

食品の期限表示について知ろう！

Q子：あれ？今日のおやつに持ってきたクッキーの箱に「おいしく召し上がっていただくための目安です」と書いてあります！

博士：よく見つけたな、Q子！食品ロス削減を進めるため「食品期限表示設定のためのガイドライン」が見直され、賞味期限の用語の意味について説明をつけることが推奨されたんじゃよ。今回は期限表示について学んでいこうかの～！



Q子。助手。
いつも前向き。



博士。
マイペース型。



ネコ。
しゃべれる。



消費期限と賞味期限

参考：消費者庁ホームページ「期限表示（消費期限・賞味期限）」

Q子：よくみると、こっこのコンビニで買ってきたハンバーグ弁当には「消費期限」が書いてあるけど…クッキーに書いてあった「賞味期限」との違いって…？

博士：食品には、原則、消費期限と賞味期限のどちらかが表示されておるんじゃ。まずは2つの違いについて説明しよう。

消費期限（しょうひきげん）

安全に食べることができる期限

<どんな食品？> 弁当、サンドイッチ、惣菜 など



期限を過ぎたら食べないほうがいいよ！

賞味期限（しょうみきげん）

おいしく食べることができる期限

<どんな食品？> スナック菓子、カップめん、缶詰 など



すぐに食べられなくなるわけではないよ！

Q子：おやつのクッキーに書いてあった「賞味期限」は、期限が過ぎてもすぐに食べられなくなるわけではないんですね！

博士：そうじゃ。ただし、消費期限も賞味期限も、表示されている方法で保存した場合の期限じゃから、表示をよく見て正しく保存することが大切じゃ。

Q子：開封した後も、表示された期限内なら食べてもいいんですか？

博士：表示されているのは開封前の期限じゃから、一度開封したら期限にかかわらず早めに食べることじゃな。

Q子：分かりました～この弁当は消費期限が今日までだから、今日のお昼に必ず食べます！

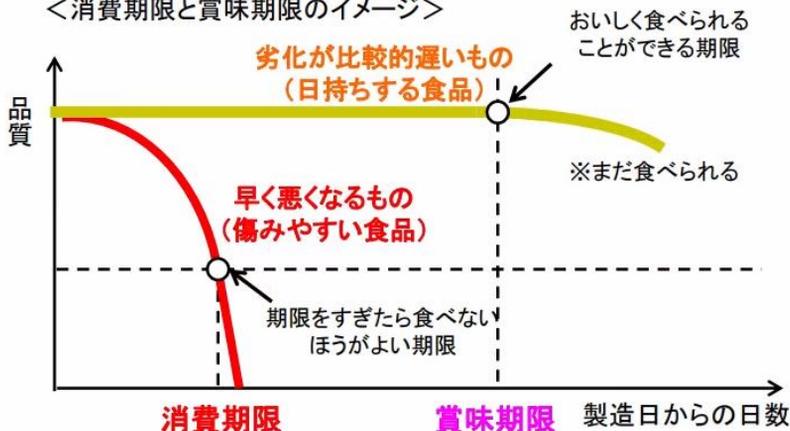
博士：そうじゃ！「消費期限」が書かれた食品は傷みやすい食品じゃ。期限を過ぎた場合には、食中毒菌など増えていることもあるから、食べないほうがいいんじゃよ。

<表示例>

名称	いちごジャム
原材料名	いちご、砂糖、…
添加物	増粘多糖類、…
内容量	400g
賞味期限	枠外下部に記載
保存方法	直射日光を避け、常温で保存
製造者	〇〇株式会社 東京都千代田区△△

賞味期限 28.12.31

<消費期限と賞味期限のイメージ>



期限表示は、表示例のとおり、一括表示のなかにまとめて書いてあるニャー！
一括表示に「枠外下部に記載」など記載のうえ、指定されたところに書いてある場合もあるニャー。



賞味期限と食品ロス

参考：消費者庁「食品期限表示の設定のためのガイドライン」

Q子：表示されている期限はだれが決めているんですか？

博士：その食品を一番よく知っている人が決めることになっているんじゃ。

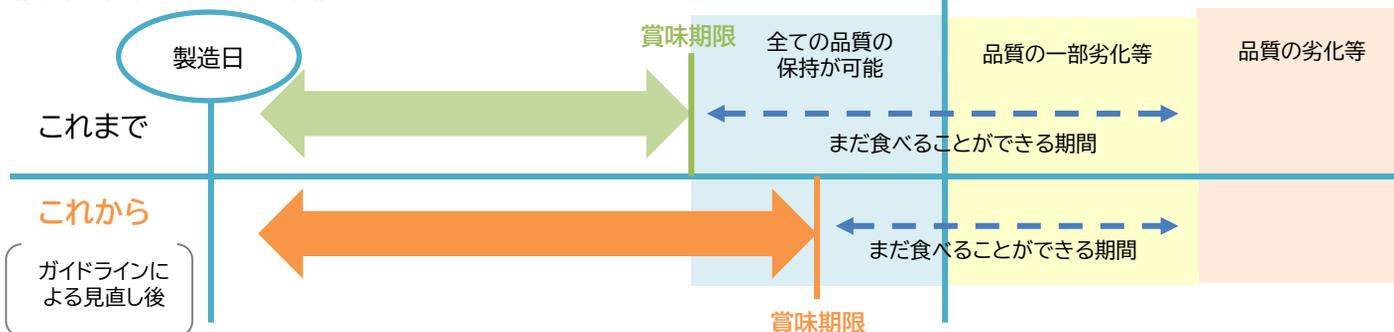
Q子：食品を作った人ですね！

博士：そうじゃ。国産の食品であれば、製造・加工業者の他、販売業者のいずれかが決めることになっておる。また、輸入食品の場合は、輸入者が決めることになっておるぞ。こうした人たちが、様々な検査などから、科学的・合理的根拠とともに設定しなければならないことになっているんじゃ。

賞味期限設定のイメージ図をみてみよう。



〈賞味期限設定イメージ図〉



Q子：へ～！びっくりです。賞味期限は実際に、「おいしく食べることができる期限」よりも短く設定されているんですね！あれ？ガイドライン見直し後の方が「賞味期限」がのびてますよ！

博士：ガイドラインでは、短く設定された期限表示について、安全上の問題がない場合は見直しが推奨されておるんじゃ。まだ食べることができる商品が店頭に長く並ぶことで、食品ロスにつながるの～。

Q子：はーい！賞味期限が過ぎている食品があったら、食べられるかどうかにおいや見た目で判断しようかと思います！

博士：食品の製造者等表示をした者は、消費者から求められた場合、まだ食べることができる期限の目安について、できる範囲で情報を提供することが推奨されているんじゃ。商品に記載されている会社に問い合わせしてみることもひとつの方法じゃよ！

家庭で食品ロスを減らしてみよう

参考：消費者庁「食品ロス削減ガイドブック」

博士：食品ロスの約半分は、家庭から排出されているんじゃよ。日々の食生活の中で、ちょっとした気遣いや行動で、食品ロスを減らすことができるんじゃ！

〈食品ロスを減らす3つのコツ〉

1 買いすぎない

家にある食品と照らし合わせ、予定を考えて必要な分だけ買いましょう。



2 作りすぎない

体調や家族の予定を考えて、作りすぎないようにしましょう。



3 食べ残さない

作った料理は、早めに、おいしく食べきりましょう。



Q子：ついついまとめ買いしちゃうので、これからは自分で管理できる・食べきれの食品だけ買うようにします！

博士：そうじゃな！食品ロスを減らすには一人一人の「もったいない」を意識して行動することが大切なんじゃよ～。できることから始めていこうかの～！

Q子：はーい！博士の家に早く食べきらなくちゃいけない食品があったら、私が食べてあげますよ～！

食卓の安全・安心ニュースで知りたいテーマがありましたら、メールでお寄せください。
生活衛生課メール：c11222@pref.gifu.lg.jp

最後までお読みいただき
ありがとうございました。

