

健康の友

平 29 年 11 月

大豆について（第 3 回目）

（店頭での表示）

日本は輸入大豆の割合が高い国です。消費者の方は、店頭で納豆や豆腐のパッケージに表示をご覧になられている方が多いかと思えます。ほとんどが国産大豆、北海道産が多いかと思えます。決して輸入大豆を国産大豆と偽装して表示をしているわけではありません。

前回記事に書きましたように、国内で食品として利用されている大豆食品の大半は国産大豆で、加工食品に関しては輸入大豆また植物油（サラダ油）として大豆が利用されたり家畜の飼料として利用されたりしています。第一回目で大豆の機能性に関して若干お伝えしました。良質なたんぱく質、各種ビタミン、カロリーの取れる脂質、女性ホルモン様の作用を呈する等 今回は表示に関して少し説明させていただき。大豆の種の特徴や成長過程など意外と知っているようで知らない内容をお伝えいたします。その前に表示に関して簡単にコメント

（豆腐の分類表示）今現在、豆腐に含まれる大豆の含有量に応じた表示義務はありません。大豆が多く含まれても少なくとも「とうふ」と表示されています。なかには大豆の含有する濃度さをアピールするために「100% 大豆」だとか「濃厚とうふ」だとか表示していますが、内容は定かではありません。

名 称	もめん豆腐
原材料名	大豆(国産)(遺伝子組換えでない)、凝固剤(塩化Mg)、消泡剤(グリセリン脂肪酸エステル等)
内 容 量	400g
賞味期限	この面の上部に記載
保存方法	冷蔵(0℃～10℃)で保存
販 売 者	日本生活協同組合連合会
〒150-0002	東京都渋谷区渋谷3-29-8
組合員サービスセンター	
	TEL 0120-999-345

（将来的には大豆の割合で分類表示予定）

具体的にどのように変わるのか。これまでは大豆の含有量にかかわらず、すべて「とうふ」と表示できましたが、数年後から“大豆の割合”で以下のように分類し表示を明確にするということとなります。

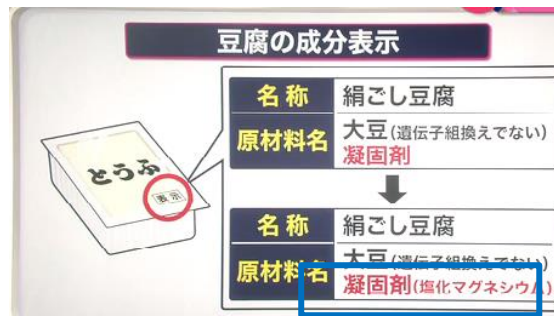
豆腐の定義・分類(案)

名称	大豆固形分	成分、加工
とうふ	10%以上	大豆、凝固剤、水だけを使用
調製とうふ	8%以上	副原料を用い、味、食感などを調製
加工とうふ	6%以上	調製とうふよりも加工度の高いもの

※豆腐公正競争規約設定委員会の資料を基に作成

- ・ 10%以上 とうふ
- ・ 8%以上 調製とうふ
- ・ 6%以上 加工とうふ

添加物表示に関して 現状 6 種類の添加物が「凝固剤」というもので一括、一括りにされています。この表示が左下のように例えば、凝固剤（塩化マグネシウム）と表示されることになります。消費者には細かく情報が提供されることになり、選択の際の情報になります。



以下 大豆の成長過程毎の食品への利用の図式です。復習の意味でご覧ください。枝豆に始まり完熟した大豆、豆苗としてのもやし等 日本ではこの大豆が食生活の中に深く根付いています。米と大豆で炭水化物やタンパク質、脂質、各種ビタミン、ミネラル等が、補給可能です。お米や豆類を日頃より大切にして日常の食生活に大いに取り入れる必要があります。

