

食品表示

賞味期限と消費期限の違いとは？



食品のパッケージに記載されている「賞味期限」と「消費期限」
これは、食品の品質が劣化する速度によって使い分けられます。

違いを理解する事により、まだ食べれる食品を捨ててしまったり、反対に安全性が低下した食品を食べてしまったりする事がなくなります。食品の期限表示は、私達の健康だけではなく、食品ロス削減にも関わる重要な情報です。

なぜ賞味期限と消費期限があるのか？

食品は時間の経過とともに劣化し、腐敗や変質が進みます。特に傷みやすい食品は、一定の期間を過ぎると食中毒のリスクが高まるため、安全に食べられる期間を明確にする必要があります。また、消費者が食品を適切に管理しやすくなります。

比較項目	賞味期限	消費期限
意味	表示された方法で保存した場合に、食品の品質が保たれ美味しく食べられる期限	表示された方法で保存した場合に、腐敗、変敗などがなく安全に食べられる期限
品質劣化の速度	比較的穏やか	急速に進みやすい
主な食品	スナック菓子、即席めん、レトルト食品、缶詰、飲料など	弁当、惣菜、調理パン、生菓子、食肉、鮮魚、生麺など
期限を過ぎたら場合	すぐに食べられなくなるわけではなく、品質と状態をみて判断する	安全性が保てなくなるため、食べない方がよい
表示方法	「賞味期限」〇年〇月〇日 製造から3か月を超える食品は年月だけの表示も可(缶詰など)	「消費期限」〇年〇月〇日
共通する条件	未開封で表示された保存方法を守っていること	未開封で表示された保存方法を守っていること

食品の期限を決める試験・検査

- 微生物試験：一般生菌数、大腸菌群、真菌数などを確認する
- 理化学試験：pH、酸価、過酸化価、水分などの変化を確認する
- 物性試験：食品の硬さ、粘度、色、食感などを確認する
- 官能検査：外観、香り、風味、味などの変化を評価する



賞味期限は、理化学試験や官能検査など食品に関する試験・検査の結果を優先して設定します。
消費期限は、微生物試験など食品の安全性に関する試験・検査を優先して設定します。

また期限を決める際には、食品そのものだけでなく、包装材料や包装形態、保存温度、光、流通時の環境なども考慮する必要があります。



10月は食品ロス削減月間

10月30日は食品ロス消滅の日です。食品ロスは、ちょっとした工夫で減らすことができます。この月間を機にできることから、はじめてみましょう。

