

## FCC 通信

第 16 号 発行: 2021 年 5 月



【筆者紹介】高橋貞三 ・㈱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

## 七訂までのエネルギー産生成分

窒素量の分析値に一定の換算係数(6.25等) を乗じて計算される「たんぱく質」



八訂以降のエネルギー産生成分

たんぱく質を構成するアミノ酸(約20種) の残基量の合計から算出される「アミノ酸 組成によるたんぱく質」

有機溶媒可溶性成分の総質量である「脂質」



飽和·不飽和等の脂肪酸の分析値を換算し た「脂肪酸のトリアシルグリセロール当量」

100gから他の一般成分等の成分値を 差し引いて計算される「炭水化物」



下記の組成成分毎にエネルギー換算

- エネルギーとして利用性の高いでん粉、単糖類、二糖類からなる「利用可能炭水化物」
- エネルギーとして利用性の低い炭水化物である「食物繊維」、「糖アルコール」

## < 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質量が収載されています。
- 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

