

国内外の関連する取組の状況

1. 外食料理の栄養成分表示の普及について

適正な栄養情報の提供は極めて重要なことであり、国民の外食機会の増大に伴い、外食料理に含まれる栄養成分についての情報に対するニーズが高まっている。

こうした状況を踏まえ、平成2年に厚生省（当時）においては、国民自らの栄養面からの健康管理を行うためには、国民に対して適正な栄養情報を提供する必要があるとの考えから、飲食店等が提供する料理に栄養成分表示を行い、その普及を図るため「外食料理の栄養成分表示ガイドライン」を作成した。

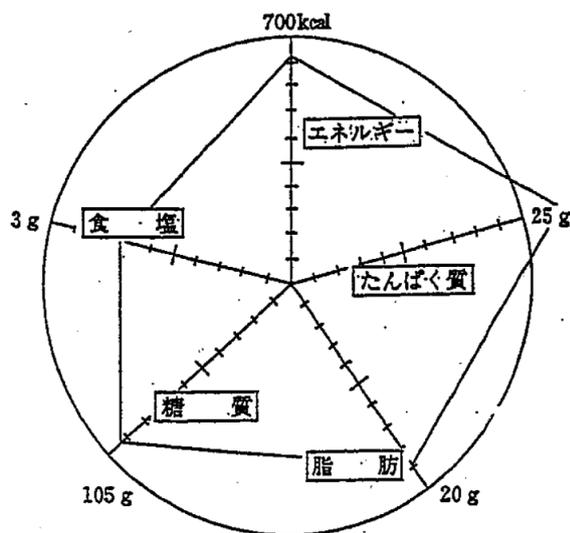
あわせて、厚生省保健医療局健康増進栄養課長から各都道府県、政令市、特別区衛生主管部（局）長宛、『「外食料理の栄養成分表示ガイドライン」の普及について』（平成2年12月20日健医健発第107号）の依頼を行った。

外食の栄養成分表示の方法（例）

栄養所要量の1食分を基準として栄養成分を円形の図形により表示する方式

（第4次改定日本人の栄養所要量の生活活動強度I（軽い）の男子、年齢40～49歳、身長165cmとした例）

<焼き魚定食>



（参考）

栄養成分		生活活動強度I(軽い)の男子、年齢40～49歳、身長165cmの場合	
		1日	1食
エネルギー	kcal	2,050	700
たんぱく質	g	70	25
脂質	g	60	20
糖質	g	310	105
食塩	g	10	3

注：外円は、1食当たりの栄養所要量を100%とし、摂取栄養量を比率で表したものである

「外食料理の栄養成分表示ガイドライン報告書」（平成2年）より

1-1. 自治体における飲食店の取組(例)

栄養成分表示や喫煙対策等、健康づくり全体の取組店舗数の多い自治体(例)

<p>大阪府 「うちのお店も健康づくり応援団の店」 11,014店舗(平成26年3月末)</p>	
<p>北海道 「栄養成分表示の店」 3,759店舗(平成26年3月末(暫定件数))</p>	
<p>愛知県 「食育推進協力店」 2,589店舗(平成26年3月末)</p>	
<p>岐阜県 「ぎふ食と健康応援店」 1,290店舗(平成25年3月末)</p>	
<p>岡山県 「栄養成分表示の店」 1,043店舗(平成26年3月末)</p>	

(参考) 健康日本21(第二次)

目標項目	食品中の食塩や脂肪の低減に取り組む食品企業及び飲食店の登録数の増加
現状	食品企業登録数 14 社 飲食店登録数 17,284 店舗(平成24 年)
目標	食品企業登録数 100 社 飲食店登録数 30,000 店舗(平成34 年度)
データソース	食品企業:食品中の食塩や脂肪の低減に取り組み、Smart Life Projectに登録のあった企業数 飲食店:自治体からの報告 (エネルギーや塩分控えめ、野菜たっぷり・食物繊維たっぷりといったヘルシーメニューの提供に取り組む店舗数)

※ 飲食店登録数には、ヘルシーメニューの提供を行っている店舗のみが含まれるため、自治体における「健康づくり応援団の店」や「栄養成分表示の店」等の数とは合致しない。

大阪府：「うちのお店も健康づくり応援団の店」 協力店舗数11,014店舗（平成26年3月末）

府民の皆さんの健康づくりのためご協力ください！

うちのお店も健康づくり応援団の店

① **メニューの栄養成分表示**
主要メニューにエネルギー・脂質・食塩等の成分値を表示

② **食事バランスガイドによる表示** →
主要メニューに主食、副菜、主菜等の料理・食品の数を表示

③ **ヘルシーメニューの提供**
◆「ひかえめ」「たっぷり」の基準

メニュー分類	一人分のメニュー	総菜など単品メニュー (100g中)
① エネルギーひかえめ	650kcal 以下	40kcal 以下
② 脂質ひかえめ	16g 以下	3g 以下
③ 塩分ひかえめ	3g 未満	0.3g 未満
④ カルシウムたっぷり	200mg 以上	—
⑤ 鉄分たっぷり	3mg 以上	—
⑥ 野菜たっぷり	120g 以上	70g 以上

◆その他（ヘルシーモーニングの提供等）

④ **健康と環境にやさしい「ヘルシーオーダー」の実施**
例えば次のようなオーダーの実施

- エネルギーが気になる方のために
 - ・ご飯の量が調節できる。
 - ・1/2（半量）メニューがある。
- 脂質が気になる方のために
 - ・ノンオイルドレッシング等が選択できる。
 - ・マヨネーズやタルタルソースはかけずに別添えする。
- 塩分が気になる方のために
 - ・減塩しようゆやポン酢等がある。
 - ・ソースやケチャップ等はかけずに別添えする。
 - ・定食のみそ汁や漬物は選択とする。
- その他いろいろ
 - ・付け合わせ野菜のお代わりができる。
 - ・アレルギーが気になる方のために、卵・大豆・牛乳等を除去する。
 - ・高齢者の方のために、食べやすい工夫（刻む・つぶす等）をする。

⑤ **店内禁煙の実施** 来店される方とお店で働く方の健康を守るために

⑥ **その他、店独自の健康づくりの取り組み**

以上1～6の中から、貴店で実施できる項目についてご協力ください

◆ご協力くださるお店には「健康づくり応援団」ステッカー等をお渡しします。

▲ステッカー

▲スライムPOP

▲禁煙ステッカー

▲野菜表示

◆「健康づくり応援団のお店」は、当協議会ホームページで紹介します。

大阪府・大阪ヘルシー外食推進協議会



健康づくり応援団の店
として認定する条件

ヘルシーメニューの
基準

- 以下の項目のいずれかを実施している店
1. メニューの栄養成分表示
 2. 食事バランスガイドによる表示
(主食、副菜、主菜等の料理・食品の数を表示)
 3. ヘルシーメニューの提供
 4. ヘルシーオーダーの実施
 5. たばこ対策の実施
 6. その他、店独自の健康づくりの取り組み

メニュー分類	一人分のメニュー	総菜など単品メニュー (100g中)
① エネルギーひかえめ	650kcal 以下	40kcal 以下
② 脂質ひかえめ	16g 以下	3g 以下
③ 塩分ひかえめ	3g 未満	0.3g 未満
④ カルシウムたっぷり	200mg 以上	—
⑤ 鉄分たっぷり	3mg 以上	—
⑥ 野菜たっぷり	120g 以上	70g 以上

2. 食品に関する認証や表示の制度(例)

<p>特定保健用食品 *1</p>	<p>対象:食品の持つ特定の保健の用途を表示して販売される食品</p>
	<p>特定保健用食品として販売するためには、製品ごとに食品の有効性や安全性について審査を受け、表示について国の許可を受ける必要がある。</p> <p>※ 規格基準型:特定保健用食品としての許可実績が十分であるなど科学的根拠が蓄積されている関与成分について規格基準を定め、消費者委員会の個別審査なく、事務局において規格基準に適合するか否かの審査を行い許可する。</p>
<p>特別用途食品 *1</p>	<p>対象:乳児用、幼児用、妊産婦用、病者用等の特別の用途に適する旨の表示し、販売に供する食品</p>
 <p><small>備考:区分欄には、乳児用食品においては「乳児用食品」と、幼児用食品においては「幼児用食品」と、妊産婦用食品においては「妊産婦用食品」と、病者用食品においては「病者用食品」と、その他の種類の用途に適する食品においては、当該種類の用途を記載すること。</small></p>	<p>特別用途食品として食品を販売するには、その表示について国の許可を受ける必要がある。</p> <p>表示の許可に当たっては、許可基準があるものについてはその適合性を審査し、許可基準のないものについては個別に評価を行う。</p> <p>健康増進法に基づく「特別の用途に適する旨の表示」の許可には特定保健用食品も含まれる。</p>
<p>JASマーク *2</p>	<p>対象:成分や食味、香り、色などの品質について定められた規格を満たす食品</p>
	<p>製品にJASマークを付けることができる事業者は、登録認定機関(農林水産大臣の登録を受けた機関)から、製造施設、品質管理、製品検査、生産行程管理などの体制が十分であると認定された事業者(認定事業者)。</p> <p>※ 特定JASマーク、有機JASマーク等もある。</p>
<p>栄養機能食品 *1</p>	<p>対象:栄養成分(ビタミン・ミネラル)の補給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</p>
<p>—</p>	<p>栄養機能食品は、栄養成分の機能について定められた通りの表示をして販売される食品。</p> <p>栄養機能食品として販売するためには、一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、栄養機能表示だけでなく注意喚起表示等も表示する必要がある。</p> <p>国への許可申請や届け出の必要はない。</p>

参考HP

*1 消費者庁: <http://www.caa.go.jp/foods/index4.html#m05>

*2 農林水産省: http://www.maff.go.jp/j/jas/jas_kikaku/

3. 他国における健康的な食品を認証する取組(例)

	Keyhole symbol 	Healthier choice symbol 
概要	Keyhole symbolは1989年にスウェーデンで設立され、デンマーク、ノルウェー、スウェーデン、アイスランドでの健康的な食品を選ぶためのラベルになっている	パッケージ化された食品にHealthier choice symbol (HCS)を付けることで、それらが健康的な選択肢であることを示し、食料品を買う際に、消費者が食品を選択するための手助けとなる
実施国	スウェーデン、ノルウェー、デンマーク、アイスランド	シンガポール
対象品	乳製品、低脂肪マーガリン、肉・加工肉製品、魚・魚介類、ベジタリアン向けの製品、パン・パスタ・シリアル・小麦粉・全粒粉、調理済み食品、いも類・野菜類、果物類・ベリー類 等 (現在は26食品群)	乳製品、穀類、豆類、野菜類、果物類、魚介類、肉類、卵類、油脂類、飲料・調味料等
基準を満たすために要求される成分とその方向性	<ul style="list-style-type: none"> ・Less and healthier fat (脂質を減らす、健康的な脂質に置き換える) ・Less sugar (糖類を減らす) ・Less salt (塩分を減らす) ・More fibre (食物繊維を増やす) 	<ul style="list-style-type: none"> ・lower in fat, saturated fat and transfat (脂質、飽和脂肪酸、トランス脂肪酸が少ない) ・lower in sodium (塩分が少ない) ・lower in sugar (糖類が少ない) ・higher in calcium (カルシウムが多い) ・higher in dietary fibre (食物繊維が多い)
認証の仕組み	<ul style="list-style-type: none"> ・シンボルの表示は自主的なもので無料 ・シンボルの使用に、公的な通知は不要 	<ul style="list-style-type: none"> ・HCSのオンラインシステムを通して、申請書と、承認を受けたい製品の栄養分析レポートを提出 ・製品が、シンボルの使用に適している場合、Health Promotion Boardとライセンス契約を結び、パッケージや広告等へのシンボルの使用が許可される
参考HP	スウェーデン、National Food Agency : http://www.slv.se/en-gb/Group1/Food-labelling/Keyhole-symbol/	シンガポール、Health Promotion Board : http://www.hpb.gov.sg/HOPPortal/programmes-article/2780