

食品表示で何がわかるの？

「見たことはあるけれど、どんなことが書いてあるかわからない。」という方も多い食品の表示。

食品表示には原材料・添加物をはじめ、食品の安全確保や商品選択に役立つ大切な情報が書かれています。今号では、買い物から家で食事をするまでに、どんな表示をチェックしたら良いのかを、しろくま忍者と一緒に確認していきましょう！

ぼくは、しろくま忍者！
食品表示には大切な情報がたくさん入っているんだよ！



札幌市保健所手洗い・うがい啓発キャラクター「しろくま忍者」



食品表示の例

名称	焼菓子
原材料名	小麦粉(国内製造)、砂糖、ショートニング、加糖練乳、卵、食塩 / 膨張剤、乳化剤(大豆由来)、香料
内容量	100g
賞味期限	枠外下部に記載
保存方法	直射日光、高温多湿を避け保存
販売者	●●食品株式会社 札幌市中央区南◇条○丁目◆ー◎
製造所	■■製菓株式会社 ○○県□□市△△ □ー★

いったい、どんなことがわかるの？

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g

それじゃあ具体的に
見てみよう！

次のページへ

Point. 01

いつまで食べられるの？ どうやって保存するの？

賞味期限 ○年△月□日
保存方法 10℃以下で保存



本当に大丈夫？

これはいつもチェックしてるから大丈夫よ！



ここに注意△



開けちゃったけど賞味期限内だから食べられるよね！

待ってー！



真空パックだから常温で大丈夫！

待ってー！

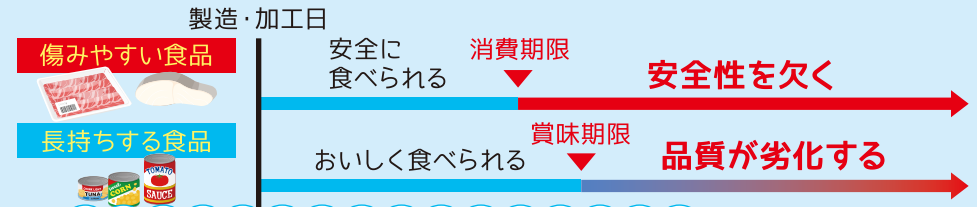


消費期限、賞味期限はどちらも未開封かつ保存方法を守って保存している場合の期限です。開封後は早く食べましょう！

真空パックでも冷蔵品の場合があります。全ての食品で保存温度を必ず確認し、食中毒事故を防ぎましょう。

消費期限と賞味期限の違いは？

消費期限と賞味期限には、以下のような違いがあります。違いを理解して、無駄なく安全に食べ切りましょう！



つまり、消費期限は安全に食べられる期限、賞味期限はおいしく食べられる期限なんだ！

