

◆ カフェインについて（「食品安全情報」から抜粋・編集）
ーオセアニア&アジア（2009年8月～2023年4月）ー

「食品安全情報」（<http://www.nihs.go.jp/dsi/food-info/foodinfonews/index.html>）に掲載した記事の中から、カフェインについての記事を抜粋・編集したものです。

他の地域/機関の情報については下記サイトをご参照下さい。

「食品安全情報（化学物質）」のトピックス

<https://www.nihs.go.jp/dsi/food-info/chemical/index-topics.html>

公表機関ごとに古い記事から順に掲載しています。

- オーストラリア・ニュージーランド食品基準局（[FSANZ](#) : Food Standards Australia New Zealand）
- オーストラリア ニューサウスウェールズ食品局（The [NSW](#) Food Authority）
- オーストラリア TGA（TGA : Therapeutic Goods Administration）
- ニュージーランド食品安全局（旧 NZFSA）/ ニュージーランド一次産業省（現 [MPI](#) : Ministry of Primary Industry）
- 韓国食品医薬品局安全庁（旧 [KFDA](#)）及び韓国食品医薬品安全処（現 [MFDS](#)）

記事のリンク先が変更されている場合もありますので、ご注意下さい。

● オーストラリア・ニュージーランド食品基準局 (FSANZ : Food Standards Australia New Zealand)

1. カフェイン

Caffeine

October 2014

<http://www.foodstandards.gov.au/consumer/generalissues/Pages/Caffeine.aspx>

「食品安全情報」 No.6 (2015)

カフェインは、コーヒー、茶およびココアなどの食品に天然に存在し、中程度の刺激剤として使用した長い経緯がある。カフェインを添加した製品もある。例えば、コーラタイプのソフトドリンク、エナジードリンクやエネルギーショットなど。主な食品のカフェインの含有濃度は以下の通り。

- ・ コーヒー (侵出液) : 60~120 mg/250 mL 一杯
- ・ エナジードリンク等 (カフェイン強化飲料) : 80 mg/250 mL 一杯
- ・ インスタントコーヒー (ティースプーン 1 杯) : 60~80 mg/250 mL 一杯
- ・ 茶 : 10~50 mg/250 mL 一杯
- ・ コカコーラ : 48.75 mg/375 mL 缶
- ・ ミルクチョコレート : 20 mg/100g バー

カフェインの安全基準値はあるか？

一日許容摂取量 (ADI) のような健康ベースのガイダンス値はない。ただし、FSANZ 専門家作業部会が 2000 年に検討し、カフェイン 3 mg/kg bw/day の用量で子どもの不安が増加する根拠があるとの結論を出した。この用量は、5~12 才の子どもにとって 95 mg/day (約コーラ 2 缶)、成人にとって 210 mg/day (約インスタントコーヒー 3 杯) に相当する。

どのようにカフェインを規制しているか？

Food Standards Code では、コーラタイプのソフトドリンク (最大 145 mg/kg : 消費する形態で) 及びエナジードリンク (最大 320 mg/L) に添加できるカフェイン量を制限し、カフェインを含む製品には表示義務がある。ガラナも同様に表示義務対象である。ダイエタリーサプリメントや補完食品として販売されているエネルギーショットにもカフェインは含まれているが対象外である。

飲料中カフェインについて政府は何をしているか？

オーストラリア・ニュージーランド食品規制大臣会合 (Australia and New Zealand Ministerial Forum on Food Regulation) では、カフェイン入りエナジードリンクに関連した問題への対応として多数の対策に同意しており、その一環で 2014 年 6 月に新しい政策ガイドラインを採択している。

*Regulatory management of caffeine in the food supply

<http://www.foodstandards.gov.au/code/fofr/Documents/Caffeine%20July%202014.pdf>

*Application A394 - Formulated Caffeinated Beverages (Energy Drinks)

<http://www.foodstandards.gov.au/code/applications/pages/applicationa394/Default.aspx>

2. 警告文および注意書き (上記記事の『アレルギーの表示について』 関連)

Warning and advisory statements

December 2015

<http://www.foodstandards.gov.au/consumer/labelling/advisory/Pages/default.aspx>

「食品安全情報」 No.20 (2017)

注意書き

一部の消費者に健康リスクを引き起こす恐れのある特定の食品や成分については、注意書きを提示しなければならない。

(注：カフェイン関連のみ抜粋)

- ・ ガラナやガラナ抽出物：ガラナやガラナ抽出物（天然のカフェイン源である）を含む食品のラベルには、食品がカフェインを含んでいることを示さなければならない。
- ・ カフェイン：添加したカフェインを含むコーラ飲料のラベルには、その飲料がカフェインを含んでいることを示さなければならない

注意書きの全リスト

食品基準規約は、特定の製品に注意書きを付するよう求めている。規約の求める注意書きは、以下の表の通り。

| 食品 | 注意書き |
|--------------------|---|
| ガラナあるいはガラナ抽出物を含む食品 | 製品がカフェインを含んでいる旨の文言 |
| カフェインが調合された飲料 | 以下の趣旨の文言 1. 製品がカフェインを含む。;および 2. 製品は子供、妊婦、授乳中の女性、カフェインの影響を受けやすい人には薦められない。 消費量についての文言――日当たりの摂取量の上限〔一日摂取量(缶数、瓶数、あるいは mL で表記)〕 |

| | |
|---|---------------------------|
| <p>カフェインを含むコーラ飲料、あるいは添加されたカフェインを含むコーラ飲料を Standard 1.2.4. で定義される成分として含んでいる食品</p> | <p>製品がカフェインを含んでいる旨の文言</p> |
|---|---------------------------|

3. カフェイン粉末とカフェイン含量の多い食品の安全性

Safety of caffeine powders and high caffeine content food

(July 2019)

<http://www.foodstandards.gov.au/Pages/Review-of-caffeine.aspx>

「食品安全情報」 No.15 (2019)

Hon Greg Hunt 保健大臣と Hon Richard Colbeck 上院議員が、FSANZ に対し、カフェイン粉末とカフェイン含量の多い食品の安全性を調べ、それら製品の安全性情報の消費者への提供や警告表示の必要性について検討するよう依頼した。2019 年 8 月 31 日までに報告する予定である。

4. カフェイン粉末とカフェイン含量の多い製品

Safety of caffeine powders and high caffeine content products

September 2019

<http://www.foodstandards.gov.au/Pages/Review-of-caffeine.aspx>

「食品安全情報」 No.21 (2019)

2019 年 7 月に FSANZ は、Australia New Zealand Food Standards Code (the Code) における現行のカフェイン認可に関する助言の提供と、カフェイン粉末及びカフェイン含量の多い食品に関連した規制強化と消費者への警告に関する予備的勧告の検討を依頼された。

同年 9 月には、ユース・スポーツ省の Richard Colbeck 大臣が報告書を公表し、FSANZ が作成した全ての勧告に合意した。その 5 つの勧告は次の通り。

- ・ FSANZ は、純カフェイン及び高濃度濃縮カフェインの食品製品の小売販売を禁止するために Code の改正案を緊急に策定し、宣言する。
- ・ FSANZ は、「Standard 2.9.4 – Formulated Supplementary Sports Foods」のレビュー結果をもとに食品中のカフェインの最大基準値の策定を検討する。
- ・ もし（小売販売の禁止が）採択された場合には、勧告の実施と併せて、安全なカフェイン摂取に関する省庁間で調整された消費者情報キャンペーンを計画し、実行する。
- ・ 消費者情報キャンペーンの前に、あるいは並行的に、純カフェイン又は高濃縮

カフェインを含む製品、そしてカフェイン含量の多い製品の規制に関するガイドダンスを、執行当局のために食品規則のための実行小委員会（Implementation Subcommittee for Food Regulation : ISFR）が作成し、合意する。

- ・ オーストラリアとニュージーランド全土でのカフェイン摂取に関するターゲット調査を、特定の脆弱集団を含めて、今後の世代間健康及びメンタルヘルス調査の一環で継続する。

* 報告書 : Pure and highly concentrated caffeine products

FSANZ review August 2019

<http://www.foodstandards.gov.au/Documents/CaffeineReport2019.pdf>

(勧告がまとめられた背景)

FSANZ は、純カフェイン粉末とカフェイン含量の多い製品ではリスクが大きく異なると考えている。カフェインは1回3gの用量で死亡が報告されている。カフェイン粉末はごく少量でも致死的になるかもしれない、平均的な安全量を標準的な台所用品で計量することは不可能であることから警鐘を鳴らす。Code に最大濃度が既に定められ、その他の食品の成分として含まれるカフェイン（コーラ飲料、エネルギードリンク）や、より低濃度の製品（スポーツ食品）については、同量であっても純度が高いカフェインほどのリスクはなく健康影響も深刻にはならないと考えられる。

オーストラリアの現行の食品規制は複雑なため、作業部会を設置して検討した。作業部会では、小売用の純カフェインが入手可能なことは許容できないほどの高いリスクがあり、カフェイン含量の多い製品とは区別して検討すべきであることに合意した。FSANZ は純カフェインの小売販売の禁止を勧告する。さらに作業部会は、その販売禁止が採択されるのであれば、それに併せた消費者教育キャンペーンが規制変更を補完し、純カフェインのリスクとインターネットを介した輸入に伴うリスクについての啓蒙につながるということに合意した。カフェイン含有の多い製品について作業部会は、Code の中で食品へのカフェインの使用の認可が明確にされていないことを指摘し、最大基準を Code に含めることを検討すべきだとした。

5. 純カフェイン及び高濃縮カフェイン製品の小売りを禁止する緊急提案への意見募集

Call for comment on an urgent proposal to prohibit the retail sale of pure and highly concentrated caffeine products

1/11/2019

<http://www.foodstandards.gov.au/media/Pages/Call-for-comment-on-an-urgent-proposal-to-prohibit-the-retail-sale-of-pure-and-highly-concentrated-caffeine-products.aspx>

「食品安全情報」 No.23 (2019)

リスク評価の結果、純カフェイン製品と高濃縮カフェイン製品は消費者に許容できない高いリスクとなることが確認された。これらを少量でも飲み込むと、死亡を含む重大な健康影響がおりうる。さらに食品の総カフェイン量の最大安全量を、コーラやエネルギードリンクに設定されているような既存の許容基準がない場合は 5%未満に設定すべきとした。この提案の緊急性から、意見募集は 2019 年 11 月 14 日まで。

6. 輸入食品に関する FSANZ の助言

FSANZ advice on imported food

(April 2020)

<https://www.foodstandards.gov.au/consumer/importedfoods/Pages/FSANZ-advice-on-imported-food.aspx>

「食品安全情報」 No.10 (2020)

私たちは輸入食品が公衆衛生や安全性に中～高程度のリスクをもたらす可能性があるかどうかについて、農業・水・環境省に助言を提供している。農業・水・環境省は国境での食品の安全性を管理するのにこの助言を使用している。

農業・水・環境省は、オーストラリアの公衆衛生及び安全性の要件を満たすことを確認し、Australia New Zealand Food Standards Code への準拠を保証するために輸入食品を検査している。輸入食品検査計画についての情報や、輸入食品についてのよくある質問への答えはこの省庁のウェブサイトをご覧ください。

私たちは食品安全性リスクを決定するのに根拠に基づいたアプローチを取っている。私たちの輸入食品リスク評価文書は、どのようにオーストラリアへの輸入食品の食品安全リスクを評価したのかを説明している。完了した評価が以下に記載されている。

(注：下記表には化学物質関連のみを抜粋。本文中の表では、検査対象/汚染物質の列に記された化学物質について各評価書へのリンクが貼られている)。

特定の国々からの肉、果物、卵、野菜、乳製品などの食品にはバイオセキュリティ制限も設定されている。

完了した輸入食品リスクステートメント (化学物質関連のみ抜粋)

| 食品 | 検査対象 / 汚染物質 | 中～高程度のリスクか？ | 評価日時 (最新更新) |
|----------------|-------------|-------------|-------------|
| 純粋及び高濃縮カフェイン製品 | カフェイン | はい | 2020 年 3 月 |
| 二枚貝 | ドウモイ酸 | はい | 2016 年 6 月 |
| | 麻痺性貝毒 | はい | |
| 魚及び魚類製品 | ヒスタミン | はい | 2016 年 6 月 |

| | | | |
|-------------------------------|-------------------------------|--|----------|
| 海藻ヒジキ | 無機ヒ素 | はい | 2016年6月 |
| ピーナッツ/ピスタチオ | アフラトキシン | はい | 2016年6月 |
| <i>Phaeophyceae</i> class の褐藻 | ヨウ素 | はい | 2016年3月 |
| そのまま喫食可能なキャッサバチップス | 青酸 | はい | 2016年3月 |
| クコの実 | 農薬 | いいえ | 2015年9月 |
| 母乳及び母乳製品 | 30種のうち Chemical hazards(7種)のみ | | |
| | ヒ素 | いいえ | 2019年10月 |
| | カドミウム | いいえ | |
| | ダイオキシン及びダイオキシン様 PCB | いいえ | |
| | 鉛 | いいえ | |
| | 医薬品あるいは乱用薬物 | 授乳中は禁忌と分類されたものには、はい、例えば授乳危険度分類 L5 と分類されたもの | |
| | 水銀 | いいえ | |
| | マイコトキシン | いいえ | |

7. 食品基準通知 : Notification Circular 129-20

28 July 2020

<https://www.foodstandards.gov.au/code/changes/circulars/Pages/Notificationcirc129-20.aspx>

「食品安全情報」 No.16 (2020)

新規申請

- ・加工助剤としての大豆(Glycine max)由来ベータアミラーゼ
- ・栄養物質としてのアデノシン 5'三リン酸 (ATP)

意見募集

- ・純粋・高濃縮カフェイン製品
 - Call for comment: Review of ban on retail sale of pure and highly concentrated caffeine

<https://www.foodstandards.gov.au/media/Pages/caffeine%20review.aspx>

昨年12月に純粋で高度に濃縮されたカフェイン製品(総カフェイン量が固形及び半固形食品なら5%以上、液体食品なら1%以上のもの)の小売りが禁止された。NSWの若い男性の悲劇的死亡をきっかけに緊急提案として禁止されたものである。今回その決定をレビューし、もとの決定が確認されたが、食品中のカフェインについてはより広

範な問題があり、それらについて追加の対策が必要かどうか別にレビューする提案をする。

8. 食品基準通知 : Notification Circular 133

1 September 2020

<https://www.foodstandards.gov.au/code/changes/circulars/Pages/Notificationcirc133.aspx>

「食品安全情報」 No.19 (2020)

意見募集

- ・ 純カフェイン及び高濃縮カフェイン製品についての意見募集期間(2020年9月11日まで)を延長

9. 食品基準通知 : Notification Circular 145-20

15 December 2020

<https://www.foodstandards.gov.au/code/changes/circulars/Pages/145-20.aspx>

「食品安全情報」 No.26 (2020)

新規申請と提案

- ・ カフェインレビュー：スポーツ食品と一般食品のカフェインの許可についてのレビューと感受性が高い集団へのリスクの検討

認可及びフォーラム通知

- ・ 新規食品としての菜種プロテイン
- ・ 非アルコール飲料の保存料としての天然糖脂質
- ・ 肉類似品の大豆レグヘモグロビン
- ・ アレルゲンのやさしい英語表示
- ・ 純及び高濃縮カフェイン製品

10. 食品基準通知 : Notification Circular 223-22

19 December 2022

<https://www.foodstandards.gov.au/code/changes/circulars/Pages/Notification%20Circular%20223-22.aspx>

「食品安全情報」 No.1 (2023)

意見募集

- ・ カフェインレビュー

Call for comment on the review of permissions for caffeine in food

<https://www.foodstandards.gov.au/media/Pages/Call-for-comment-on-the-review-of-permissions-for-caffeine-in-food.aspx>

FSANZ は 2019 年 12 月に緊急的な暫定措置として、純粹で高度に濃縮されたカフェイン製品（総カフェイン量が液体食品の場合は 1%以上、固形及び半固形食品の場合は 5%以上のもの）の小売りを禁止した。その後、暫定措置を継続しつつ意見を募集し、得られた意見をもとに FSANZ は追加措置について検討してきた。今回、調製補完スポーツ食品（Formulated Supplementary Sports Foods: FSSF）とその他の一般食品へのカフェイン添加の認可の可否と、感受性の高いサブ集団へのリスクについてレビューを行い、次の 3 つのリスク管理オプションの提案について意見を募集する。募集は 2023 年 2 月 13 日まで。FSANZ は 3 番目のオプションが好ましいと考えている。

- 1) Code を変更しない：暫定措置が維持される
- 2) Code は変更せず、非規制的なアプローチを行う：暫定措置が維持され、さらなる消費者教育などを行う。
- 3) Code を変更し、非規制的なアプローチを行う：暫定措置は無効となり、新たに FSSF へのカフェインの添加を認可する。その他の食品へのカフェインの添加は禁止する（ただし、現行 Code でカフェイン添加が認められているものに変更はない）。さらなる消費者教育などを行う。

● オーストラリア ニューサウスウェールズ食品局（The NSW Food Authority）

1. 州政府の調査によりエネルギードリンクの 77%が違法な量のカフェインを含むことが明らかになった

Government investigation reveals 77% of energy drinks contain illegal caffeine levels

(6 October 2009)

<http://www.foodauthority.nsw.gov.au/aboutus/media-releases/mr-6-Oct-09-government-investigation-energy-drinks/>

「食品安全情報」 No.22 (2009)

州政府の予備調査により、ニューサウスウェールズ州で販売されているエネルギードリンクの 3/4 以上に違法な量のカフェインが含まれることが明らかになった。85 検体を調査したうち、70 検体に基準値（320 mg/L）を超えるカフェインが検出された。

◇Caffeine drinks: survey information

<http://www.foodauthority.nsw.gov.au/aboutus/news/news-Oct-09-caffeine-drinks->

● オーストラリア TGA (TGA : Therapeutic Goods Administration)

1. 中-高程度リスクの許容成分への変更：カフェイン

High-moderate risk changes to permissible ingredients - Caffeine

3 September 2019

<https://www.tga.gov.au/high-moderate-risk-changes-permissible-ingredients-caffeine>

「食品安全情報」 No.19 (2019)

Therapeutic Goods (Permissible Ingredients : 許容成分) Determination は、リスト掲載医薬品 (listed medicines) と評価済みリスト掲載医薬品 (assessed listed medicines) に利用可能な成分を特定し、関連の要件を規定している。TGA はそれら許容成分を継続的にレビューしている。

安全性評価により、リスト掲載医薬品のカフェイン及びカフェイン含有成分に対する新たな要件が特定された。この変更は 2019 年 9 月 2 日に適用を開始する。

背景

TGA は、2018 年 3 月と 5 月にリスク分類変更について企業に意見募集を行った。また 2018 年には補完医薬品助言委員会の助言も聞いた。

2019 年 6 月に、ニューサウスウェールズ (NSW) 検視裁判所から急性カフェイン中毒での死亡に関して連絡があった。この患者は、高純度粉末カフェインを飲み込んだ疑いがある。そして 2019 年 7 月 10 日には、Colbeck 大臣と Hunt 大臣が FSANZ に向けてカフェイン粉末の安全性レビューを依頼する文書を書いた。大臣は FSANZ に TGA とも協力するよう要請した。そこで TGA は、カフェインそのもの、ハーブ成分としてのカフェイン (例 : *Camellia sinensis* 茶)、そしてそれら両方からの摂取 (総カフェイン) について、現在の毒性データのレビューを行った。

カフェインの使用に関する新規要件

安全上の懸念を管理する選択肢について検討した結果、高度濃縮カフェインはどんな量でもリストに掲載しない。個別成分としてのカフェインは経口用のみとし、最大一日 100 mg の用量とする。他のハーブ成分として含まれる分との組み合わせの場合は用量に制限を設け、一日総量 400 mg を超えないようにし、3 時間あたり最大 100 mg までとすることが必要になる。この制限には食品等の他の摂取源からの摂取も含まれる。

分割されていない調製品 (例 : バルク粉末) は総カフェイン量が 4%を超えてはなら

ず、分割されている調製品（例：タブレット）は33%を超えてはならない。これは消費者が計量する必要があるかどうかによる。

カフェイン警告表示もよくわかるように調整する。単独成分としてのカフェインは1日に10mgの用量を超えるものには、「成人のみ」を意味する警告文の記載、カフェイン含量の記載、妊婦又は授乳婦の場合には一日200mg以上は勧められないという警告文の記載が必要となる。1日80mg（インスタントコーヒーカップ一杯に相当）の用量を超えるものについては追加の警告が要求される。

これらの要件は、次に記した、カフェインを含有し内服・経口使用のリスト掲載医薬品に使用される成分にも適用される：*Camellia sinensis*、*Coffea arabica*（アラビカコーヒー）、*Coffea canephora*（ロブスタコーヒー）、*coffee*、*Cola acuminata*、*Cola nitida*（コラノキ）、*Ilex paraguariensis*（マテ）、*Paullinia cupana*（ガラナ）、*Theobroma cacao*（カカオ）。

● ニュージーランド食品安全局（旧 NZFSA） / ニュージーランド一次産業省（現 MPI : Ministry of Primary Industry）

1. エネルギーショット

Energy shots（Updated 19 August 2009）

<http://www.nzfsa.govt.nz/publications/news-current-issues/hot-topic-energy-shots.htm>

「食品安全情報」No.18 (2009)

エネルギーショットは、カフェイン、ビタミンその他の生理活性物質（タウリン、ガラナ、グルクロノラクトンなど）を含む小容量の液体製品で、主な有効成分はカフェインである。エネルギーショットのほとんどは、60 mLの製品中約200mgのカフェインを含むものである。この量は、強いコーヒー2カップ分に相当する。

エネルギードリンクの大部分は、オーストラリア・ニュージーランド食品基準コード（Australia New Zealand Food Standard Code）の下に販売されている。食品基準コードで認められているカフェインの最大量は、例えば標準サイズのエネルギードリンク缶500 mL中では160mgである。製品には、カフェインを含む旨の表示、及び子ども、授乳中の女性、カフェインに感受性の高い人には勧められない旨の表示が必要である。またカフェイン量についてもラベルに記載しなければならない。

ニュージーランドでは、エネルギーショットはダイエタリーサプリメント規制1985（Dietary Supplements Regulations 1985）により、“ダイエタリーサプリメント”として販売されている。この場合、カフェイン量や表示に関して特に規制はないが、多く

の販売業者は、エネルギードリンクに関する食品基準コードに従った表示をしている。

NZFSA は、ダイエタリーサプリメントとして販売されている食品タイプの製品について新しい基準を作成中である。基準案では、カフェイン含有製品についても食品基準コードと同じような表示を求めている。

食品法 (Food Act) では、製品を購入できる年齢に制限を設けていない。もしエネルギーショット製品のマーケティングが不適切であると思う場合は広告規制局 (Advertising Standards Authority) に苦情を申し立てることができる。

● 韓国食品医薬品局安全庁 (旧 KFDA) 及び韓国食品医薬品安全処 (現 MFDS)

1. 国内流通中の ‘エネルギードリンクなど’ カフェイン含有量調査結果発表

添加物基準課/食品管理課 2012.10.11

<http://www.kfda.go.kr/index.kfda?mid=56&pageNo=2&seq=18764&cmd=v>

「食品安全情報」 No.22 (2012)

食品医薬品安全庁は、国内に流通している代表的なカフェイン含有製品であるエネルギードリンク、液状コーヒー、コーヒー専門店コーヒー、コーヒーミックスなどの調製コーヒー、カプセルコーヒー製品などのカフェイン含有量を調査した結果、大部分の製品が高カフェイン含有製品に該当すると発表した。

カフェインを 1 mL 当たり 0.15 mg 以上含む製品は、来年から高カフェイン含有製品とされ、すべてカフェイン含量 (mg) を表示しなければならない。また子ども及び妊婦などカフェインに敏感な人は摂取を控えるようにとの注意文言も製品に義務表示となる。

調査の結果、1 mL (1 回提供量) あたりのカフェイン平均含量は、国内流通中のエネルギードリンク 0.43 mg(99 mg)、液状コーヒー0.59 mg(84mg)、コーヒー専門店コーヒー 0.42 mg(123 mg)、コーヒーミックスなど調製コーヒー8.13 mg(48mg)、カプセルコーヒー 1.78 mg(74 mg)で高かった。ただし、コーヒーミックスなど調製コーヒーは 1 mL 当たりのカフェイン含量が他の製品群に比べて高いものを希釈するので、1 回提供量基準では他の製品群に比べて相対的に低い。

食品医薬品安全庁は、エネルギードリンク 11 社 15 製品、液状コーヒー23 社 47 製品、コーヒー専門店コーヒー22 社 88 製品、コーヒーミックスなど調製コーヒー17 社 68 製品、カプセルコーヒー4 社 25 製品を調査した。

<エネルギードリンクカフェイン含量>

エネルギードリンクで 1 回提供量あたりのカフェイン含量が多いのは、“モンスター

エネルギー” (164mg)など、モンスターコアの輸入した製品が 1~3 位を占めた (160.23 mg~207.35 mg)。1 回提供量あたりカフェイン含量が一番少ない製品は 30 mg、次いで 60.74、61.85 mg の順であった。

<液状コーヒーカフェイン含量>

缶コーヒーなど液状コーヒーの 1 回提供量あたりのカフェイン含量は、OKF(株)の“ジョージアエメラルドマウンテンブレンド微糖”(156.25mg)が一番高く、コココーラ飲料(株)の“ジョージアオリジナル”(126.79mg)、“ジョージアマックスコーヒー”(125.69mg)、“悪魔の誘惑フレンチカフェエスプレッソゴールド”(117.74mg)などが続いた。カフェイン含量が一番低かったのは、38.24 mg、38.31 mg、38.82 mg であった。

<コーヒー専門店コーヒーのカフェイン含量>

1 回提供量あたりのカフェイン含量は、カプチーノでは 307.75 mg、265.70 mg、217.26 mg、176.29 mg、166.66 mg の順であった。アメリカンは一番高い製品は 285.22 mg、196.02 mg、178.65 mg、167.72 mg であった。カラメルマキアートは 232.82 mg、198.36 mg、179.93 mg、169.97 mg、162.12 mg であった。カフェラテは 189.01 mg、184.57 mg、168.36 mg、160.25 mg、139.79 mg であった。コーヒー専門店のコーヒーは使われる原料コーヒー(原豆)、抽出方式などによってカフェイン含量は異なる。

<調整コーヒーカフェイン含量>

コーヒーミックスなど調製コーヒーの 1 回提供量あたりのカフェイン含量は 124.18 mg が最高であり、次いで 89.47 mg、84.18 mg、81.39 mg、79.08 mg の順だった。カフェイン含量が一番低かったのは 8.43 mg、次いで 10.18 mg、14.46 mg、15.54 mg であった。

<カプセルコーヒー及びデカフェ製品カフェイン含量>

カプセル形態で販売されているコーヒー製品の 1 回提供量あたりのカフェイン含量は 167.51 mg が最高であり、次いで 112.79 mg、91.74 mg、84.86 mg などの順であった。流通中のデカフェ製品からは、カフェインが検出されなかった。

食品医薬品安全庁は、カフェイン含量実態調査の結果として、コーヒー専門店で販売されているカフェイン含有上位製品 (217.26~307.75 mg) は、エネルギードリンクのカフェイン含有最高製品 (207.35 mg) よりも高いと説明した。

この調査結果を成人一日摂取勧奨量 400 mg を基準に比較すると、▲コーヒー専門店コーヒー3.3 杯、▲エネルギードリンク 4 缶、▲液状コーヒー4.8 缶、▲カプセルコーヒー5.4 杯、▲調製コーヒー8.3 個の摂取が、一日摂取勧奨量に相当する。身体の成長過程である中・高等学生 (体重 50 kg、カフェイン一日摂取勧奨量 125 mg) の場合には、▲コーヒー専門店コーヒー1 杯、▲エネルギードリンク 1.3 缶、▲液状コーヒー1.5 缶、▲カプセルコーヒー1.7 杯、▲調製コーヒー2.6 個で一日摂取勧奨量に相当する。

※カフェイン一日摂取勧奨量：韓国、カナダ (成人 400 mg、妊婦 300 mg、子ども

体重 1 kg あたり 2.5 mg)、米国、EU (妊婦に対してのみ 300 mg)、日本 (特になし)

カフェイン含量を 1 回提供量 (235 mL) で他国と比較すると、国内で流通するエネルギードリンクの含量は平均 101 mg であり、EU、オーストラリア&ニュージーランド (109 mg) に近く、米国 (137 mg) よりは低い。また、国内で販売されるコーヒー専門店コーヒーは 1 回提供量(300mL)で、平均 123 mg で EU (126 mg)、オーストラリア&ニュージーランド (126 mg) に類似、米国 (143 mg)より低い水準であった。

食品医薬品安全庁は、このカフェイン含量調査結果と現在調査中の子ども・青少年・成人のカフェイン摂取実態調査結果を総合して韓国民のカフェイン暴露量を評価した後、カフェイン過剰摂取の低減化案を用意する計画である。まず、2013 年 1 月からカフェイン含量が液体 1 mL あたり 0.15 mg 以上の飲料品 (コーヒー製品含む) には高カフェイン含有製品であること、カフェイン含量 (mg)、子ども及び妊婦などカフェインに敏感な人は摂取を慎むようにする注意文言を製品に義務表示とする。また、子ども、青少年の無分別な高カフェイン飲料摂取を制限するために、エネルギードリンクなどは学校購買及び優秀販売業店では販売を禁止させる内容の「子ども食生活安全管理特別法」 改正案が提案されている。

2. 2013 年食・医薬品安全政策はこのように変わります

報道官室 2013.01.07

注：カフェイン関連部分のみ抜粋

<http://www.kfda.go.kr/index.kfda?mid=56&pageNo=1&seq=19445&cmd=v>

「食品安全情報」 No.2 (2013)

食品医薬品安全庁は、国民の安心のための 2013 年食・医薬品安全管理強化政策を紹介する。主要政策は、以下の通りである。

<食品分野>

・2013 年 1 月から、0.15 mg/ml 以上のカフェインを含有するエネルギードリンクなどは、カフェイン含量及び高カフェインである旨を表示し、「子供、妊婦、カフェイン感受性の高い人は摂取に気を付けなければならない」という注意書きも必要になる。

3. エネルギードリンクの過剰摂取に注意！

添加物基準課/食品管理総括課/食生活安全課/添加物包装課 2013-11-29

<http://www.mfds.go.kr/index.do?mid=675&pageNo=2&seq=22107&cmd=v>

「食品安全情報」 No.25 (2013)

食品医薬品安全処は、国民のカフェイン摂取量を評価した結果、国民 1 人当りの平

均一日摂取量は 67.1 mg でカフェイン最大一日摂取量の 17%、青少年の平均一日摂取量は 30.6 mg でカフェイン最大一日摂取量の 21%であることを発表し、カフェイン含有エネルギーードリンク販売量の増加による過剰摂取に注意することを求めた。

エネルギーードリンクの国内流通（国内製造+輸入）量は、2011年（5,410トン）から2012年（41,848トン）に約 7.7 倍増加し、市場規模では 3.3 倍（2011年 300 億から2012年 1,000 億）増加した。

過度なカフェイン摂取は、不眠症、神経過敏などの症状が現われ、特に子ども及び青少年は感受性が高く学業に悪い影響を及ぼす可能性がある。カフェインは、子ども達がよく摂取するコーラやチョコレートなどの一般食品に広く含まれており、最近カフェインを多く含むエネルギーードリンクを学生たちが頻繁に摂取する場合があるため注意が必要である。子どもの場合、エネルギーードリンク 1 本だけでも最大一日摂取量を超過することがあるので気を付ける必要がある。

※ 子どものカフェイン最大一日摂取量は体重 1kg 当たり 2.5 mg であり、体重が 40 kg の子どもでは 100 mg となる。

※ エネルギーードリンク 1 回量あたりのカフェイン平均含量は 62 mg : 体重 60 kg の青少年のカフェイン最大一日摂取量は 150 mg となり、一日コーヒー1杯とエネルギーードリンク 1 本で最大一日摂取量を超過するので気を付けなければならない。 <参照資料 3, 4>

特に、エネルギーードリンクを酒類と混合して無分別に摂取する場合は過剰摂取の懸念がある。

参考として、食薬処は議員からの指摘を受けて、エネルギーードリンク中の安息香酸ナトリウムの安全管理のため、研究事業による実態調査と関連専門家、業界、消費者団体などの意見を集めて使用基準を強化する計画である。

安息香酸ナトリウムとカフェインから安息香酸ナトリウムカフェインが生成することについては、国内外の研究及び管理動向を持続的に把握し、必要な時に迅速に措置する予定である。

食薬処は、高カフェインエネルギーードリンクの安全管理のために、カフェイン含量及び注意事項の表示に関する収去検査を強化し、学校購買・優秀販売業店販売、TV 広告モニタリング及び指導点検を強化する計画である。

2013年から、カフェイン含量が 150 ppm 以上の液体食品には“高カフェイン含有”、“総カフェイン含量”、“子ども、妊婦、カフェイン敏感者は注意”という表示の義務化を施行している。また、高カフェイン食品を学校購買と優秀販売業店では販売を禁止し、TV 広告を制限する「子ども食生活安全管理特別法」を 7月に改正し、2014年 1月 31日から施行する予定である。

4. 生活の中で高カフェイン飲料の摂取に注意！

食生活安全課 2014-03-14

<http://www.mfds.go.kr/index.do?mid=675&pageNo=2&seq=23212&cmd=v>

「食品安全情報」 No.7 (2014)

食品医薬品安全処は、子どもや青少年の正しい食生活のために、日常生活の高カフェイン飲料摂取量を減らすための実践要領などを記載した広報ポスターを製作し、全国小・中・高等学校に配布すると発表した。

○ 主要内容は、カフェイン過剰摂取の副作用やカフェイン摂取を減らすための要領などである。

食薬処は、子どもは成人に比べてカフェイン感受性が高く、過剰なカフェイン摂取は不眠症、貧血、成長阻害などの症状を誘発することがあり、学業にも負の影響を及ぼすことがあるため眠気防止のために高カフェイン飲料を飲み過ぎることは望ましくないと説明した。眠気を感じたりのが渴いた時は高カフェイン飲料の代わりに水を飲んで、やむを得ず飲む場合には製品のカフェイン含量を必ず確認して一日摂取勧告量以下に抑えるよう注意する。

※ 子どものカフェイン摂取勧告量：2.5mg/体重 kg 以下

高カフェイン飲料は、カフェイン含量が 1 ml 当たり 0.15mg 以上の液体食品で、包装容器の「高カフェイン含有」表示と「総カフェイン含量(mg)」、「子ども・妊婦・カフェインに感受性が高い人は注意」などの記載で確認することができる。体重 50 kg の青少年のカフェイン最大一日摂取勧告量は 125 mg であり、一日コーヒー1杯、エネルギードリンク 1 缶でも超過する可能性がある。

食薬処は、引き続き子ども達の正しい食生活のために持続的な教育・広報を行う。

○ 参考として、1月31日から、子ども達の無分別なカフェイン摂取を予防するために学校売店と優秀販売業店では子ども嗜好食品のうち高カフェイン飲料販売を禁止し、午後5時から7時までテレビ放送広告も制限している。

5. ハイリスク飲酒及び爆弾酒の摂取増加

2014-12-23

<http://www.mfds.go.kr/index.do?mid=675&pageNo=2&seq=25988&cmd=v>

「食品安全情報」 No.2 (2015)

注：カフェイン関連部分を抜粋

2013年度 酒類消費・摂取実態調査結果

食品医薬品安全処は、韓国民の酒類消費・摂取実態を調査した結果をもとに、一度の酒席で焼酒（焼酎）を8杯以上摂取（男性基準）するハイリスク飲酒者と爆弾酒を飲む人々が増加していることが確認されたと発表した。

この調査は、2014年7月～8月、全国17自治体に居住する満15歳以上の男女2,000人を対象に、2013年の酒類消費・摂取をアンケート調査したものである。

※ WHOのハイリスク飲酒量：純アルコール量として男性は60g、女性は40g以上であり、胃腸障害、心血管系疾病などのリスクが増加し、暴力性の増加による負傷リスクが増加するとのこと。

2013年韓国民の酒類消費・摂取実態は、▲ハイリスク飲酒経験の増加、▲爆弾酒及びエネルギー爆弾酒の摂取拡大、▲健康的な飲酒のための酒類摂取習慣への認識度の増加などが主な特徴だった。

※ エネルギー爆弾酒：カフェイン含有飲料（エネルギードリンク）と酒を混合して飲むこと。

<高リスク飲酒及び爆弾酒の摂取割合増加>

○ 飲酒経験者のうち、一日一回の酒席で焼酎を男性は8杯以上、女性は5杯以上摂取するという高リスク飲酒を経験した者の割合は2012年は68.2%であったが、2013年には82.5%と増加した。2013年、高リスク飲酒を一度以上経験した割合は年齢群別で20代と30代が順に86.7%、86.5%と最も高く、次いで40代(85.6%)、50代(80.5%)、60代(77.1%)であった。

○ 飲酒経験者のうち55.8%が爆弾酒を飲んでおり、これは2012年度の32.2%に比べて約70%以上増加した。爆弾酒の飲酒経験者を対象に、これまでに飲んだことがある全ての種類について調査した結果、焼酎とビールを混合した別名「小麦」が96.0%、ウイスキーとビールが34.4%、焼酎と果実酒が2.6%、ビールと果実酒が1.4%などの順だった。爆弾酒を飲む割合が増加したことは、「小麦」を会食などの酒席で多く飲むからと判断される。

○ 特にカフェインが多量に入っている「エネルギードリンク」と酒を混ぜて飲むエネルギー爆弾酒の飲酒経験者は2012年1.7%から2013年11.4%に急激に増加した。飲酒中にエネルギードリンクを飲む割合も2012年6.2%から2013年24.7%に増加した。2012年は30～50代などはエネルギー爆弾酒の飲酒経験がないとの調査結果であったが、2013年には30代14.2%、40代6.9%、50代4.4%、60代6.9%とエネルギー爆弾酒の飲酒が広がった。

6. 韓国のカフェイン摂取の安全なレベル – カフェイン摂取量の評価結果 –

添加物包装課/添加物基準課 2015-06-30

<http://www.mfds.go.kr/index.do?mid=675&pageNo=2&seq=28091&cmd=v>

「食品安全情報」No.15 (2015)

食品医薬品安全処は、国民のカフェイン摂取量を評価した結果、国民1人当たり平均一日摂取量は67.8mgで、成人カフェイン最大一日摂取勧告量(400mg/day)に比べ

て約 17%の水準だと発表した。

※ 韓国のカフェイン最大一日摂取勧告量：成人 400 mg 以下、妊婦 300 mg 以下、子供・青少年 2.5mg/kg(体重)以下

今回の調査は、国内流通食品のカフェイン含有量と国民健康栄養調査（2010～2012年）資料をもとに年令別カフェイン摂取量、摂取寄与食品などを評価した。韓国国民の1人当りのカフェイン平均一日摂取量は 67.8 mg であり、男性が 77.2 mg、女性が 58.2 mg だった。年令別のカフェイン平均一日摂取量は、成人(19才以上)が 81.9 mg、青少年(13～18歳)が 24.2 mg、小学生/子供(満 7～12歳)が 7.9 mg、未就学子供(1～6歳)が 3.6 mg であり、カフェイン最大一日摂取勧告量あたりそれぞれ 20.5%、16.4%、8.4%、8.4%水準であった。

カフェイン摂取に寄与した主要食品は、成人はコーヒー、青少年及び小学生/子供は炭酸飲料、未就学児童は加工油類であった。成人の場合は、調整コーヒー（インスタントコーヒーなど）からのカフェイン摂取が 72%で一番多く、コーヒー浸出液(15%)、コーヒー飲料(5%)の順であった。

昨年、流通した食品ココア、コーヒーなどカフェイン含有原料を使って製造された 1,202 製品のカフェイン含量を分析した結果、カフェイン含量が多い食品は、コーヒー(449.1 mg/kg)、加工油類(277.5 mg/kg)、飲料類(239.6 mg/kg)、ココア加工品類またはチョコレート類(231.8 mg/kg)であった。

コーヒー類 208 製品のカフェイン含量を分析した結果、平均カフェイン含量は 449.1 mg/kg であり 1 回提供量当たり平均カフェイン含量はコーヒー浸出液が 107.7 mg、コーヒー飲料が 88.4 mg、調整コーヒーは 52.9 mg だった。

加工油類にはチョコ牛乳、コーヒー牛乳などがあり、66 製品のカフェイン含量を分析した結果、平均カフェイン含量が 277.5 mg/kg だった。

飲料類 38 製品のカフェイン含量を分析した結果、平均カフェイン含量は 239.6 mg/kg であり、このうちエネルギードリンクと呼ばれる 26 製品の平均カフェイン含量は 281.7 mg/kg だった。

ココア加工品類またはチョコレート類 391 製品の平均カフェイン含量は 231.8 mg/kg であり、この中ココア加工品類(54 個)の平均含量は 372.5 mg/kg、チョコレート類(337 個)の平均含量は 212.4 mg/kg だった。

7. 子供が好む食品の品質認証、安全は強化して栄養は改善

食生活栄養安全政策課 2019-11-28

https://www.mfds.go.kr/brd/m_99/view.do?seq=43832

「食品安全情報」 No.26 (2019)

食品医薬品安全処は、カフェイン及び食品添加物の使用に対する基準を強化して、

栄養成分を満たす基準を合理的に改善することを主な内容とする「子供嗜好食品品質認証基準」を11月28日に施行する。今回の告示の主要内容は、▲高カフェイン含有食品認証対象除外、▲韓国人の栄養摂取目安量に合わせてタンパク質とビタミンの基準設定、▲栄養成分を満たす基準の合理化、▲輸入食品の安全確認の根拠及び食品添加物の使用基準の整備など。高カフェイン含有食品は、現在の学校と優秀販売店での販売を禁止しており、過剰摂取時に不眠症や嘔吐などの副作用を誘発する可能性があるため、品質認証を受けることができないように基準を強化した。

8. 成人は一日コーヒー4杯、青少年のエネルギードリンクは2缶以内で摂取して下さい
添加物包装課 2020-03-18

https://www.mfds.go.kr/brd/m_99/view.do?seq=44023

「食品安全情報」 No.8 (2020)

食品医薬品安全処食品医薬品安全評価院は、成人の場合は一日にコーヒー4杯、青少年はエネルギードリンク2缶以上を摂取する場合、カフェインの最大一日摂取勧告量を超えることがあるので注意が必要だと発表した。

* 最大一日摂取勧告量：一般的に健康な人が摂取した時に副作用がないと推測される一日摂取量

食薬処は、カフェインの過剰摂取によって睡眠障害、不安感などの副作用を起こすことがあり、カフェイン最大一日摂取勧告量を成人の場合400mg以下、妊婦は300mg以下、子供・青少年は体重1kg当たり2.5mg以下に設定して管理している。

評価院は昨年、食品中のカフェイン摂取量を調べるために国内流通食品21品目883件を対象にカフェイン含有量を調査・分析した結果、カフェイン含有量（1回提供量当たり）が最も多い食品は、焙煎コーヒー（原豆）、液状コーヒー、調製コーヒー（コーヒーミックス）、インスタントコーヒー、炭酸飲料、混合飲料の順であった。

焙煎コーヒー、液状コーヒー、調製コーヒー（コーヒーミックス）及びインスタントコーヒーの1回提供量当たりの平均カフェイン含有量は、順に91.5mg（粉末7g基準）、88.2mg（250mL基準）、55.8mg（粉末12g基準）、54.5mg（粉末2g基準）であった。液状コーヒーのうちコーヒー専門店コーヒーの1回提供量当たりの平均カフェイン含有量は132.0mg（400mL基準）であり、エネルギードリンクと呼ばれる飲み物の1回提供量当たりの平均カフェイン含有量は80.2mg（250mL基準）だった。

* エネルギードリンクは、炭酸が入った場合の「炭酸飲料」、炭酸が入っていない場合の「混合飲料」に分類される

さらに、最近3年間（2015～2017年）の韓国民1人当たりの一日平均カフェイン摂取量は65.7mgであり、最大一日摂取勧告量に比べて17.6%水準だった。年齢別の一日平均カフェイン摂取量は、成人（満19才以上）78.0mg、青少年（満13～18才）16.2

mg、子供(満 7~12 才) 5.4 mg、未就学子供(満 1~6 才) 1.6 mg で、カフェイン最大一日摂取勧告量対比はそれぞれ 19.8%、11.3%、6.2%、3.7%だった。

カフェイン摂取への主な寄与食品は、成人の場合は液状コーヒー(コーヒー専門店含む)、青少年・小学生・未就学子供は炭酸飲料だった。

* 成人の場合、液状コーヒーからのカフェイン摂取が 44%、青少年は炭酸飲料 50%、小学生は炭酸飲料 60%、未就学子供は炭酸飲料 41%。

食薬処は、最近、韓国民のカフェイン摂取量が増えており、カフェイン過剰摂取を減らすための広報とともにカフェイン摂取量の評価を持続的に実施する計画である。

* 3 年間(2015~2017 年)のカフェイン摂取量(mg/day): (2015 年) 61.1 → (2016 年) 64.0 → (2017 年) 71.8

消費者の正しい理解のために製作された「カフェイン過剰摂取に注意してください!」(カードニュース)は、食薬処ホームページで確認できる。

* 以下の添付ファイルあり: 1) 国内流通食品中カフェイン含有量、2) 我が国民のカフェイン平均摂取量('15~'17 年平均)、3) 年齢別主なカフェイン摂取食品、4) 年度別(2015~2017 年)カフェイン摂取量推移、5) 国内外カフェイン管理現況、6) カフェイン カードニュース

9. 加水分解醤油の含有量を確認しやすいように、食品表示の改善

食品表示広告政策 TF 2020-05-08

https://www.mfds.go.kr/brd/m_99/view.do?seq=44159

「食品安全情報」No.11 (2020)

食品医薬品安全処は、食品に対する消費者の知る権利を満たすために混合醤油*中の酸分解醤油**などの含有量をよく見えるように表示するなど、「食品等の表示基準」の一部改正告示案を 5 月 8 日に行政予告する。

* 混合醤油: 醸造醤油原液に酸分解醤油原液、または酵素分解大豆を混合した醤油

** 酸分解醤油: タンパク質を含む原料を酸で加水分解した後、そのろ液を加工したもの

主な改正内容は、現在の混合醤油は「情報表示面」に混合された醤油の割合と総窒素含有量を表示しているが、酸分解醤油などそれぞれの割合と総窒素含有量を「主表示面」に表示するようにして情報提供を強化する。

* 主表示面: 商標ロゴなどが印刷されており、主に消費者に見える面

また、コーヒー同様、液状の全ての茶類も 90%以上カフェインが除去された場合は「脱カフェイン製品」の表示を可能にする。食品添加物及び器具などの殺菌消毒剤は、「製造年月日」のみ記載できたが、酵素剤など有効性が低下したり変質の懸念がある場合は、流通期限を表示できるように改善する。

10. オンラインオープンフォーラム、子供の高カフェイン飲料の規制議論

疎通協力課/食生活栄養安全政策課 2020-05-25

https://www.mfds.go.kr/brd/m_99/view.do?seq=44215

「食品安全情報」 No.13 (2020)

食品医薬品安全処は、5月26日、消費者団体・学界・業界とともに「高カフェイン飲料関連子供の食生活安全管理強化方案」をテーマに、「第1回食・医薬安全オープンフォーラム2020」を非対面方式のオンライン形式で開催する。

今回のフォーラムは、幼い子供のカフェイン含有食品の過剰摂取の社会的懸念をもとに高カフェイン飲料の販売制限の必要性などが提起されたことによって、消費者団体・医療界・学界・業界の意見を幅広く受け入れて今後の推進方案を用意するために開催する。

主な内容は、▲子供の高カフェイン飲料摂取の副作用事例（消費者団体）、▲子供のカフェイン過剰摂取の危険性と摂取推奨量提言（医療界）、▲子供の高カフェイン飲料安全管理強化方案（食薬処）など。

11. コーヒー専門店でもカフェイン含有量を確認して選択してください

食品表示広告政策課 2020-09-18

https://www.mfds.go.kr/brd/m_99/view.do?seq=44611

「食品安全情報」 No.21 (2020)

食品医薬品安全処は、コーヒー専門店などで販売しているコーヒー、茶類にもカフェイン含有量、注意書きなどを表示することを主な内容とする「食品等の表示基準」告示の一部改正案を9月18日行政予告する。

* コーヒー専門店：店舗数が100店舗以上のフランチャイズ型食品接客業（コーヒー、製菓製パンなど）

今回の行政予告は、国民の健康的な食生活をサポートする一方、食品を購入する消費者がカフェイン含有量などを明確に知って購入するようにするなど、消費者の知る権利強化のため推進した。改正案の主な内容は、▲調理食品（コーヒー、茶類）カフェイン表示基準新設、▲加工食品「砂糖無添加」表示基準改訂など。

カフェイン過剰摂取を予防するために休憩飲食店などで調理・販売されるコーヒー・茶類にもカフェイン含有量などを表示して、注意書きで案内できる基準を新設する。新設内容には、調理・販売コーヒーや茶類の総カフェイン含有量、高カフェイン含有表示と子供・妊婦・カフェイン敏感者のための注意書きの表示などを含む。

* 高カフェイン：1 mL 当たりカフェインを 0.15 mg 以上含有した液体食品のコーヒ

一・茶類

また、消費者に適切な情報提供と国際基準との調和などのために、加工食品の「砂糖無添加」基準を合理的に改善する。現在の「砂糖無添加」表示は、最終製品が無糖類基準に適した場合にのみ許可しているが、今後は食品製造に糖類、糖類代替剤又は糖類が含まれる原材料を使用していない場合に表示することができる。

* 無糖類基準：食品 100 g (ml) あたり糖類含有量 0.5 g 未満

* (現行) 食品製造時に糖類を使用せず、無糖類基準に適合する場合表示

(改訂) ①糖類を使用せず、②糖類代替剤(蜂蜜、糖シロップ、オリゴ糖など)を使用せず、③糖類が添加または含まれている原材料(ジャム、ゼリー、乾燥果物ペーストなど)を使用せず、④酵素分解などで食品の糖含有量が高くない場合に表示。

12. コーヒー専門店でもカフェイン含有量を確認して選択してください

食品表示広告政策課 2021-11-05

https://www.mfds.go.kr/brd/m_99/view.do?seq=45893

「食品安全情報」No.24 (2021)

食品医薬品安全処は、コーヒー専門店*などで販売する高カフェイン食品(コーヒー、茶類)のカフェイン含有量、注意事項の表示方法などを主な内容とする「食品等の表示基準」一部改正案を11月5日改正・告示する。

* 店舗数 100 以上のフランチャイズ型食品接客店(コーヒー、製菓・製パンなど)

主な内容は、▲店舗数 100 以上のフランチャイズ型食品接客店で調理・販売するコーヒー・茶類のカフェイン表示基準の設定、▲「砂糖無添加」、「無加糖」表示可能要件の変更、▲非アルコール食品の表示を読みやすくする、▲給食用即席食品の表示事項を書類形式で提出することを許可する、▲透明包装された自然状態の食品の内容量表示の免除、▲卵殻表示の義務者の拡大など。

<消費者への情報提供を強化する>

➤ 高カフェイン摂取による副作用を予防するために、コーヒー専門店などで調理・販売される食品(コーヒー・茶類*)の総カフェイン含有量と注意事項**を自律的に表示・案内できる基準を新設した。

* 1 mL 当たりカフェインを 0.15 mg 以上含有した液体食品中のコーヒー・茶類

** 高カフェイン含有表示、子供・妊婦・カフェインへの感受性が高い人向けの注意事項の表示

➤ 消費者に正しい情報を提供して選択権を確保し、表示基準の国際調和*のために「砂糖無添加」、「無加糖」の表示基準を改正した。

* 国内では「無糖」と「砂糖無添加」・「無加糖」基準が同じ(糖類 0.5 g / 100 g 未満)であるが、海外(Codex、欧州、米国、日本など)では「無糖」は糖類 0.5 g / 100 g 未

満、「砂糖無添加」・「無加糖」は糖類、糖類を含む原料などを添加していないことを基準にしている。

➤ 現在、「無糖」、「砂糖無添加」、「無加糖」表示は、食品製造時に糖類を使用せず、製造工程中の含有量を低くして、最終製品の糖類含有量が 0.5 g / 100 g 未満の場合に表示することができる。今後は、「砂糖無添加」、「無加糖」表示*は、食品製造時に糖類などを使用せずに、食品自体の糖含有量が高くならないように製造する場合にのみ表示**できるようになる。

* 「無糖」の基準は従前と同じ

** ①糖類、②糖類を含む原料（ジャム）、③糖類代替原料（果物濃縮液）の使用禁止及び、④酵素分解などで食品自体の糖含有量が高くならない場合、表示が許可される。

13. 青少年の高カフェイン飲料の摂取を減らすモデル事業

食生活栄養安全政策課 2022-04-01

https://www.mfds.go.kr/brd/m_99/view.do?seq=46272

「食品安全情報」No.8 (2022)

食品医薬品安全処は青少年の高カフェイン飲料*の過剰摂取を予防するために、コンビニ業界とともに飲料品の陳列棚に「摂取注意」を表示するモデル事業と、高カフェインの副作用に関する正しい情報を提供する広報を実施する。

* 高カフェイン飲料：100 ml 当たり、カフェイン 15 mg 以上を含有した飲み物

今回のモデル事業は青少年の高カフェイン飲料の摂取率が大きく増加*し、カフェイン過剰摂取による副作用と青少年自ら摂取を減らす必要性を知らせるために用意した。

* 中・高学生、高カフェイン飲料の週 3 回以上の摂取率 (%) : ('15) 3.3 → ('17) 8.0 → ('19) 12.2 (青少年健康行動調査、疾病管理庁)

* 青少年による高カフェイン飲料の主な購入場所：コンビニ 91%、スーパー5%、カフェなどその他 4% ('20、食薬処)

今回の事業には、GS25、CU など 5 個のフランチャイズコンビニが参加して、「カフェイン過剰摂取注意」の文面表示・決済画面に「カフェイン摂取減らすこと」ポスターを送信・オンラインクイズイベントなどを実施する。

<添付>

- 1.陳列棚の注意喚起の表示および広報ポスター
- 2.クイズ参加イベント案内文

14. 青少年、高カフェイン飲料の過剰摂取に注意

食生活栄養安全政策課 2023-04-03

https://www.mfds.go.kr/brd/m_99/view.do?seq=47137

「食品安全情報」 No. 9 (2023)

食品医薬品安全処は青少年のカフェイン過剰摂取を減らすためにコンビニや高カフェイン飲料*の陳列棚に「カフェイン摂取」の注意文を表示し、過剰摂取時の副作用を知らせるモデル事業を全国に拡大する。

*高カフェイン飲料：100 ml あたりカフェイン 15 mg 以上を含む飲料

今回の事業は青少年の高カフェイン飲料の摂取が継続的に増加*していることから、カフェイン過剰摂取による副作用を認識し、日常生活で高カフェイン飲料**の摂取を自ら調節できるように、カフェイン過剰摂取の副作用などに関する情報を広報するために用意した。

*中高生の高カフェイン飲料の週3回以上摂取率(%)：('15年) 3.3→('17年) 8.0→('19年) 12.2 (出処：疾病管理庁)

**高カフェイン飲料を摂取する青少年の30%が1日3本以上摂取した経験があると回答 (出典：'20年食薬処)

モデル事業は'21年からソウル、京畿地域の中・高校周辺のコンビニ(314店舗)を中心に実施しており、今年は全国中・高校周辺コンビニ(695店舗)に拡大する。事業期間は従来4ヶ月であったが、今年は高カフェイン炭酸飲料の需要が増加する試験期間を考慮し、4月から6月、9月から11月までの6ヶ月間、コンビニの高カフェイン飲料の陳列棚に「カフェイン過剰摂取注意」というフレーズを表示する。

また、カフェイン過剰摂取による睡眠障害などの副作用情報とともに、高カフェイン飲料表示の確認方法や、高カフェイン飲料1日1缶を超えないよう自制すること*などを知らせるための広報コンテンツをコンビニ決済画面で年末まで送信する。

*60 kgの青少年のカフェイン最大一日摂取勧告量は150mgで、市販されている高カフェイン飲料は1缶(250~355 ml)に60~100 mgのカフェイン含有

併せて、夏休み期間には青少年食薬学リーダー*と共にソーシャル・ネットワークキング・サービス(SNS)でカフェイン摂取を減らすための広報を行い、学校で栄養教師などがカフェイン過剰摂取予防教育に活用できる資料を常時提供する予定である。

*中・高校生が生活の中で食薬安全習慣を学び実践する食薬処コミュニケーションプログラム('11年から毎年運営)

参考までに、昨年コンビニ陳列棚カフェイン摂取注意文表示に対する国民認識調査では、「カフェイン摂取を減らすのに役立つ」と答えた割合が77%で肯定的な結果を得た。

<添付> 陳列台の注意文表示と決済画面広報ポスター

最終更新：2023年7月

国立医薬品食品衛生研究所安全情報部

食品安全情報ページ (<http://www.nihs.go.jp/dsi/food-info/index.html>)