

# 香港の栄養表示制度

2009年8月 日本貿易振興機構（香港）

（免責事項）

本資料は、日本から香港への食品輸入、販売等を行う実需者への情報提供として作成したものです。香港政府の作成した資料を基に和訳していますが、執筆後に規則が改定・変更され本資料の内容と異なっていることもあり得ます。この翻訳資料の正確性の確認と採否はお客様の責任と判断で行ってください。ジェトロ香港は、本資料に起因して発生した損害・不利益等について、一切責任を負いません。

実際の輸入・販売を行う際においては、香港政府の該当機関および各専門家に照会される等、最新情報の確認をお勧めします。

※本資料の無断での引用・転載は禁じています。

# 食品の栄養表示作成の手順

# 食品の栄養表示作成の手順

1. 商品にすでに付けられている栄養表示あるいは栄養情報を検査する
2. 栄養表示の情報が十分であるか、または情報が適切であるかを検査する
3. 栄養表示の様式が適切であるかを検査する
4. 栄養素の単位と値の四捨五入方法を検査する
5. 強調表示が規定に合っているかを検査する

# 1. 商品にすでに付けられている栄養表示 あるいは栄養情報を検査する

Nutrition Facts	
Serving Size 1 cup (228g)	
Servings Per Container 2	
Amount Per Serving	
<b>Calories</b> 250	Calories from Fat 110
% Daily Value*	
<b>Total Fat</b> 12g	<b>18%</b>
Saturated Fat 3g	15%
Trans Fat 3g	
<b>Cholesterol</b> 30mg	<b>10%</b>
<b>Sodium</b> 470mg	<b>20%</b>
<b>Total Carbohydrate</b> 31g	<b>10%</b>
Dietary Fiber 0g	0%
Sugars 5g	
<b>Protein</b> 5g	
Vitamin A	4%
Vitamin C	2%
Calcium	20%
Iron	4%

\* Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your calorie needs.

	Calories: 2,000	2,500
Total Fat	Less than 65g	80g
Sat Fat	Less than 20g	25g
Cholesterol	Less than 300mg	300mg
Sodium	Less than 2,400mg	2,400mg
Total Carbohydrate	300g	375g
Dietary Fiber	25g	30g

Nutrition Facts	
Per 2 cookies (30 g)	
Amount	% Daily Value
<b>Calories</b> 150	
<b>Fat</b> 7 g	<b>11 %</b>
Saturated Fat 3 g + Trans Fat 1 g	<b>20 %</b>
<b>Cholesterol</b> 0 mg	
<b>Sodium</b> 80 mg	<b>3 %</b>
<b>Carbohydrate</b> 21 g	<b>7 %</b>
Fibre 1 g	<b>4 %</b>
Sugars 8 g	
<b>Protein</b> 1 g	
Vitamin A	0 %
Vitamin C	0 %
Calcium	0 %
Iron	8 %

NUTRITION INFORMATION			
SERVINGS PER PACKAGE: 3		SERVING SIZE: 150g	
	QUANTITY PER SERVING	QUANTITY PER 100g	
Energy	608kJ	405kJ	
Protein	4.2g	2.8g	
Fat, Total	7.4g	4.9g	
- Saturated	4.5g	3.0g	
Carbohydrate	18.6g	12.4g	
- Sugars	18.6g	12.4g	
Sodium	90mg	60mg	

## 2. 栄養表示の情報が十分であるか、 または適切であるかを検査する

- 栄養表示には「1+7」の情報が含まれているか
- 「1+7」とは、“熱量+7種の主な栄養素”を指す
  - 熱量
  - タンパク質
  - 有効炭水化物
  - 総脂質
  - 飽和脂肪酸
  - トランス脂肪酸
  - ナトリウム
  - 糖

## 2. 栄養表示の情報が十分であるか、 または情報が適切であるかを検査する

- 炭水化物

- 炭水化物とは、有効炭水化物を指す(総炭水化物と定義した場合は、食物繊維は含まれない)
- 総炭水化物と表示する場合は、**食物繊維**の含有量も示さねばならない

- コレステロール

- **いずれかの種類の脂肪**に関して強調表示を行う場合は、コレステロールの量も表記する必要がある

- 商品になんらかの強調表示がある場合は、当該栄養素の含有量を明記する必要がある

# 3. 栄養表示の様式が適切であることを 検査する

- 熱量と栄養素
  - 商品の100gまたは100mLあたりの栄養価を表示する
  - パッケージあたりの栄養価を表示する  
(商品の内容量が1食分の場合)
  - 1食分あたりの栄養価を表示する  
(商品の1食分の分量と全量を各々パッケージに明記する)

# 3. 栄養表示の様式が適切であることを 検査する

- 栄養表示は**表の形式**で示し、**よく見える位置**に表示しなければならない
- **適切な表題**を含んでいなければならない  
-例: 栄養表示、栄養情報、栄養成分など
- 表記は中国語、英語、あるいは両方の併記で行う  
-食品のラベルや強調表示が**中国語と英語**で併記されている場合、栄養表示も**同じよう**に併記する

Nutrition Information 營養資料		
Servings Per Package / 每包裝所含食用分量數目: (insert number of servings)		
Serving Size / 食用分量: g, ml or other unit as appropriate / 克、毫升或其他適當的單位		
	Per 100g or Per 100ml / 每 100 克或每 100 毫升	Per Serving / 每食用分量
Energy / 能量	kcal or kJ / 千卡或千焦	kcal or kJ / 千卡或千焦
Protein / 蛋白質	g / 克	g / 克
Total fat / 總脂肪	g / 克	g / 克
- Saturated fat / 飽和脂肪	g / 克	g / 克
- Trans fat / 反式脂肪	g / 克	g / 克
Carbohydrates / 碳水化合物	g / 克	g / 克
- Sugars / 糖	g / 克	g / 克
Sodium / 鈉	mg / 毫克	mg / 毫克
Insert nutrient(s) involved in claim(s) / 填入涉及聲稱的營養素	g, mg or µg 克、毫克或微克	g, mg or µg 克、毫克或微克
Insert other nutrient(s) to be declared / 填入其他標示的營養素	g, mg or µg 克、毫克或微克	g, mg or µg 克、毫克或微克



# 3. 栄養表示の様式が適切であることを 検査する

- コレステロールの含有量を表示する場合は、次の順序に従うことを勧める：

総脂肪

-飽和脂肪酸

-トランス脂肪酸

コレステロール

### 3. 栄養表示の様式が適切であることを 検査する

- 炭水化物または総炭水化物の含有量／種類を表示する場合は、次の順序に従うことを勧める：

炭水化物

- 糖
- 食物繊維

あるいは

- 総炭水化物
- 食物繊維
- 糖

# 4. 栄養素の単位と値の四捨五入方法

- 表示単位

- 熱量は「キロカロリー」あるいは「キロジュール」
- その他栄養素は「測定単位」(グラム、ミリグラム、マイクログラム)
- 栄養素摂取目安量(相対値)に対する割合(%)

- 栄養素摂取目安量に対する割合(%)

- 国際的に認められた食品または保健機関／各国の保健機関が設定した栄養素摂取目安量を用いなければならない
- 中国の栄養素等摂取目安量を使用することを勧める
- 摂取目安量あるいは参考にした国名を記載することを勧める

- 値の四捨五入方法

- 「キロカロリー」、「キロジュール」、「ミリグラム」および「%」は小数点以下四捨五入
- 「グラム」は小数第2位で四捨五入

## 5. 強調表示が規定に適っているかを検査する

- 強調表示
  - 栄養素含有量の表示
  - 栄養素の比較強調表示
  - 栄養機能の表示

# 5. 強調表示が規定に適合しているかを検査する

## 栄養素含有量の表示

- 付表8に規定された条件を満たさなければならない
- 大部分の規定条件は、食品100gまたは100mLあたりで計算することになっている

<ナトリウム>

栄養資料	
毎包装所含食用分量数値: 5	
食用分量: 20g	
	毎食用分量
エネルギー	127千カ
蛋白質	5克
總脂肪 - 飽和脂肪 - 反式脂肪	3克 1克 1克
碳水化合物 - 糖	20克 10克
鈉	50毫克

(1) 低い	含有されるナトリウムは(固形か液状かを問わず)食品100gあるいは100mlあたり0.12gを超えない
(2) 非常に低い	含有されるナトリウムは(固形か液状かを問わず)食品100gあるいは100mlあたり0.04gを超えない
(3) 含まない	含有されるナトリウムは(固形か液状かを問わず)食品100gあるいは100mlあたり0.005gを超えない

## 5. 強調表示が規定に適合しているかを検査する

### 栄養素含有量の表示

- 以下は栄養素含有量の表示とみなされない
  - 実際の栄養含有量を表示する  
例: 一食分あたり50mgのオメガ3を含む
  - 栄養表記に承認されている示し方  
例: 100gあたり中国栄養素摂取目安量の30%のカルシウムを含む
  - グルテンを含有しない (gluten free)
  - ラクトース・フリー (no added sugar)

## 5. 強調表示が規定に適合しているかを検査する

### 栄養素含有量の表示

- 規定に適合していない表現
  - 「高エネルギー」
  - 「低トランス脂肪」
  - 「非常に高い」
  - 「オメガ3を含む」
- 「非常に低い」の表現
  - 「ナトリウム」または「塩」に対してのみ表記できる

## 5. 強調表示が規定に適合しているかを検査する

### 栄養素含有量の表示

- 「塩」について行った強調表示は、「ナトリウム」に関する強調表示の条件を満たしていなければならない。
- 「飽和脂肪酸」「トランス脂肪酸」または「コレステロール」について強調表示が行われた場合は、「飽和脂肪酸」「トランス脂肪酸」または「コレステロール」の**総量**およびそれらによって得られる**熱量のパーセンテージ**の条件を満たしていなければならない。

栄養素	以下の言葉を伴う表現	条件 <sup>5</sup>
コレステロール	(1)「低い」	(a) 固形で以下のすべてを満たす - (i) 100gあたりに含まれるコレステロールの量は <b>0.02g</b> を上回らない (ii) 100gあたりに含まれる飽和脂肪酸とトランス脂肪酸の合計量は <b>1.5g</b> を上回らない (iii) 飽和脂肪酸とトランス脂肪酸の合計量は <b>熱量の10%</b> 超を占めない



## 5. 強調表示が規定に適合しているかを検査する

### 栄養素の比較表示

- 同一食品もしくは似た食品の異なるバージョンを比較する
- 必ず同量の食品と比較する
- **絶対値**と**相対値**の両方の条件を満たさなければならない
- 栄養素比較表示の近くに記載されていなければならない
  - 比較する食品を記載
  - 含有量の違い(絶対値またはパーセンテージもしくは割合で表記)を記載
  - 例: 糖分ひかえめ

“糖分ひかえめ

オリジナルのチョコレートと比較して100gあたり10gの糖分減”

## 5. 強調表示が規定に適合しているかを検査する

### 栄養機能の表示

- 科学的根拠と共通認識に基づいていなければならない
- その栄養素の生理的役割に関する情報を含んでいなければならない

例: カルシウムは骨の発育を助ける

- 強調表示した栄養素の含有量は、その「供給源」の栄養素含有量表示の関連条件を満たさなければならない(該当する場合のみ)

(タンパク質、ビタミン、無機質および食物繊維)

～ありがとうございました～

# ～実習の時間～