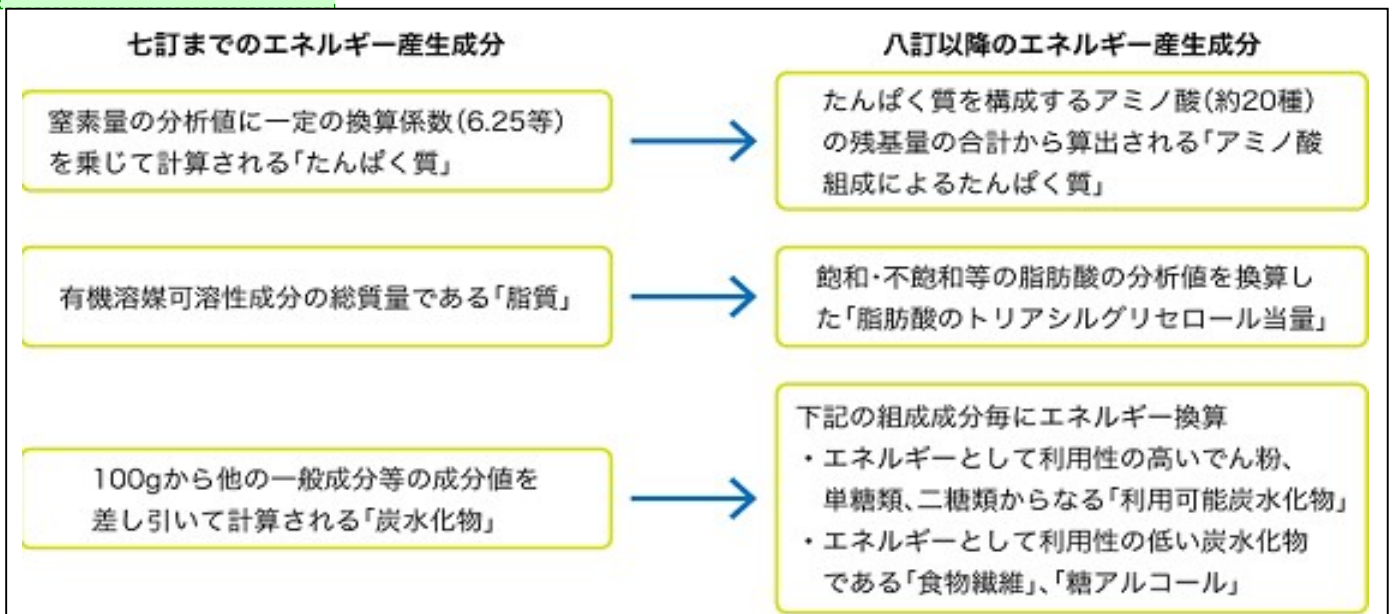




【筆者紹介】高橋 貞三  
 ・(株)アーゼロンシステム  
 コンサルタント代表取締役  
 ・シンクタンク食品関連コンサル  
 協議会(FCC) 副会長

## 全面改訂！『日本食品標準成分表 2021 年度(八訂)』

1. エネルギーの算出方法の変更⇒食品エネルギー値のより正確性追求！
2. 炭水化物の細分化！！  
 ⇒「利用可能炭水化物(でんぷんと単糖・二糖類)」、「食物繊維総量」、  
**「糖アルコール」と分割記載**
3. 食物繊維成分(ナイアシン当量、難消化性オリゴ糖等)の表示
4. 「冷凍、チルド、レトルトの調理済み流通食品」の食品群を新設！！  
 2191食品成分値から2478食品成分値に増加⇒食品情報の掲載
5. 「アミノ酸成分表」、「脂肪酸成分表」、「炭水化物成分表」を添付資料



### ＜質問点＞(出典:文部科学省)

1. 利用可能炭水化物とは？⇒炭水化物構成成分のうち、ヒトの消化酵素で消化できるものの総称。
2. 利用可能炭水化物(単糖当量)とは糖質のことか？⇒成分表には『糖質』の成分表示はなし。  
 「糖質量」=「炭水化物」-「食物繊維」
3. 『当量』とは？⇒成分それぞれの成分が持つ効力の基準となる成分相当量のこと。
4. アミノ酸組成による「たんぱく質」とは？⇒「たんぱく質」は「アミノ酸」から構成されています。  
 「アミノ酸成分表」にアミノ酸組成によるたんぱく質量が記載されています。
5. 「ナイアシン当量」とは？⇒ナイアシンはビタミンの一種で、体内で同じ作用を持つニコチン酸、ニコチン酸アミド等の総称で、ナイアシンはアミノ酸の一種である「トリプトファン」からも体内で生成されます。摂取基準量はナイアシンでなく「ナイアシン当量」で表示します。

編集責任者:高橋 貞三 編集:梶川 智子