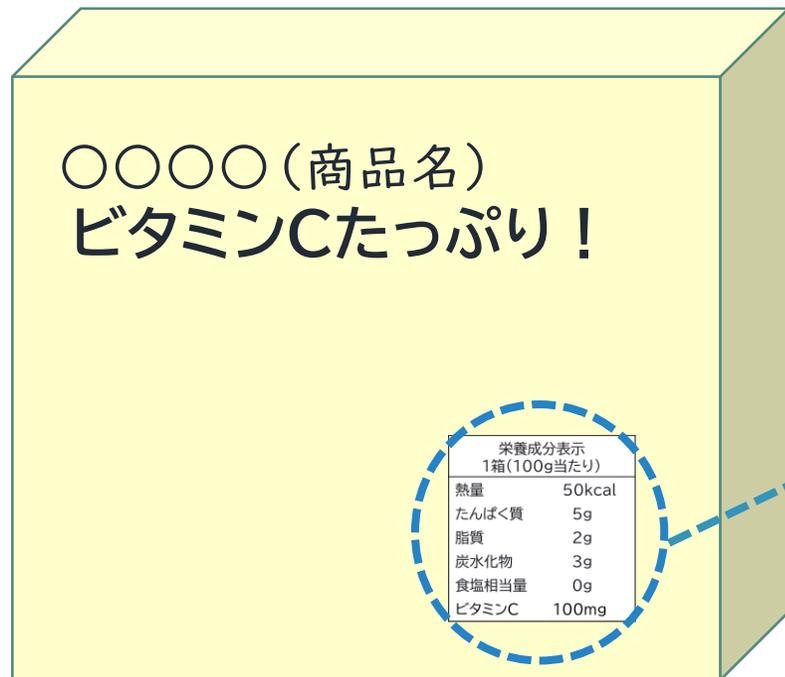


種類	必要な基準	表現例
高い旨	<ul style="list-style-type: none"> 基準値※以上であること 	「高」「豊富」「多」など
含む旨	<ul style="list-style-type: none"> 基準値※以上であること 	「源」「供給」「含有」「入り」「使用」「添加」など
強化された旨	<ul style="list-style-type: none"> 基準値※以上の絶対差 25%以上の相対差(たんぱく質、食物繊維のみ) 強化された量(割合)及び比較対象品名を明記 	「〇%強化」「〇g増」「〇倍」「〇割アップ」「〇mgプラス」など

※基準値= 食品表示基準別表第12参照 令和7年3月28日改正時に一部値が変更

表示例 (高い旨)

高い旨の基準値 (食品100g当たりビタミンC30mg以上) を満たしている



栄養成分表示 1箱(100g当たり)	
熱量	50kcal
たんぱく質	5g
脂質	2g
炭水化物	3g
食塩相当量	0g
ビタミンC	100mg

栄養成分又は熱量の適切な摂取ができる旨の表示 (少ないことを強調)

熱量、脂質、飽和脂肪酸、コレステロール、糖類、ナトリウム



カロリー
ハーフ

種類	必要な基準	表現例
含まない旨	<ul style="list-style-type: none"> 基準値※未満であること 	「無」「ゼロ」「ノン」など
低い旨	<ul style="list-style-type: none"> 基準値※以下であること 	「低」「ひかえめ」「少」「ライト」「ダイエット」など
低減された旨	<ul style="list-style-type: none"> 基準値※以上の絶対差 <u>25%以上の相対差(ただし、みそは15%以上、しょうゆは20%以上)</u> 低減された量(割合)及び比較対象品名を明記 	「〇%減」「〇gカット」「1/4」「〇割オフ」「ハーフ」など

※基準値= 食品表示基準別表第13参照 令和7年3月28日改正時に一部値が変更

表示例 (含まない旨)

含まない旨の基準値 (食品100g当たり脂質0.5g未満) を満たしている



栄養成分表示 (100g当たり)

熱量	67kcal
たんぱく質	3.1g
脂質	0.4g
炭水化物	12.6g
食塩相当量	0.11g
カルシウム	100mg

表示例 (相対表示)

低減された旨の基準値 (従来品と比較してエネルギー低減量が40kcal以上かつ25%以上の相対差あり) 満たしている

比較対象品名



低減割合

栄養成分表示 (100g当たり)	
熱量	50kcal
たんぱく質	1g
脂質	2g
炭水化物	7g
食塩相当量	0.03g

添加していない旨の表示

糖類、ナトリウム量



砂糖不使用

種類	必要な基準(すべてに該当)	表現例
糖類	<ul style="list-style-type: none">• いかなる糖類も添加していない• 糖類に代わる原材料又は添加物を添加していない• 糖類含有量が原材料及び添加物の量を超えない• 糖類の含有量を表示する	「糖類無添加」 「砂糖不使用」など
ナトリウム量	<ul style="list-style-type: none">• いかなるナトリウム塩も添加していない• ナトリウム塩に代わる原材料又は添加物を添加していない	「食塩無添加」 「食塩不使用」など

栄養成分表示について

- ◆ 栄養成分表示の対象について
- ◆ 栄養成分の量を強調して表示する場合
- ◆ 適切な方法で表示されているか？
- ◆ 表示される値は適切か？

栄養成分表示の様式 ① 義務表示のみ表示

必ず
「**栄養成分表示**」
とする

食品表示基準別記様式2

栄養成分表示(100g当たり)

熱量	kcal
たんぱく質	g
脂質	g
炭水化物	g
食塩相当量	g

食品単位は、
| 100g
| 100ml
| 食分 (1食分の量を併記)
| 包装
その他の | 単位
のいずれか

栄養成分及び熱量の
表示順、表示単位の変更はできない

栄養成分表示の様式 ② 義務表示以外も表示

食品表示基準別記様式3

栄養成分表示 食品単位当たり	
熱量	kcal
たんぱく質	g
脂質	g
- 飽和脂肪酸	g
- n-3系脂肪酸	g
- n-6系脂肪酸	g
コレステロール	mg
炭水化物	g
- 糖質	g
- 糖類	g
- 食物繊維	g
食塩相当量	g
上記以外の別表第9に 掲げられた栄養成分	mg又は μ g

脂質や炭水化物の内訳を表示する場合、内訳とわかりやすい表示であれば、「-」を省略可

糖質又は食物繊維の量を表示する場合、炭水化物の内訳として糖質と食物繊維の両方を表示する

義務表示（熱量、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量）以外で表示しない栄養成分は省略する

ナトリウム塩を添加していない食品又は添加物について、食塩相当量に加えてナトリウムを表示しようとする際は、「食塩相当量」を「ナトリウム(食塩相当量)」等に代えて表示する

栄養成分表示の様式について ①

(重量にバラツキがある食品単位当たり)

1個の重量にバラツキがある食品で「1個(△g)当たり」と表示する場合、**栄養成分表示枠外に食品単位の重量がばらつく旨を追記することも可能**



【例】

「1個の重量にばらつきがありますが、表示値は△gの場合の値です。」

「1個の重量は、○～○gです。」

栄養成分表示の様式②

(食品表示基準別記様式2・3以外の表示例)

【例1】別記様式2の内容を横に並べて表示

栄養成分表示(食品単位当たり)
 熱量 kcal、たんぱく質 g、脂質 g、炭水化物 g、食塩相当量 g

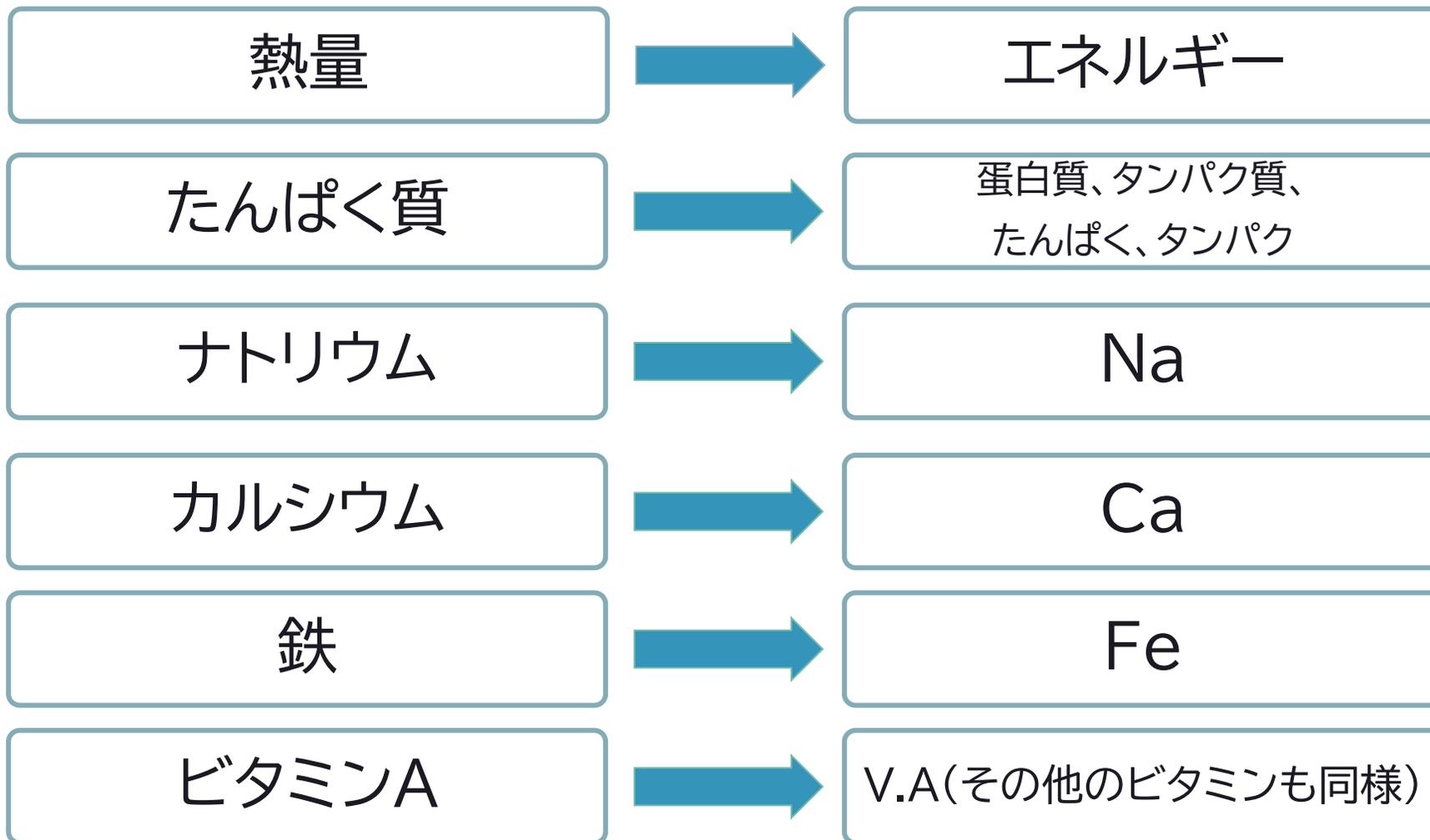
【例2】別記様式3の内容を分割して表示

栄養成分表示 食品単位当たり					
熱量	kcal	炭水化物	g	鉄	mg
たんぱく質	g	－糖質	g	ビタミンA	μg
脂質	g	－糖類	g		
－飽和脂肪酸	g	－食物繊維	g		
コレステロール	mg	食塩相当量	g		

【例3】例2の内容を横に並べて表示

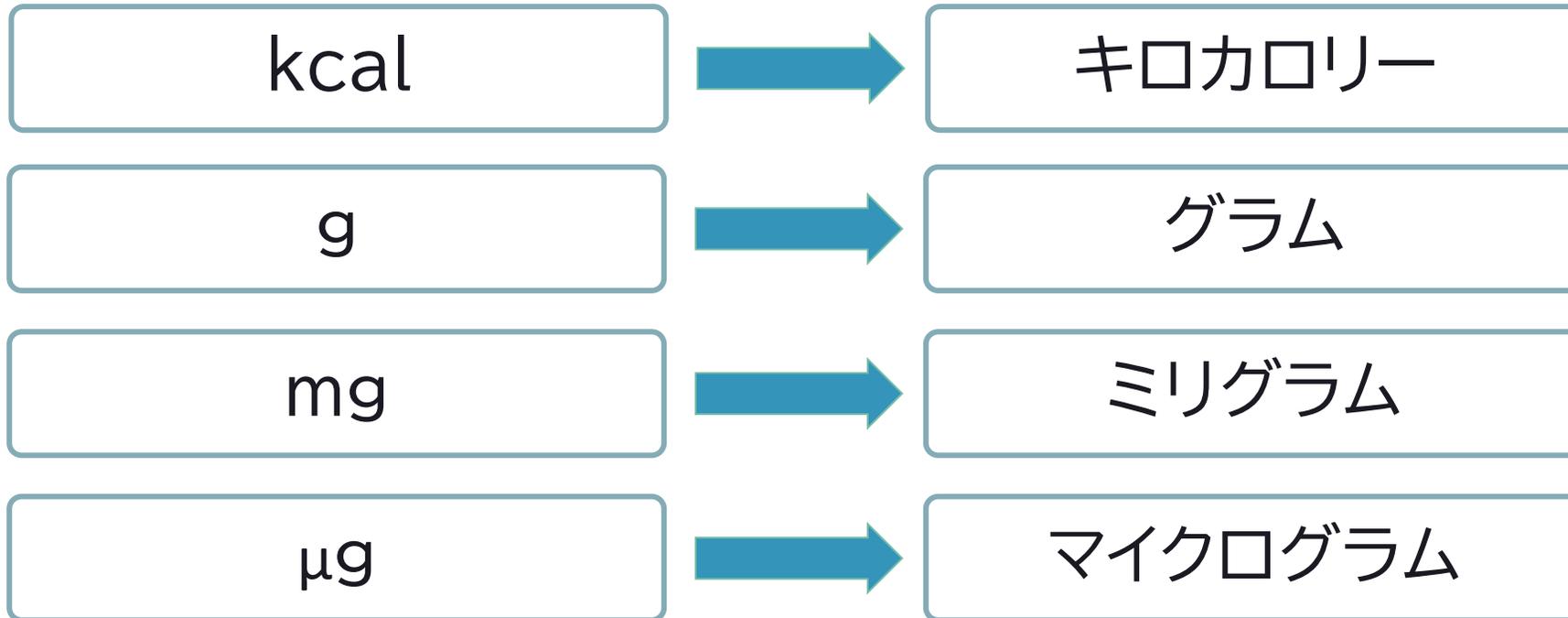
栄養成分表示(食品単位当たり)／熱量 kcal、たんぱく質 g、脂質 g(飽和脂肪酸 g)、
 炭水化物 g(糖質 g、食物繊維 g)、食塩相当量 g

表示に用いる名称 次のように表示することができる



表示の単位

次のように表示することができる



× IU

× 国際単位

表示値の桁数 ① 最小表示の位

栄養成分表示に表示する値は、必ず決められた最小表示の位まで表示する

(抜粋)義務表示項目の最小表示位

項目	最小表示の位
熱量	1の位
たんぱく質	1の位
脂質	1の位
炭水化物	1の位
食塩相当量	小数第1位

最小表示の位を下げて表示することも可能。
その場合は、その下の位を四捨五入して表示する。

【例】

たんぱく質量が3.75gの場合

- ▶ 3.75g (小数第2位)
- ▶ 3.8g (小数第1位)
- ▶ 4g (1の位) どれでも良い

表示値の桁数 ②

最小表示の位に満たない場合であって、「0と表示することができる量」以上ある場合

【例】1個25gのゼリー(たんぱく質の量が100g当たり1.5g)を
1個当たりの量(25g)で表示する場合



ゼリー1個当たりのたんぱく質量 … $1.5 \times 25 \div 100 = 0.375\text{g}$



最小表示の位(たんぱく質は1の位)に満たないが
たんぱく質の「0と表示することができる量」(100g当たり0.5g未満)以上なので

有効数字1桁以上 (0.4g、0.38g、0.375gのいずれか) で表示をする

表示の方法等における留意事項 ① 栄養成分の量・熱量の表示

販売される状態の栄養成分の量・熱量を表示する

(粉末スープや塩抜きする塩蔵品も)

【例1】

栄養成分表示 (食品単位当たり)	
熱量	〇kcal
たんぱく質	〇g
脂質	〇g
炭水化物	〇g
食塩相当量	〇.〇g

調理後
(標準的な調理法※
で調理した場合)

△kcal
△g
△g
△g
△.△g

※標準的な調理法

.....

【例2】

栄養成分表示 (食品単位当たり)	
熱量	〇kcal
たんぱく質	〇g
脂質	〇g
炭水化物	〇g
食塩相当量	〇.〇g

標準的な調理法による
調理後の食塩相当量 △.△ g

【標準的な調理法】

.....

調理により栄養成分の量
が変化するものは、
標準的な調理方法と
調理後の栄養分量を
併記することが望ましい

表示の方法等における留意事項 ② ナトリウム量の表示

ナトリウム量を表示できるのは、

ナトリウム塩を添加していない加工食品と添加物、生鮮食品

【例】ナトリウム量を表示したい場合

栄養成分表示 (食品単位当たり)	
熱量	〇kcal
たんぱく質	〇g
脂質	〇g
炭水化物	〇g
ナトリウム	〇mg
(食塩相当量)	〇.〇g)

表示の方法等における留意事項 ③ セットの場合

通常一緒に食される食品がセットで同じ容器包装に入っている場合は、**セット合計の含有量を表示**する

【例1】

ハンバーグセット

栄養成分表示 (食品単位当たり)	
熱量	〇kcal
たんぱく質	〇g
脂質	〇g
炭水化物	〇g
食塩相当量	〇.〇g

食塩相当量	
ハンバーグのみ	〇.〇g
ソースのみ	〇.〇g

必ず**合計の含有量**を表示

併せて**個々または一部の食品**について含有量を表示することも可能

栄養成分表示 (食品単位当たり)	
熱量	〇kcal
たんぱく質	〇g
脂質	〇g
炭水化物	〇g
食塩相当量	〇.〇g
(ハンバーグのみ)	〇.〇g)
(ソースのみ)	〇.〇g)

表示の方法等における留意事項 ③ セットの場合

通常一緒に食される食品がセットで同じ容器包装に入っている場合は、**セット合計の含有量**を表示する

【例2】

くずきり(黒蜜付き)

栄養成分表示 (食品単位当たり)	
熱量	0kcal
たんぱく質	0g
脂質	0g
炭水化物	0g
食塩相当量	0.0g

熱量
くずきりのみ 0kcal

必ず**合計の含有量**を表示

併せて個々または一部の食品について**含有量**を表示することも可能

表示の方法等における留意事項 ④ 詰め合わせの場合

それぞれ独立した食品が詰め合わされている場合は、**個別の構成要素である食品について独立して表示する**

【例】

栄養成分表示		
	チョコレートケーキ (1個当たり)	いちごケーキ (1個当たり)
熱量	0kcal	0kcal
たんぱく質	0g	0g
脂質	0g	0g
炭水化物	0g	0g
食塩相当量	0.0g	0.0g

※詰め合わせ品ごとに表示があり、外装からその表示が見える場合、改めて外装に表示する必要はない。

食品表示基準に規定がないものを表示する場合

科学的根拠に基づき、事業者の責任において任意に表示をすることができる

【例】

栄養成分表示 (食品単位当たり)	
熱量	Okcal
たんぱく質	0g
脂質	0g
炭水化物	0g
食塩相当量	0.0g
カルシウム	0mg
ビタミンC	0mg

DHA

▼▼mg

栄養成分表示と区別し、
栄養成分表示に近接した箇所に
表示することが望ましい

食品表示基準に規定がないものを表示する場合

【例外】 トランス脂肪酸を表示する場合

栄養成分表示 (食品単位当たり)	
熱量	〇kcal
たんぱく質	〇g
脂質	〇g
- 飽和脂肪酸	〇g
- トランス脂肪酸	〇g
コレステロール	〇mg
炭水化物	〇g
食塩相当量	〇.〇g

飽和脂肪酸の次に
脂質より1字下げて**枠内に表示**

栄養成分表示 (食品単位当たり)	
熱量	〇kcal
たんぱく質	〇g
脂質	〇g
- 飽和脂肪酸	〇g
- n-3系脂肪酸	〇.〇g
- n-6系脂肪酸	〇.〇g
- トランス脂肪酸	〇g
コレステロール	〇mg
炭水化物	〇g
食塩相当量	〇.〇g

飽和脂肪酸の次に
n-3系脂肪酸、
n-6系脂肪酸を
表示する場合は
この位置

栄養成分表示について

- ◆ 栄養成分表示の対象について
- ◆ 栄養成分の量を強調して表示する場合
- ◆ 適切な方法で表示されているか？
- ◆ 表示される値は適切か？

栄養成分表示の設定方法

①分析により値を得る場合

値の設定に用いる分析方法は、食品表示基準に規定される場合※¹を除き、特段の定めはない。（ただし、分析方法の妥当性を担保すること）

②計算等により値を得る場合

- ▶ データベース※²等の値を用いる
- ▶ データベース等から得られた個々の原材料の値を計算して表示値を求める

※¹ 栄養強調表示をする場合、強調された栄養成分等の値は食品表示基準別表第9第3欄に掲げる方法によって得ることとなっている。

※² 日本食品標準成分表の値や原材料メーカーから入手した値等

表示値の種類

栄養成分等の含有量は、一定値又は下限値及び上限値で表示する
当該食品の賞味（消費）期限内において、許容差の範囲内、上下限値の範囲内にあること

栄養成分表示(100g当たり)	
熱量	▲kcal
たんぱく質	▲g
脂質	◆～■g
炭水化物	▲g
食塩相当量	▲.▲g

一定値による表示 (▲g)

- ・表示された値は許容差の範囲内にあること
(許容差の範囲:食品表示基準別表第9第3欄)

下限値及び上限値による表示 (◆～■g)

- ・下限値のみ、上限値のみの表示はできない
- ・成分値がその範囲内にあること
- ・表示の幅は適切に設定する

※ 一定値の表示と、下限値及び上限値の表示の混在も可能

合理的な推定により得られた一定の値

表示された一定の値が許容差の範囲を超える可能性がある場合、合理的な推定により得られた値として表示することができる

【例】 この表示値は、目安です。

栄養成分表示(100g当たり)	
熱量	○kcal
たんぱく質	○g
脂質	○g
炭水化物	○g
食塩相当量	○.○g

【必要条件】

- ① 次のいずれかの文言を含む表示を栄養成分表示に近接した場所に表示する
 - a. 「この表示値は、目安です。」
 - b. 「推定値」
- ② 根拠資料の保管

※消費者への的確な情報提供を行う観点から、表示値の設定根拠を追記することは差し支えない。

【例】「日本食品標準成分表○年版(○訂)の計算による推定値」「サンプル分析による推定値」

栄養機能食品及び強調表示をする場合、 「合理的な推定値」での表示はできません※

※一般用生鮮食品については、栄養成分の補給ができる旨及び栄養成分又は熱量の適切な摂取ができる旨を表示しようとする栄養成分又は熱量以外は合理的な推定値でも可

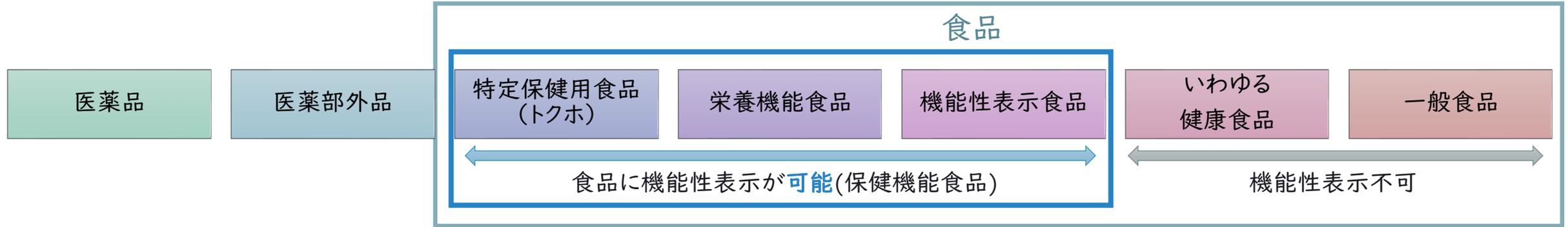
詳しくは、『食品表示法に基づく栄養成分表示のためのガイドライン』の最新版 をご参照ください



栄養成分表示が消費者の日々の栄養・食生活管理による健康増進に寄与することを踏まえ、ガイドラインを活用し、適切な栄養成分表示をお願いします。



機能性を表示できる食品



	特定保健用食品(トクホ)	栄養機能食品	機能性表示食品
認証方式	国による個別許可	自己認証(国への届出不要)	事前届出制
対象成分	体の中で成分がどのように働いているか、という仕組みが明らかになっている成分	ビタミン13種類、ミネラル6種類、脂肪酸1類	体の中で成分がどのように働いているか、という仕組みが明らかになっている成分(栄養成分を除く)
可能な機能性表示	健康の維持、増進に役立つ、又は適する旨を表示(疾病リスクの低減に資する旨を含む) 例:糖の吸収を穏やかにします。	栄養成分の機能の表示(国が定める定型文) 例:カルシウムは、骨や歯の形成に必要な栄養素です。	健康の維持、増進に役立つ、又は適する旨を表示(疾病リスクの低減に資する旨を除く) 例:Aが含まれ、Bの機能があることが報告されています。
マーク		なし	なし

参考資料

消費者庁
Consumer Affairs Agency, Government of Japan

▼ 本文へ ▶ 採用情報 ▶ 申出・問合せ窓口 ▶ English 文字サイズ 標準 大

🏠 ホーム ▶ 新着情報一覧 ▶ 報道資料一覧 ▶ 会議資料一覧

サイト内検索 検索 🔍 検索方法

テーマ別メニュー 消費者庁について お知らせ 政策 法令 刊行物

↑ 消費者庁ホーム > 政策 > 政策一覧(消費者庁のしごと) > 食品表示 > 栄養成分表示について

栄養成分表示について

2020年4月1日から新たな食品表示制度が完全施行となり、栄養成分表示が義務化されました。

2020年3月31日までに製造された食品については従前の表示がなされているものもあります。このため、当面の間は従前の表示がなされた食品も販売されています。

容器包装に入れられた一般用加工食品及び添加物には、食品表示基準に基づき、栄養成分の量及び熱量の表示(栄養成分表示)が義務付けられています。

また、栄養成分の量及び熱量について強調表示をする場合には、含有量が一定の基準を満たす必要があります。

食品表示

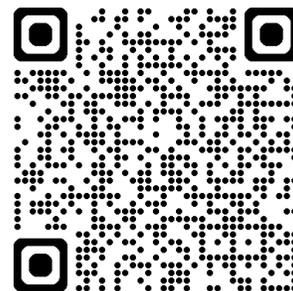
▶ 栄養や保健機能に関する表示制度とは

▶ 保健機能食品について

▶ 食品表示について

消費者庁ホームページ 「栄養成分表示について」

https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/nutrient_declaration/



〈事業者向け〉
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

本ガイドラインは、以下を基に作成しています。

- 食品表示法(平成25年法律第10号)
- 食品表示基準(平成27年内閣府令第10号)
- 食品表示基準について(平成27年3月30日付消費者庁第139号)
- 食品表示基準Q&A(平成27年3月30日付消費者庁第140号)

第5版
令和7年4月
消費者庁 食品表示課

本日の研修内容

1 食品表示法

- ・栄養成分表示について

食品表示法

食品表示基準

Q&A



2 健康増進法

- ・誇大広告の禁止について

健康増進法



誇大広告の禁止 健康増進法第65条第1項

何人も、食品として販売に供する物に関して広告その他の表示をするときは、健康の保持増進の効果その他内閣府令で定める事項(以下「健康保持増進効果等」という。)について、著しく事実に相違する表示をし、又は著しく人を誤認させるような表示をしてはならない。

◆ 専門知識を有するもの

広告・表示された健康保持増進効果が虚偽・誇大であっても、適切な判断が可能

◆ 一般の消費者

広告・表示された健康保持増進効果が虚偽誇大である場合、その広告等に影響されざるを得ず適切な健康管理が行われない恐れ

健康は不可逆的(失われると容易に回復できない)

→ 健康保持に重大な影響を与える虚偽誇大広告を行政が規制する

著しく事実に相違する、著しく人を誤認させる表示

著しく

表示には、“誇張”が含まれていることは、通常、一般消費者もある程度想定している。

「著しく」とは、当該表示の“誇張”の程度が、社会一般に許容される程度を超えて、一般消費者による商品選択に影響を与える場合。(例)実際に得られる真の効果を知っていれば、その健康食品を購入することはなかったような場合。

事実に相違する表示

広告等に表示されている健康保持増進効果等と実際の健康保持増進効果等が異なること。

人を誤認させる表示

食品等の広告等から一般消費者が認識することとなる健康保持増進効果等の「印象」や「期待感」と実際の健康保持増進効果等に相違があること。

誇大広告の禁止に違反する表示を行った場合

内閣総理大臣及び都道府県知事、保健所設置市長、特別区長は

国民の健康の保持増進に重大な影響を与えるおそれがある場合、
その表示に関し必要な措置をとるべき旨の勧告
(健康増進法第66条第1項)

- 多くのクレーム
- 健康被害の報告
- 診療機会を逸すおそれ

正当な理由なく、勧告に係る措置をとらなかった場合、
その者に対しその勧告に係る措置をとるべき旨の命令
(健康増進法第66条第2項)

命令に従わなかった場合、罰則を適用。6月以下の懲役又は100万円以下の罰金
(健康増進法第71条)

健康増進法上の「表示」とは

顧客を誘引するための手段として行う広告その他の表示



チラシ・パンフレット、カタログ



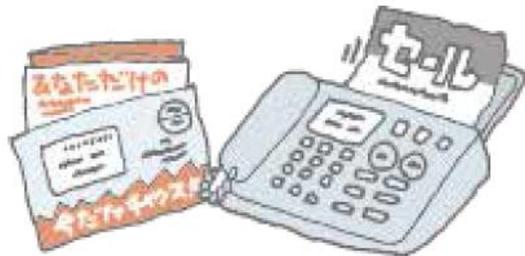
容器、パッケージ、ラベル



新聞、雑誌、出版物、テレビ・ラジオCM



ポスター、看板



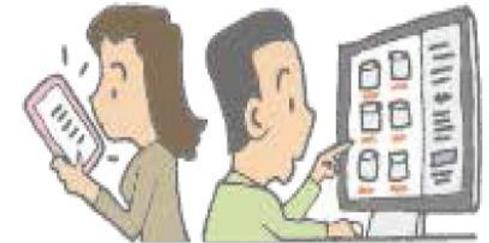
ダイレクトメール、ファクシミリ広告



ディスプレイ(陳列)、実演広告



セールストーク(訪問・電話)



インターネット上の広告、メール

健康の保持増進効果

◆ 疾病の治療又は予防を目的とする効果

例「糖尿病、高血圧、動脈硬化の人に」「ガンが治る」「虫歯予防」

◆ 身体の組織機能の一般的増強、増進を主たる目的とする効果

例「疲労回復」「強精強壮」「体力増強」「食欲増進」「老化防止」「免疫機能の向上」

◆ 特定の保健の用途に適する旨の効果

例「便通の改善」「血圧の高めの方に適する」「中性脂肪を減らす」

◆ 栄養成分の効果

例「減塩効果を高める働きがあるカリウム」

「カルシウムは、骨や歯の形成に必要な栄養素です」

内閣府令第20条で定める事項

◆含有する食品又は成分の量

例 「大豆が〇〇g含まれている」「カルシウム〇〇mg配合」

◆特定の食品又は成分を含有する旨の表示

例 「コラーゲン含有」「〇〇抽出エキスを使用しています」

◆熱量

例 「カロリー〇%オフ」「エネルギー0(ゼロ)kcal」

◆人の身体を美化し、魅力を増し、容ぼうを変え、又は皮膚若しくは毛髪をすこやかに保つことに資する効果

例 「皮膚にうるおいを与えます」「美しい理想の体形に」

暗示的又は間接的な健康保持増進効果等

◆名称又はキャッチフレーズにより表示するもの

例 「ほね元気」「延命〇〇」「血液サラサラ」

◆含有成分の表示及び説明により表示するもの

例 「ダイエットの効果で知られる〇〇〇を×××mg配合」

◆起源、由来等の説明により表示するもの

例 「欧州では循環器系の薬として〇〇が使用されています」

◆身体の組織機能等に係る不安や悩みなどの問題事項を例示して表示するもの

例 「年齢とともに低下する〇〇成分」

暗示的又は間接的な健康保持増進効果等

◆新聞、雑誌等の記事、医師、学者等の談話やアンケート結果、学説、体験談などを引用又は掲載することにより表示するもの

例 群馬 花子(群馬県、50歳)「◇◇を3ヶ月間食べ続けたら、9kgやせました」

◆医療・薬事・栄養等、国民の健康の増進に関連する事務を所掌する行政機関(外国政府機関を含む)や研究機関等により、効果等に関して認められている旨を表示するもの

例 「××国政府許可○○食品」

虚偽誇大表示等に該当するか否かの判断

特定の用語や文言の使用を禁止するのではなく、
表現・写真・イラストなどを含めた全体で判断される。

不適切なデータは
使用していないか

誤認させる
表示はないか

国が定める基準で
表示されているか

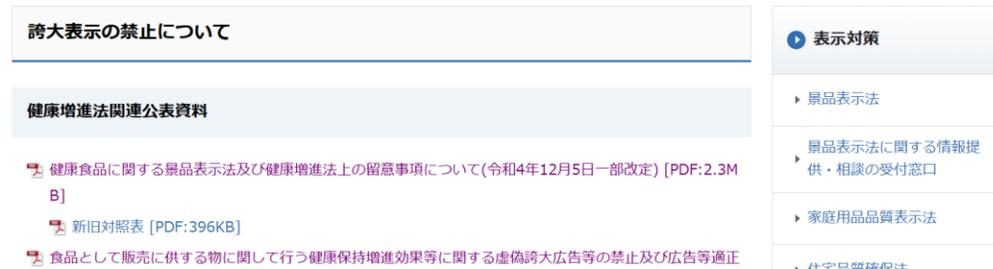
科学的根拠が合理性
を欠いていないか

許可を受けた内容を
超えていないか

参考資料

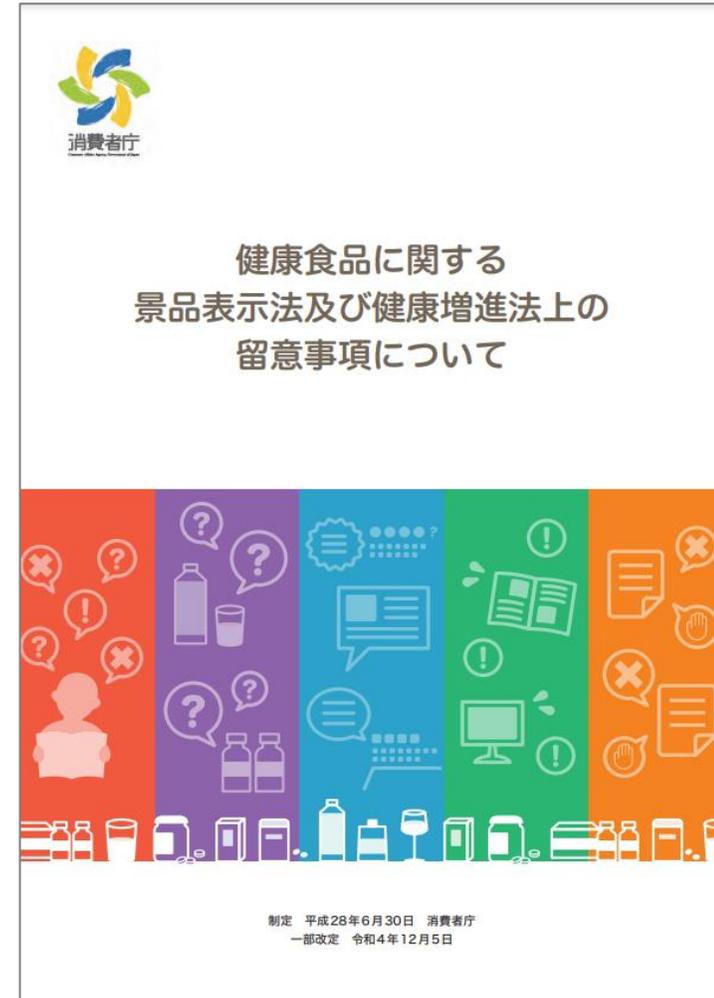
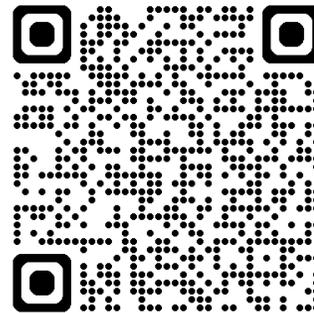


健康増進法(誇大表示の禁止)



消費者庁ホームページ 「健康増進法(誇大表示の禁止)」

https://www.caa.go.jp/policies/policy/representation/extravagant_advertisement/



本日の内容

●食品表示制度の改正点

- ・アレルギーの表示
- ・添加物の表示
- ・食品期限表示の設定のためのガイドライン
- ・個別品目ごとの表示ルール見直し

●栄養成分表示

●健康増進法及び景品表示法上の留意事項

- ・健康増進法の虚偽誇大広告の禁止について
- ・景品表示法の不当表示の禁止について

景品表示法の目的

一般消費者による自主的かつ合理的な選択を阻害するおそれのある行為の制限及び禁止について定め、一般消費者の利益を保護することが目的

自主的かつ合理的な選択を阻害するおそれのある行為＝うそや大げさな表示など→**不当表示**

景品表示法第5条・不当な表示の禁止

優良誤認(5条1項1号)商品・サービスの品質、規格その他の内容についての不当表示

不実証広告規制(7条2項)事業者に表示の裏付けとなる合理的な根拠を示す資料の提出を求めることができる。期間内に資料の提出がない場合、提出された資料が合理的な根拠を示すものと認められない場合→不当表示

有利誤認(5条1項2号)商品・サービスの価格その他の取引条件についての不当表示

その他誤認されるおそれのある表示(5条1項3号)消費者に誤認されるおそれがあるとして内閣総理大臣が指定する不当表示

食品表示関係法の比較

法律	目的	表示媒体	規制対象者	表示基準
食品表示法	<ul style="list-style-type: none">• 食品の安全性の確保• 消費者の自主的かつ合理的な食品選択の機会確保	容器包装	食品関連事業者等	有
健康増進法 (誇大広告)	国民の健康の維持・増進	広告全般	『何人も』	無
景品表示法	<ul style="list-style-type: none">• 不当な景品・表示による顧客誘引の防止• 一般消費者の利益保護	広告全般	商品・サービスの供給者	無

不当表示① 優良誤認表示

事業者、自己の供給する商品・サービスの取引において、その品質、規格その他の内容について、一般消費者に対し、

- 実際のものよりも著しく優良であると示すもの
- 事実に相違して競争関係にある事業者に係わるものよりも著しく優良であると示すもの

であって、不当に顧客を誘引し、一般消費者による自主的かつ合理的な選択を阻害するおそれがあると認められる表示

優良誤認

「これはとても良い品質だ」と消費者に思わせておいて実際はそうではない表示

不当表示① 優良誤認表示

「これはとても良い品質だ」と消費者に思わせておいて実際はそうではない表示とは？



例:有名ブランド牛ではない国産牛肉を国産有名ブランド牛の肉であるかのように表示
→消費者に有名ブランド牛の方がそうでない牛肉よりも良いという認識がある



例:国内で仕入れたアブラガニをオホーツク海産タラバガニと表示
→消費者にタラバガニの方がアブラガニよりも良いという認識がある

「著しく」とは…

当該表示の誇張の程度が、社会一般に許容される程度を超えて、一般消費者による商品・サービスの選択に影響を与える場合 → その誤認がなければ顧客が誘引されることが通常ないであろうと認められる

不当表示① 優良誤認表示 不実証広告規制

商品・サービスの効果や性能に優良誤認表示の疑いがある場合、消費者庁長官（都道府県知事）は、事業者に対して、当該表示の裏付けとなる合理的根拠を示す資料の提出を求めることができる。

消費者庁長官
(都道府県知事)

期限を定め資料提出を要求

事業者
= 効果・性能を
立証する立場

不当表示
とみなす

・期限以内に資料が提出されない
・合理的根拠とは認められない

「合理的根拠」の判断基準

①客観的に実証されている

②表示された効果・性能と提出資料により実証された内容が対応している

例: ダイエット食品の痩身効果について、あたかも、食事制限をすることなく痩せられるかのように表示していたが、実際には、当該表示の裏付けとなる合理的な根拠を示す資料はなかった → 不当表示

不当表示② 有利誤認表示

事業者、自己の供給する商品・サービスの取引において、その価格、取引条件について、一般消費者に対し、

- 実際のものよりも著しく有利であると示すもの
- 事実と相違して競争関係にある事業者に係わるものよりも著しく有利であると示すもの

であって、不当に顧客を誘引し、一般消費者による自主的かつ合理的な選択を阻害するおそれがあると認められる表示を禁止。

有利誤認

「これはとてもお得な価格」と消費者に思わせておいて実際はそうではない表示

例:「今月末までの限定キャンペーン! 定期購入の初回分を無料で提供します!」と表示しているにもかかわらず、当該月末経過後においても、同様のキャンペーンを継続している場合 →**不当表示**

不当表示③ ステルスマーケティング

～ステルスマーケティングとは～

事業者の表示(=広告)であるにも関わらず、事業者の表示であると明らかにしないなどにより、一般の消費者が事業者の表示であることを判別することが困難となる表示のこと。



景品表示法第5条第3号に基づく告示で、ステルスマーケティングは不当表示に指定。

例:事業者が、自社の商品をインフルエンサーに無償で提供してSNSへの投稿を依頼する際、インフルエンサーに広告であることを明示させない場合 →**不当表示**

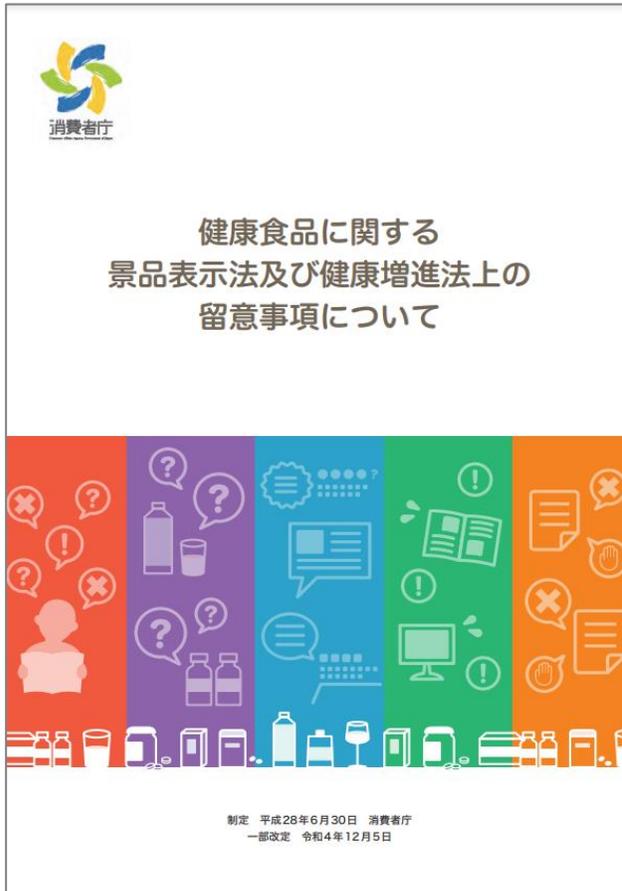
広告

=消費者は大げさに言っていることは承知している
➢消費者が自主的・合理的に商品を選ぶ機会が確保される。

ステルスマーケティング

=広告が分からないようになっているので、消費者がその言葉とおりに受け止めてしまうことが考えられる
➢消費者が自主的・合理的に商品を選ぶという機会が奪われる。

参考資料



健康食品に関する
景品表示法及び健康増進法上の
留意事項について

制定 平成28年6月30日 消費者庁
一部改定 令和4年12月5日



事例でわかる
景品表示法
不当景品類 及び
不当表示防止法
ガイドブック

消費者庁
2024年12月改訂版



消費者庁
Consumer Affairs Agency, Government of Japan

▼ 本文へ ▶ 採用情報 ▶ 申出・問合せ窓口 ▶ English 文字サイズ 標準 大

ホーム ▶ 新着情報一覧 ▶ 報道資料一覧 ▶ 会議資料一覧 ▶ サイト内検索 検索 ▶ 検索方法

テーマ別メニュー 消費者庁について お知らせ 政策 法令 刊行物

消費者庁ホーム > 政策 > 政策一覧(消費者庁のしごと) > 表示対策 > 景品表示法

景品表示法

- ▼ 景品表示法関連法令
- ▼ 景品表示法改正について
- ▶ 令和5年改正景品表示法に関する解説動画
- ▶ 景品表示法のパンフレット
- ▼ 景品表示法とは
- ▶ よくある質問コーナー
- 景品表示法関係公表資料
- ▶ 景品表示法関連報道発表資料
- ▶ その他の景品表示法関連の公表資料

表示対策

- ▶ 景品表示法
- ▶ 景品表示法に関する情報提供・相談の受付窓口
- ▶ 家庭用品品質表示法
- ▶ 住宅品質確保法
- ▶ 健康増進法(誇大表示の禁

不当景品類及び不当表示防止法(景品表示法)

消費者庁ホームページ
「景品表示法」

https://www.caa.go.jp/policies/policy/representation/fair_labeling

