No.8　令和８年11月号

山手幼稚園　食育担当　伊島

食育だより

秋の季節を満喫する間もなくアッというまに冬到来の便りがやって来ました。
子どもたちも元気に園庭を駆け回り楽しい幼稚園生活を過ごしています。
本格的な寒さが来る前に栄養満点な料理で体力を備え、風邪を引かないよう食生活に十分気を付けましょう。
今月は、お買い物をするときに目にする食品表示についての豆辞典・・・・！

食品の表示は、安全性の確保と消費者の自主的かつ合理的な食品の選択にとても大切な役割を担っている情報源です。

・農産物の表示概要・・・・「名称」・「原産地」等
・畜産物の表示概要・・・・「名称」・「原産地」等
・水産物の表示概要・・・・「名称」・「原産地」等
・玄米及び精米の表示概要・・・・「名称」・「原料玄米」・「内容量」・「調製年月日」・「精米年月日」
「食品関連業者の氏名又は名称、住所及び電話番号」
・加工食品の表示概要・・・・「名称」・「保存方法」・「消費期限又は賞味期限」・「原材料名」・「添加物」
「内容量又は固形量及び内容総量」・「栄養成分」・「食品関連業者の氏名又は名称及び住所」・「製造所又は加工所の所在地及び製造者又は加工者の氏名又は名称」等

❢アレルギー表示❢

食品表示法で定めるアレルギーは「特定原材料」の7品目と、「特定原材料に準ずるもの」の20品目のふたつの項目を合わせて合計27品目になります。

☆彡「混入」への注意！☆彡

混入としては「意図せざる混入」(コンタミネーション)が有ることを知る必要があります。
基本的に原材料ではないため、表示義務はありませんが、アレルギーはごく微量でも発症することがあり、必要に応じて消費者に情報提供する事が望ましいとされています。

例えば・・・「〇〇と同じラインで〇〇を含む商品を製造しています。」
これらの表示は「意図せざる混入」の注意表示です。＊主治医に相談して下さい。

❢ 食品表示とは？ ❢

全ての食品には表示をしなければならない事項が決まっています。
その表示のことを「食品表示」といい、食品の種類によって表示しなければいけない事は異なりますが、基本的な表示事項は6項目あります。

1） 名称
2） 原材料名
3） 内容量
4） 消費期限または賞味期限
5） 保存方法
6） 製造者等の名称及び住所

食品表示が義務づけられているのは、**「容器包装」**に入れられた加工食品です。
では、なぜ食品表示が必要なのでしょうか？
☆彡　それは、私たち消費者が商品を買う時（選ぶ時）に、その商品の情報をその場で製造者に聞くことができないからです。

また、加工食品（食肉）には「栄養成分表示」も義務化されましたが、通常の生鮮食品は、表示する必要はないようです。

名称	焼菓子
原材料名	小麦粉、砂糖、マーガリン、チョコレート（乳成分を含む）、卵、食塩/乳化剤、香料、カラメル色素、膨張剤
内容量	10枚
賞味期限	2021、10、26
保存方法	直射日光を避け、常温で保存
製造者	（株）〇〇食品 大阪府〇〇市〇〇町1－2－3

年中組さんがお月見団子を作りました！
ポップコーンが弾けるまでの工程もしっかり見ることが出来ましたした。

9月9日（すずらん組）

9月15日（ゆり

9月17日（ばら

10月7日（すみれ組）

10月14日（たんぽぽ

10月16日（ひまわり組）

10月21日（さくら組）