

・・・ 食品の期限表示 ・・・

「消費期限」と「賞味期限」とはどう違うの？

今の季節、心配になるのが食中毒ですので、保存や調理の仕方には充分に気をつけましょう。食品を買うときや食べるときには、原産地、消費期限、原材料などの食品表示をチェックしていきたいものです。しかし、表示されている内容がわかっているようで、わからない食品表示もありませんか？

今回は食品の期限表示についていろいろありますが、どう違うか見ていきましょう。

加工食品は、いつまで安心して食べられるのでしょうか。その目安になるのが、食品衛生法、JAS法の品質表示基準に従って記載されている「消費期限」や「賞味期限」です。

表示されている期限は、「この期限内ならば、おいしく安心して食べられます」と製造者自らが認める、その食品の保証期間です。この期限は、各製造者が理化学試験などによって科学的・合理的根拠に基づいて設定し、表示しています。

また、薬でも同じですが、一度開封すると、品質は急速に変化します。見落としがちなポイントはそこにあります。期限まで十分日数があっても、早めに消費するようにしましょう。

「消費期限」・・・定められた方法で保存して、急速に品質が劣化する食品（概ね5日以内）には、衛生上の危害が生じる恐れのない期間が年月日で表示。

例) おにぎり、お弁当、お総菜、生めん、肉類、魚介類など。

あまり日持ちしない食品につけられる期限表示。概ね5日以内に食べ切らなくてはならないものが対象で、「購入後は冷蔵庫で保存」などの保存方法が同時に書かれています。

この消費期限は、1日過ぎたからといってすぐに食中毒を起こすわけではありませんが、日付が過ぎたものを食べて何かあればその人の責任になります。

また、保存方法が悪ければ期限以内でも傷んでしまっている可能性があります。今の季節は「正しい保存方法で期限以内に食べ切る」ことを徹底した方がよさそうです。

「賞味期限」・・・定められた方法で保存して、品質の劣化が比較的緩やかな食品には、品質の保持が十分に可能な期間が年月日で表示。ただし、3ヶ月以上品質保持が可能なものは年月表示でも可。

例) インスタントラーメン、お菓子、缶詰など。

劣化が比較的緩やかな食品につけられる期限表示。一般的に6日以上日持ちする食品が対象になります。簡単にいえば「この期間内ならおいしく食べられますよ」ということです。期限を過ぎてもすぐに食べられなくなるわけではありませんが、なるべく期限内に消費したほうがいいでしょう。