

食品期限表示

「賞味」と「消費」の違い理解を

(2014年9月23日掲載原稿)

食品の期限表示についてご存じですか。全ての加工食品には「賞味期限」または「消費期限」どちらかの期限表示がされています(ただし、チューインガムや砂糖など一部の食品を除きます)。

スーパーなどで買い物をするとき、「賞味期限」や「消費期限」を気にしている人も多いと思います。「今日は食べないけれど、いつもより安いから買っておこう」と思って買ったものの、冷蔵庫に入れたままでいつの間にか賞味期限を過ぎていたという経験もあるでしょう。

賞味期限(Best-before date)とはおいしく食べることができる期限です。例えば、スナック菓子や缶詰などが該当します。この期限を過ぎると「すぐに食べられなくなる」ということではありません。

一方、消費期限(Use-by date)はこれを過ぎたら食べない方がよいという期限を示しています。例えば、サンドイッチや総菜などが該当します。いずれも開封する前の期限を表しています。

消費生活センターにも食品の期限に関してのご相談があります。「未開封の食品の消費期限が過ぎてしまったが、食べても大丈夫だろうか」「消費期限は誰が決めているのか」といったものです。

センターでは、食べて大丈夫かどうかの判断はできかねますので「不安であれば食べるのはやめておいてはどうか」とお伝えしています。

また、期限の設定については食品の情報を正確に把握している製造業者などが国のガイドラインに基づき、科学的、合理的根拠を持って設定しています。

せっかく買った食品。廃棄するのは「もったいない」と思いませんか。期限表示の意味を正しく理解して食品を無駄にせず、環境のことも考えた食生活を心掛けましょう。