

きょうわ 食育だより

平成28年12月1日発行

共和町食育推進委員会 事務局：共和町役場産業課

おいしかったかな？ 『ふるさと給食』

平成28年11月9日、町内の両幼児センター・小学校・中学校で、『ふるさと給食』が行われました。

メニューは、共和町の野菜や北海道産の食材をふんだんに使った、「豚と揚げかぼちゃの煮物」や「カリフラワーとつなの和え物」などで、ごはんは共和町産の「ななつぼし」の新米でした。

今年は、食材となった野菜の生産者である若手農業者グループ「Grow Up」のメンバーの他、食育推進委員も各小学校にお邪魔して給食を味わい、児童たちと交流しました。



お米ができました！

11月9日、北辰小学校5年生が脱穀作業体験をしました。外は雪が降り寒い中での作業でしたが、はじめて見る道具や機械を使って「脱穀」や「もみすり」などを行いました。自分たちで育てたお米は、いつものお米よりもっと美味しいでしょうね。



パッケージを見てみよう！ ~その3「機能性」が表示された食品~

最近「おなかの調子を整えます」「脂肪の吸収をおだやかにします」などと書かれた食品をよく目にしませんか？

今回は「トクホ」など、機能性などが表示された食品についてご紹介します。
(参考：消費者庁パンフレット)

どのようなものに表示されているの？

機能性を表示することができる食品は、国が個別に許可した「特定保健用食品（トクホ）」と国の規格基準に適合した「栄養機能食品」に限られていましたが、機能性をわかりやすく表示した商品の選択肢を増やし、消費者がそうした商品の正しい情報を得て選択できるよう、新しく「機能性表示食品」制度が平成27年4月にはじまりました。

特定保健用食品（トクホ）

健康の維持増進に役立つことが科学的根拠に基づいて認められ、「コレステロールの吸収を抑える」などの表示が許可されている食品です。表示されている効果や安全性については国が審査を行い、食品ごとに消費者庁長官が許可しています。



栄養機能食品

一日に必要な栄養成分（ビタミン、ミネラルなど）が不足しがちな場合、その補給・補完のために利用できる食品です。すでに科学的根拠が確認された栄養成分を一定の基準量含む食品であれば、特に届出などをしなくても、国が定めた表現によって機能性を表示することができます。

機能性表示食品

事業者の責任において、科学的根拠に基づいた機能性を表示した食品です。販売前に安全性及び機能性の根拠に関する情報などが消費者庁長官へ届け出られたものです。ただし、特定保健用食品とは異なり、消費者庁長官の個別の許可を受けたものではありません。

	対象	評価者	手続き
特定保健用食品（トクホ）	食品全般（生鮮食品が認められた例はない）	消費者庁が許可	国が科学的根拠を審査
栄養機能食品	ミネラル5種類、ビタミン12種類のいずれかを含む食品	国が定めた基準に適合していれば表示可能	国への許可申請や届出は必要なし
機能性表示食品	食品全般（サプリメントや加工食品、生鮮食品も含む）	企業による届出制	企業が科学的根拠を提出

利用のポイント！

トクホなどの食品のパッケージには「食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。」と書かれています。

機能性が表示された食品さえ食べれば（飲めば）、暴飲暴食をしてもよいというものではなく、バランスの取れた食事の中で使うことが大切です。

