

質問①-1

昨年4月から加工食品の栄養成分表示が義務表示になり、静岡県内の加工業者に、食品表示と栄養成分表示の説明をしております。高額なため分析機関に成分分析を依頼できない、中小規模の加工業者も受講しています。栄養成分表示も含めた食品表示の講話時間は30分と限られています。栄養価計算の説明をするにあたり、私たち栄養士と違い食品成分表を初めて見る方もいらっしゃいます。ご自分たちで、栄養価計算をして表示をしようと努力されている業者の方も大勢いらっしゃいます。

(渡邊先生)

先方への説明の時間は30分と限定されていて、それ以上の時間はとれないと理解すればよいでしょうか。記載くださっているように、栄養価計算を行おうと努力している栄養士ではない業者さんが多くいらっしゃることは認識しております。

質問①-2

講話の中では、表示は「目安」もしくは「参考値」として記載することを聞きましたが、実際、間違った計算方法にならないようにするために、注意すべきポイントをお教えいただけますでしょうか。

(渡邊先生)

ご質問ありがとうございました。先日の講演で話した一般的な栄養計算に対する注意として1枚にまとめたスライドに記載してある事項が注意すべきポイントになると思います。栄養価計算は、誰でもできそうですが、栄養士・管理栄養士が専門家として行う重要な業務の1つです。そのための学びを栄養士・管理栄養士の皆さんは養成校で行い、実際に業務として行っています。さらに、今回のように研修も受けて継続して力をつけています。業者さんには、できれば、栄養士・管理栄養士に栄養価計算を依頼する、あるいは相談する、あるいはアドバイスを求めると良いですとアドバイスすることをお勧めします。業者さんが相談できる栄養士・管理栄養士や費用も合わせてご紹介できれば、先方にとっても嬉しいのではないのでしょうか。

食品表示は、ご存じのように、食品を判断するために重要であり、それが正しいものであることは、ユーザーにも、食事栄養指導する栄養士・管理栄養士にとっても大切です。

質問②

渡邊先生の、今回の講演の参考文献は、スライドで紹介されたものが、全てでしょうか？
調理済み食品の扱いが、難しかったです。わからない点は、文科省にも聞いてみます。
調べてみますが、先生の書籍が是非知りたいです。

(渡邊先生)

調理済み食品の扱いについて、興味をもってくださいありがとうございました。質問の調理済み食品とは、栄養価計算で調理した食品の成分値を使うことについての質問でしょうか。先日のスライドで示した参考文献に加えて、月刊「臨床栄養」の2021年の8月号、女子栄養大出版WEBマガの18があります。スライドで示した文献や、今回、記載したものを御覧いただき、わからない場合は、またご質問ください。

ご質問は、調理済み流通食品類についてでしょうか。調理済み流通食品類の取扱いは、以下のとおりです。「きんぴらごぼう」など、収載されているそうざい類は、現時点の標準的な成分値として利用できます。例えば、購入した「きんぴらごぼう」の人参、ごぼう、調味料を調べるのが困難な場合は、成分表2020の「きんぴらごぼう」の収載値が利用できます。

質問③

スライド中のナイアシン（改定のポイント4.成分表2015追補（2016～2019）の検討結果の反映2）成分の追加）につきまして、2015年度版追補（2016～2019）ではナイアシン当量が追加されたと記載されています。ナイアシン当量はナイアシン+1/60トリプトファンであることはわかりますが、栄養価計算をする場合、ナイアシンとナイアシン当量、どちらの値を用いれば良いでしょうか。ナイアシン当量は身体の中で活性化されるものが足されたものとする食品の栄養計算には今まで通り（狭義の）ナイアシンの値を使用すればよいと思っていました。ご教示いただければと思います。

(渡邊先生)

ご質問ありがとうございました。身体の中で活性化される量をトリプトファン摂取量から予測して、その質量を食品に含まれているナイアシンの質量に足し算した値が、ナイアシン当量です。したがって、ナイアシン当量で計算してください。