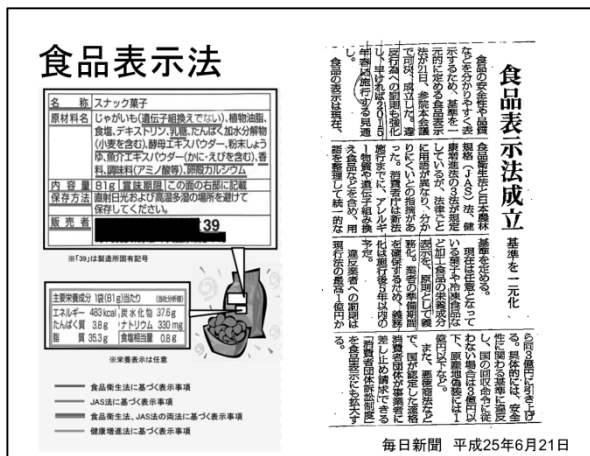


食品表示をより良い食生活に活用するために何が必要か ～食行動学からみた栄養表示利用～

1. 食品表示法施行による栄養成分表示の義務化

食品に表示される栄養表示は、大きく2つある。1つは食品パッケージの表面に書かれることが多い栄養強調表示、そしてもう1つが食品に含まれる栄養成分表示である。栄養表示はこれまで、健康増進法の管轄で管理されていたが、平成25年食品表示の一元化が行われ、食品表示法が成立された。これに伴い、食品に表示されている栄養成分表示が義務化される。

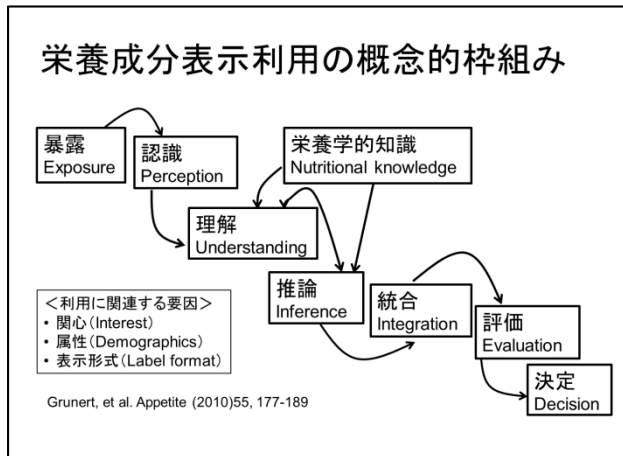


栄養教育を含む健康教育は、近年、ヘルスプロモーションの考え方にに基づき研究や実践が進んでおり、対象者直接教育するだけではなく、環境整備のアプローチも含む。したがって、栄養成分表示の義務化は、食環境整備の1つである情報へのアクセスの整備にあたり、栄養教育の研究の対象となる。

2. 栄養成分表示の利用に向けて

栄養成分表示が義務化されても、それを利用できなければ意味がない。平成26年消費者庁が6000人を対象に栄養表示の読み取りについて調査を行ったところ、正しく読み取れる人が多いとは言い難い結果であった（消費者庁：<http://www.caa.go.jp/foods/index21.html>）。この結果は、米国における研究結果と類似する（Rothman, et al. Am J Prev Med (2006) 31, 1391-398）。

Grunertらは、栄養成分表示利用にはいくつかのステップがあると説明している。まず、栄養成分表示に暴露され、それを認識する。そして理解し、自分のことに当てはめて考える。

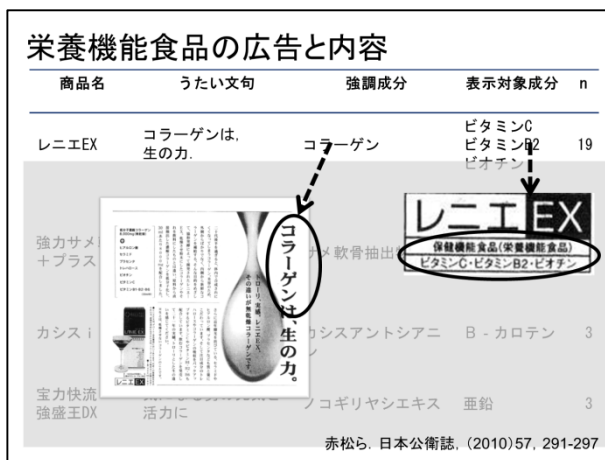


ここで、ここでは栄養学的知識が必要である。栄養成分表示から得た情報を、食品選択に関わる他の価値観、たとえば、価格や嗜好などとあわせて、その食品が自分にとって必要なものか評価し、買うか買わないかを決定する。このように、栄養成分表示が義務化されたとしても、すべての人が健康的な食品選択に利用するとは限らない。環境整備にあわせて、消費者の知識の獲得や態

度の変容が必要である。

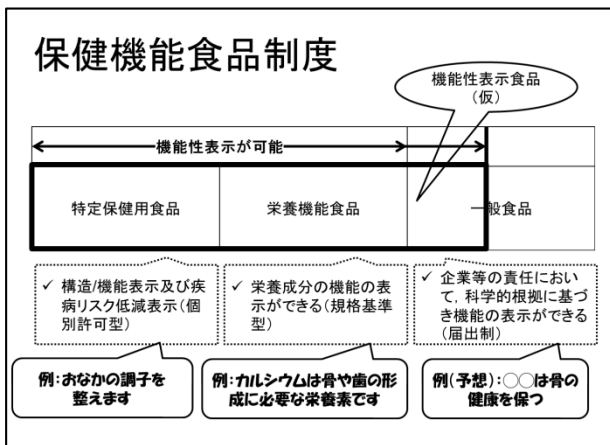
3. 栄養強調表示と栄養機能食品の課題

栄養強調表示は、栄養成分表示と異なり、食品の表面に書かれていることから消費者の目にもつきやすく、食品選択のきっかけになりやすい。栄養強調表示は「高い、含む、強化」あるいは「低い、含まない、低減」を指し、栄養成分の文字のデザイン（フォント、大きさ、色）による強調は含まない。しかしながら、消費者の多くはこれを理解していない。企業の販売戦略によって栄養強調表示が行われているのが現状である。



これは、栄養機能食品の広告でもいえる。新聞に掲載された健康食品の広告を調査した結果、栄養機能食品のすべての広告は、表示対象成分ではない成分を広告のうたい文句として使っていた（赤松ら、日本公衛誌、(2010) 57, 291-297）。

4. 新たな食品の機能性表示制度



今、我が国では食品の機能表示に関して新たな制度が始まろうとしている。平成 27 年度よりいわゆる健康食品について企業の責任のもと科学的根拠に基づいて機能性表示ができることになる。機能性表示食品は、特定保健用食品の個別許可型ではなく、届出制となる。この届出の中で、企業は対象食品の安全性および機能性の科学的根拠を説明し、その情報を公開しなくてはならない。消費者は

これらの情報を読み解き、自分に必要であるか判断しなければならない。

5. 今後の課題

栄養成分や食品の機能性は、地域活性化の 1 つとして使われることが多い。たとえば、京都府は、栄養機能を使って京野菜の普及啓発を行っている。ヘルシーといわれる日本食でも、同様なことが起こるであろう。栄養や食品機能の情報が増えることは人々の健康に対する関心を高めることにつながるが、読み解く力がなければ正しく利用できない。食環境整備とあわせて消費者教育や栄養教育を行っていく必要がある。