

11 参考

(1) いも類及び関連品目の成分表

			エネルギー		水分	たんぱく質	アミノ酸組成によるたんぱく質によるたんぱく質	脂質	トリアシルグリセロール	当量	炭水化物	灰分	無機質											
													ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン	ヨウ素	セレン	クロム
	kcal	KJ	g								mg								μg					
生	甘しょ		126	536	65.6	1.2	1.0	0.2	0.1	31.9	1.0	11	480	36	24	47	0.6	0.2	0.17	0.41	1	0	1	4
	馬鈴しょ		59	245	79.8	1.8	1.3	0.1	Tr	17.3	1.0	1	410	4	19	47	0.4	0.2	0.09	0.37	1	0	4	3
	菊いも		66	278	81.7	1.9	-	0.4	-	14.7	1.3	1	610	14	16	66	0.3	0.3	0.17	0.08	1	Tr	Tr	2
	里いも		53	227	84.1	1.5	1.2	0.1	0.1	13.1	1.2	Tr	640	10	19	55	0.5	0.3	0.15	0.19	Tr	1	0	8
	精白米	(水稻)	342	1455	14.9	6.1	5.3	0.9	0.8	77.6	0.4	1	89	5	23	95	0.8	1.4	0.22	0.81	0	2	0	69
	小麦粉	(2等中力粉)	346	1466	14.0	9.7	8.9	1.8	(1.6)	74.0	0.5	1	110	24	26	80	1.1	0.6	0.14	0.77	0	7	2	10
調理品	甘しょ	蒸し	131	559	65.6	1.2	1.0	0.2	(0.1)	31.9	1.0	11	480	36	24	47	0.6	0.2	0.17	0.41	1	Tr	Tr	4
		焼き	151	643	58.1	1.4	1.2	0.2	(0.1)	39.0	1.3	13	540	34	23	55	0.7	0.2	0.20	0.32	-	-	-	-
	馬鈴しょ	蒸し	76	322	78.8	1.9	1.5	0.3	(0.1)	18.1	0.9	1	420	5	24	38	0.6	0.3	0.08	0.12	Tr	Tr	1	4
		水煮	71	301	80.6	1.7	1.4	0.1	'(Tr)	16.9	0.7	1	340	4	16	32	0.6	0.2	0.10	0.10	0	0	2	3
	ごはん	(精白米)	156	663	60.0	2.5	2.0	0.3	0.2	37.1	0.1	1	29	3	7	34	0.1	0.6	0.10	0.35	0	1	0	30
加工品	甘しょ	蒸し切り干し	277	1176	22.2	3.1	2.7	0.6	0.2	71.9	2.2	18	980	53	45	93	2.1	0.5	0.30	0.40	-	-	-	-
	馬鈴しょ	フライドポテト	159	668	64.2	2.7	2.1	5.9	5.5	26.2	1.0	1	570	5	29	78	0.5	0.4	0.14	0.48	1	0	Tr	4
		乾燥マッシュ	347	1470	7.5	6.6	5.3	0.6	0.5	82.8	2.5	75	1200	24	71	150	3.1	0.9	0.35	0.51	-	-	-	-
		ポテトチップ	541	2255	2.0	4.7	(4.4)	35.2	(34.2)	54.7	3.4	400	1200	17	70	100	1.7	0.5	0.21	0.40	260	0	3	10
	とうもろこし	ポップコーン	472	1979	4.0	10.2	(8.7)	22.8	(21.7)	59.6	3.4	570	300	7	95	290	4.3	2.4	0.20	-	-	-	-	-
		コーンフレーク	380	1618	4.5	7.8	6.8	1.7	(1.2)	83.6	2.4	830	95	1	14	45	0.9	0.2	0.07	-	Tr	5	3	15
でん粉	小麦	食パン(市販)	248	1051	39.2	8.9	7.4	4.1	3.7	46.4	1.4	470	86	22	18	67	0.5	0.5	0.09	0.25	1	22	1	15
	甘しょ		340	1452	17.5	0.1	-	0.2	-	82.0	0.2	1	4	50	4	8	2.8	0.1	0.02	-	-	-	-	
	馬鈴しょ		338	1442	18.0	0.1	-	0.1	-	81.6	0.2	2	34	10	6	40	0.6	Tr	0.03	-	0.00	0.00	6.00	0.00
	キャッサバ		354	1510	14.2	0.1	-	0.2	-	85.3	0.2	1	48	28	5	6	0.3	Tr	0.03	0.09	-	-	-	-
	とうもろこし		363	1548	12.8	0.1	-	0.7	(0.7)	86.3	0.1	1	5	3	4	13	0.3	0.1	0.04	-	1	Tr	1	2

資料：「日本食品標準成分表2020」

※記号説明 (O) : 推定値、(Tr) : 推定値・微量、Tr : 微量、- : 未測定

(可食部100g当たり)

レチノール	ビタミン										脂肪酸			コレステロール	食物繊維			食塩相当量	廃棄率											
	A				E				トコフェロール			K	B 1	B 2	ナイアシン	B 6	B 12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	C	飽和	一価不飽和	多価不飽和						
	カロテン		βクリプトキサンチン	β-カロテノール当量	D		α	β	γ	δ																				
	μ g				μ g				μ g		μ g				μ g	m g	μ g	m g	μ g	m g	g	m g	g	%						
(0)	0	28	0	28	2	(0)	1.5	Tr	Tr	0	(0)	0.11	0.04	0.8	0.26	(0)	49	0.90	4.1	29	0.03	Tr	0.02	(0)	0.6	1.6	2.2	Tr	9	
(0)	Tr	2	0	3	0	(0)	Tr	0	0	0	1	0.09	0.03	1.5	0.2	(0)	20	0.50	0.4	28	0.02	0	0.02	(0)	0.4	0.8	8.9	0.0	10	
(0)	0	0	0	0	0	(0)	0.2	Tr	0	0	(0)	0.08	0.04	1.6	0.09	(0)	20	0.37	3.7	10				(0)	0.5	1.4	1.9	0.0	20	
(0)	0	5	0	5	Tr	(0)	0.6	0	0	0	(0)	0.07	0.02	1.0	0.15	(0)	30	0.48	3.1	6	0.01	Tr	0.03	(0)	0.8	1.5	2.3	0.0	15	
(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.1	Tr	0	0	0	0.08	0.02	1.2	0.12	(0)	12	0.66	1.4	(0)	0.29	0.21	0.31	(0)	Tr	0.5	0.5	0.0	0	0
0	-	-	-	(0)	(0)	0	0.8	0.4	0	0	(0)	0.22	0.04	1.2	0.07	0	12	0.66	2.6	(0)	(0.41)	(0.16)	(0.91)	(0)	0.9	1.2	2.1	0.0	0	
(0)	0	29	1	29	2	(0)	1.5	Tr	Tr	0	(0)	0.11	0.04	0.8	0.27	(0)	50	0.90	5.0	29	(0.03)	(Tr)	(0.02)	(0)	0.6	1.7	2.3	Tr	5	
(0)	-	-	-	6	1	(0)	1.3	Tr	0	0	(0)	0.12	0.06	1.0	0.33	(0)	47	1.30	-	23	(0.03)	(Tr)	(0.03)	(0)	1.1	2.4	3.5	0.0	10	
(0)	1	4	1	5	Tr	(0)	0.1	0	0	0	(0)	0.08	0.03	1.0	0.22	(0)	21	0.50	0.4	11	(0.04)	(Tr)	(0.06)	(0)	0.5	1.1	3.5	0.0	5	
(0)	Tr	2	Tr	3	0	(0)	0.1	Tr	Tr	Tr	(0)	0.07	0.03	1.0	0.18	(0)	18	0.41	0.3	18	(0)	(0)	(0.03)	(0)	0.5	1.1	3.1	0.0	0	
(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	Tr	Tr	0	0	(0)	0.02	0.01	0.2	0.02	(0)	3	0.25	0.5	(0)	0.10	0.05	0.08	(0)	0.0	0.3	1.5	0.0	0	
(0)	-	-	-	Tr	(0)	(0)	1.3	Tr	0	0	(0)	0.19	0.08	1.6	0.41	(0)	13	1.35	-	9	0.06	0.01	0.12	(0)	2.4	3.5	5.9	0.0	0	
(0)	1	13	1	14	1	(0)	1.2	0	2.3	0.1	11	0.1	0.02	2.2	0.24	(0)	24	0.50	0.7	16	0.41	3.33	1.55	1	-	-	3.9	0.0	0	
(0)	-	-	-	0	(0)	(0)	0.2	Tr	Tr	Tr	(0)	0.25	0.05	2.0	1.01	(0)	100	0.47	-	5	0.30	0.1	0.07	(0)	2.5	4.1	6.6	0.2	0	
(0)	-	-	-	(0)	(0)	-	6.2	0.3	0.8	0.1	-	0.26	0.06	4.3	-	-	70	0.94	1.6	15	(4)	(14.47)	(14.41)	Tr	1.1	3.1	4.2	1.0	0	
(0)	3	91	170	180	15	(0)	3	0.1	8.3	0.4	-	0.13	0.08	2.0	0.27	(0)	22	0.46	-	(0)	(6.3)	(6.76)	(7.73)	(0)	0.2	9.1	9.3	1.4	0	
(0)	10	72	80	120	10	(0)	0.3	0.1	3.1	2	(0)	0.03	0.02	0.3	0.04	(0)	6	0.22	1.6	(0)	(0.4)	(0.20)	(0.55)	(0)	0.3	2.1	2.4	2.1	0	
0	0	4	0	4	0	0	0.4	0.1	0.3	0.1	0	0.07	0.05	1.1	0.03	Tr	30	0.42	2.3	0	1.50	1.24	0.82	0	0.4	1.9	4.2	1.2	0	
0	-	-	-	0	0	(0)	-	-	-	-	(0)	0	0	0	(0)	(0)	(0)	-	0				(0)			(0)	0	0		
0	(0)	(0)	(0)	0	0	(0)	-	-	-	-	(0)	0	0	0	(0)	(0)	(0)	0.0	0				(0)			(0)	0	0		
0	-	-	-	0	0	(0)	-	-	-	-	(0)	0	0	0	(0)	(0)	(0)	-	0				(0)			(0)	0	0		
0	-	-	-	0	0	(0)	-	-	-	-	(0)	0	0	0	(0)	(0)	(0)	0.1	0	(0.13)	(0.22)	(0.35)	(0)			(0)	0	0		

(2) 食品衛生法における食品、添加物等の規格基準(抜粋)

食品に残留する農薬、動物用医薬品及び飼料添加物の限度量一覧表
かんしょ(令和7年6月30日時点)

品目名	基準値(ppm) (適用期限)	品目名	基準値(ppm) (適用期限)
BHC	0.2	ドジン	0.2
γ -BHC	1	トリアジメノール	0.1
DBEDC	0.5	トリアジメホン	0.1
DCIP	0.02	トリアレート	0.1
DDT	0.2	トリクロピル	0.03
EPN	0.05	トリクロルホン	0.50
EPTC	0.04	トリデモルフ	0.05
アイオキシニル	0.1	トリフルミゾール	0.03
アセタミプリド	0.2	トリフルムロン	0.02
アゾキシストロビン	1	トリフルラリン	0.05
アトラジン	0.1	トリプロキシストロビン	0.04
アバメクチン	0.01	ナプロパミド	0.1
アフィドピロベン	0.01	ナレド(再掲/ジクロルボス及びナレド)	0.1
アメクトラジン	0.05	二塩化エチレン	0.01
アラクロール	0.02	二臭化エチレン	0.01
アラニカルブ	0.5	ノニルフェノールスルホン酸	5
アルドリン及びディルドリン	0.1	ノバルロン	0.05
イマザキン	0.05	パラコート	0.05
イマザリル	0.02	パラチオン	0.3
イマゼタビルアンモニウム塩	0.05	パラチオンメチル	0.1
イミシアホス	0.01	ビアラホス	0.004
イミダクロブリド	0.4	ビオレスメトリン	0.1
インドキサカルブ	0.05	ビキサフェン	0.01
エチオン	0.1	ピジフルメトフェン	0.1
エテホン	0.05	ビテルタノール	0.05
エトキサゾール	0.05	ビフェナゼート	0.05
エトフェンプロックス	0.01	ビフェントリン	0.05
エトプロホス	0.05	ピペロニルブトキシド	0.5
エトリジアゾール	0.5	ヒメキサゾール	0.5
エマメクチン安息香酸塩	0.1	ピメトロジン	0.02
エンドスルファン	0.5	ピラクロストロビン	0.04
エンドリン	0.01	ピラクロホス	0.05
オキサジキシリ	1	ピラゾリネート	0.02
オキサチアピプロリン	0.04	ピラフルフェンエチル	0.01
オキサミル	0.10	ピリダベン	0.05
オキシデメンメチル	0.02	ピリダリル	0.05
オメタエート	1	ピリフルキナゾン	0.05
オルトフェニルフェノール	10	ピリミカーブ	0.50
カズサホス	0.02	ピリミホスマチル	0.05
カルタップ,チオシクラム及びベンスルタップ	0.05	ピリメタニル	0.05
カルバリル	0.02	ピレトリン	1
カルフェントラゾンエチル	0.1	ピロキサスルホン	0.01
カルベンダジム,チオファネート,チオファネートメチル及びベノミル	0.6	ピンドン	0.001
キザロホップエチル及びキザロホップPテフリル	0.05	フィプロニル	0.01
キザロホップPテフリル(再掲/キザロホップエチル及びキザロホップPテフリル)	0.05	フェニトロチオン	0.03 0.05 (2026.02.09)
キナルホス	0.05	フェノキサプロップエチル	0.1
キントゼン	0.02	フェノキシカルブ	0.05
グリホサート	0.2	フェンアミドン	0.02
グルホンネート	0.1	フェンスルホチオン	0.05
クレトイジム	1	フェンチオン	0.1
クロジナホッププロパルギル	0.02	フェンチン	0.05

品目名	基準値 (ppm)	基準値(ppm) (適用期限)	品目名	基準値 (ppm)	基準値(ppm) (適用期限)
クロチアニジン	0.2		フェントエート	0.02	
クロピドール	0.2		フェンバレレート	0.05	
クロマゾン	0.05		フェンプロピモルフ	0.05	
クロマフェノジド	0.05		ブタミホス	0.01	
クロラントラニリプロール	0.05		フルアジナム	0.03	
クロルタールジメチル	3		フルアジホップブチル	0.05	
クロルデン	0.02		フルエンスルホン	4	
クロルピリホス	0.1		フルオピコリド	0.02	
クロルピリホスマチル	0.05		フルオピラム	0.2	
クロルピクリン	0.01		フルオメツロン	0.02	
クロルフェナピル	0.05		フルキサピロキサド	0.03	
4-クロルフェノキシ酢酸	0.02		フルキサメタミド	0.01	
クロルフェンビンホス	0.05		フルシリネート	0.05	
クロルフルアズロン	0.05		フルスルファミド	0.05	
クロロタロニル	0.2		フルピラジフロン	0.05	
酸化フェンブタスズ	0.05		フルフェノクスロン	0.02	
ジアフェンチウロン	0.02		フルベンジアミド	0.05	
シアノ化水素	1		フルミオキサジン	0.02	
シアントラニリプロール	0.2		フルロキシピル	0.05	
ジウロン	0.05		プロチオホス	0.05	
シクロキシジム	0.05		プロディファコウム	0.001	
ジクロフルアニド	5		プロフェノホス	0.01	
ジクロメジン	0.02		プロフラニリド	0.04	
ジクロラン	5		プロポキスル	0.5	
ジクロルボス及びナレド	0.1		プロモプロピレート	0.05	
1,3-ジクロロプロペン	0.01		ヘキサクロロベンゼン	0.01	
ジクワット	0.01		ヘキシチアゾクス	0.2	
ジコホール	3		ベナラキシル	0.05	
ジスルホトン	0.5		ベノミル(再掲/カルベンダジム,チオファネート,チオファネートメチル及びベノミル)	0.6	
ジチオカルバメート	0.1		ペルメトリノ	0.02	
ジノテフラン	0.1		ペンコナゾール	0.05	
シハロトリン	0.05		ベンスルタップ(再掲/カルタップ,チオシクラム及びベンスルタップ)	0.05	
ジフェニルアミン	0.05		ベンゾビンジフルピル	0.02	
ジフェンゾコート	0.05		ベンチオピラド	0.06	
シフルトリン	0.05		ベンディメタリン	0.05	
ジフルフェンゾピル	0.05		ホキシム	0.02	
シフルメトフェン	0.01		ボスカリド	2	
シプロコナゾール	0.01		ホスチアゼート	0.01	
シペルメトリノ	0.05		ホスマット	10	
ジメチピン	0.04		ホセチル	40	
ジメテナミド	0.01		ホレート	0.3	
ジメトエート	1		マラチオン	0.5	
臭素	60		マレイン酸ヒドラジド	10	
シラフルオフェン	0.1		マンジプロパミド	0.01	
スピネトラム	0.1		ミクロブタニル	0.06	
スピノサド	0.02		ミルベメクチン	0.05	
スピロテトラマト	0.6		メソミル(再掲/チオジカルブ及びメソミル)	0.5	
スピロメシフェン	0.02		メタフルミジン	0.1	
スルフェントラゾン	0.05		メタム(再掲/ダゾメット,メタム及びメチルイソチオシアネート)	0.02	
スルホキサフル	0.05		メチオカルブ	0.05	
セトキシジム	4		メチダチオン	0.02	
ダイアジノン	0.03		メチルイソチオシアネート(再掲/ダゾメット,メタム及びメチルイソチオシアネート)	0.02	
ダゾメット,メタム及びメチルイソチオシアネート	0.02		メキシクロール	0.01	

品目名	基準値 (ppm)	基準値(ppm) (適用期限)	品目名	基準値 (ppm)	基準値(ppm) (適用期限)
チアベンダゾール	0.05		メキシフェノジド	0.05	
チアメキサム	0.3		メトコナゾール	0.04	
チオジカルブ及びメソミル	0.5		メトラクロール	0.1	
チオシクラム(再掲/カルタップ,チオシクラム及びベンスルタップ)	0.05		メトリブジン	0.5	
チオファネート(再掲/カルベンドジム,チオファネート,チオファネートメチル及びベノミル)	0.6		メフェントリフルコナゾール	0.04	
チオファネートメチル(再掲/カルベンドジム,チオファネート,チオファネートメチル及びベノ)	0.6		リニュロン	0.1	
ディルドリン(再掲/アルドリン及びディルドリン)	0.1		リン化水素	0.01	
テクナゼン	0.05		ルフェヌロン	0.02	
テブフェノジド	0.05		レスメトリン	0.1	
テフルトリン	0.1		レナシル	0.3	
テフルベンズロン	0.05		レピメクチン	0.01	
デメシン-S-メチル	0.4		ワルファリン	0.001	
テルブホス	0.005				

ばれいしょ(令和7年6月30日時点)

BHC	0.2		トリクロビル	0.03	
γ -BHC	1		トリクロルホン	0.50	
DBEDC	0.5		トリデモルフ	0.05	
DDT	0.2		トリフルムロン	0.02	
EPTC	0.3		トリフルラリン	0.2	
アイオキシニル	0.1		トリフルキシストロビン	0.04	
アセタミプロド	0.3		トルクロホスメチル	0.3	
アセフェート	0.5		トルフェンピラド	0.05	
アゾキシストロビン	7		鉛	1.0	
アトラジン	0.06		ナレド(再掲/ジクロルボス及びナレド)	0.1	
アバメクチン	0.01		二塩化エチレン	0.01	
アフードピロペン	0.01		二臭化エチレン	0.01	
アミスルブロム	0.05		ニテンピラム	0.2	
アメトクトラジン	0.05		ノニルフェノールスルホン酸	5	
アラクロール	0.01		ノバルロン	0.05	
アラニカルブ	0.5		パラコート	0.05	
アルドリン及びディルドリン	0.1		パラチオン	N.D.	
イソフェンホス	0.10		パラチオンメチル	0.1	
イプロジオン	0.08		バリダマイシン	0.2	
イマザキン	0.05		ビアラホス	0.004	
イマザリル	5.0		ビオレスメトリン	0.1	
イマゼタピルアンモニウム塩	0.05		ビキサafen	0.01	
イミシアホス	0.1		ビジフルメトフェン	0.1	
イミダクロプロド	0.4		ヒ素	1.0	
イミノクタジン	0.02		ビテルタノール	0.05	
インドキサカルブ	0.2		ビフェナゼート	0.05	
インピルフルキサム	0.05		ビフェノックス	0.05	
エタボキサム	0.05		ビフェントリン	0.05	
エテホン	0.05		ビペロニルブトキシド	0.5	
エトフェンプロックス	0.05		ヒメキサゾール	0.5	
エトプロホス	0.05		ピメトロジン	0.05	
エトリジアゾール	0.5		ピラクロストロビン	0.02	
エマメクチン安息香酸塩	0.1		ピラクロホス	0.05	
エンドスルファン	0.3		ピラゾリネート	0.02	
エンドリン	N.D.		ピラフルフェンエチル	0.01	
オキサジキシル	1		ピリダリル	0.05	
オキサチアピプロリン	0.05		ピリフルキナゾン	0.05	
オキサミル	0.10		ピリミカーブ	0.05	
オキシテトラサイクリン	0.2		ピリミホスメチル	0.05	

品目名	基準値 (ppm)	基準値(ppm) (適用期限)	品目名	基準値 (ppm)	基準値(ppm) (適用期限)
オキシデメンメチル	0.02		ピリメタニル	0.05	
オキシン銅	0.1		ピレトリン	1	
オキソリニック酸	0.3		ピロキサスルホン	0.01	
オメタエート	2		ビンクロゾリン	0.1	
カスガマイシン	0.2		ピンドン	0.001	
カズサホス	0.02		ファモキサドン	0.05	
カルタップ,チオシクラム及び ベンスルタップ	0.1		フィプロニル	0.02	
カルバジル	0.02		フェニトロチオン	0.03	0.05 (2026.02.09)
カルフェントラゾンエチル	0.1		フェノキサプロップエチル	0.1	
カルベンダジム,チオファネー ト,チオファネートメチル及び ベノミル	0.6		フェノキシカルブ	0.05	
キザロホップエチル及びキザ ロホップPテフリル	0.1		フェンアミドン	0.02	
キザロホップPテフリル(再掲/ キザロホップエチル及びキザ ロホップPテフリル)	0.1		フェンスルホチオン	0.1	
キナルホス	0.05		フェンチオン	0.05	
キャプタン	0.05		フェンチン	0.1	
キントゼン	0.1		フェントエート	0.02	
グリホサート	0.2		フェンバレート	0.05	
グルホシネット	0.1		フェンピロキシメート	0.05	
クレトイジム	1		フェンプロピモルフ	0.05	
クロジナホッププロパルギル	0.02		ブタミホス	0.2	
クロチアニジン	0.3		フラメトビル	0.01	
クロピドール	0.2		フルアジナム	0.1	
クロマゾン	0.05		フルアジホッププチル	0.7	
クロラントラニリプロール	0.02		フルエンスルホン	0.8	
クロルタールジメチル	3		フルオキサストロビン	0.01	
クロルデン	0.02		フルオピコリド	0.05	
クロルピリホス	0.02		フルオピラム	0.2	
クロルピリホスマチル	0.05		フルオメツロン	0.02	
クロルピクリン	0.01		フルキサピロキサド	0.07	
4-クロルフェノキシン酢酸	0.02		フルジオキソニル	6	
クロルフェンビンホス	0.1		フルシリネート	0.05	
クロルプロファム	30		フルスルファミド	0.05	
クロロタロニル	0.2		フルトラニル	0.2	
酸化フェンブタスズ	0.05		フルバリネート	0.01	
シアゾファミド	0.05		フルピラジフロン	0.05	
シアナジン	0.02		フルフェナセット	0.1	
ジアフェンチウロン	0.02		フルベンジニアミド	0.05	
シアソ化水素	1		フルミオキサジン	0.05	
シアントラニリプロール	0.2		フルロキシビル	0.05	
2,6-ジイソプロピルナフタレン	0.5		プロシミドン	0.2	
ジウロン	0.05		プロスルホカルブ	0.05	
ジカンバ	0.05		プロチオコナヅール	0.02	
シクロキシジム	2		プロチオホス	0.02	
ジクロフルアニド	0.10		プロディファコウム	0.001	
ジクロメジン	0.02		フロニカミド	0.3	
ジクロラン	0.3		プロパモカルブ	0.3	
ジクロルボス及びナレド	0.1		プロパルギット	0.03	
2,4-ジクロロフェノキシン酢酸	0.4		プロフェノホス	0.02	
1,3-ジクロロプロペン	0.01		プロフランリド	0.04	
ジクワット	0.1		プロポキスル	0.5	
ジコホール	3		プロモプロピレート	0.05	
ジスルホトン	0.5		ヘキサクロロベンゼン	0.01	
ジチオカルバメート	0.2		ベナラキシル	0.02	
ジノテフラン	0.2		ベノキサコール	0.01	
シハロトリン	0.04		ベノミル(再掲/カルベンダジ ム,チオファネート,チオファ ネートメチル及びベノミル)	0.6	

品目名	基準値 (ppm)	基準値(ppm) (適用期限)	品目名	基準値 (ppm)	基準値(ppm) (適用期限)
ジヒドロストレプトマイシン及びストレプトマイシン	0.05		ペルメトリン	0.05	
ジフェニルアミン	0.05		ペンコナゾール	0.05	
ジフェノコナゾール	4		ペンシクロン	0.05	
ジフェンゾコート	0.05		ベンスルタップ(再掲/カルタップ,チオシクラム及びベンスルタップ)	0.1	
シフルトリン	0.05		ベンジビンジフルビル	0.02	
ジフルフェンゾピル	0.05		ベンダイオカルブ	0.05	
シプロコナゾール	0.01		ベンタゾン	0.1	
シペルメトリン	0.02		ベンチアバリカルブイソプロピル	0.01	
ジベレリン	0.05		ベンチオピラド	0.06	
ジメチピン	0.05		ベンディメタリン	0.05	
1,4-ジメチルナフタレン	15		ベンフルフェン	0.05	
ジメテナミド	0.01		ホキシム	0.05	
ジメトエート	1.0		ホサロン	0.05	
ジメトモルフ	0.1		ボスカリド	2	
シモキサニル	0.2		ホスチアゼート	0.05	
臭素	60		ホスマット	0.05	
シロマジン	0.8		ホセチル	35	
ストレプトマイシン(再掲/ジヒドロストレプトマイシン及びストレプトマイシン)	0.05		ホルペット	0.1	
スピネトラム	0.1		ホレート	0.2	
スピノサド	0.02		マラチオン	0.5	
スピロテトラマト	1		マレイン酸ヒドラジド	50	
スピロメシフェン	0.02		マンジプロパミド	0.1	
スルフェントラゾン	0.2		ミクロブタニル	0.06	
スルホキサフル	0.05		メソミル(再掲/チオジカルブ及びメソミル)	0.3	
セダキサン	0.02		メタフルミジン	0.02	
セトキシジム	4		メタベンズチアズロン	0.1	
ゾキサミド	0.02		メタミドホス	0.1	
ダイアジノン	0.02		メタム(再掲/ダゾメット,メタム及びメチルイソチオシアネート)	0.09	0.2 (2026.04.22)
ダゾメット,メタム及びメチルイソチオシアネート	0.09	0.2 (2026.04.22)	メタラキシル及びメフェノキサム	0.3	
チアクロブリド	0.02		メチオカルブ	0.05	
チアベンダゾール	10		メチダチオン	0.02	
チアメキサム	0.3		メチルイソチオシアネート(再掲/ダゾメット,メタム及びメチルイソチオシアネート)	0.09	0.2 (2026.04.22)
チオジカルブ及びメソミル	0.3		1-メチルシクロプロパン	0.01	
チオシクラム(再掲/カルタップ,チオシクラム及びベンスルタップ)	0.1		メキシクロール	0.01	
チオファネート(再掲/カルベンダジム,チオファネート,チオファネートメチル及びベノミル)	0.6		メコナゾール	0.04	
チオファネートメチル(再掲/カルベンダジム,チオファネート,チオファネートメチル及びベノ)	0.6		メプロムロン	0.01	
チオベンカルブ	0.02		メトラクロール	0.2	
チフルザミド	0.01		メトリブジン	0.6	
ディルドリン(再掲/アルドリン及びディルドリン)	0.1		メフェノキサム(再掲/メタラキシル及びメフェノキサム)	0.3	
テクナゼン	0.05		メフェントリフルコナゾール	0.04	
テブコナゾール	0.1		メプロニル	0.02	
テフルトリン	0.1		リニュロン	0.1	
デメトン-S-メチル	0.4		リムスルフロン	0.1	
デルタメトリン及びトラロメトリ	0.02		リン化水素	0.02	

品目名	基準値 (ppm)	基準値(ppm) (適用期限)	品目名	基準値 (ppm)	基準値(ppm) (適用期限)
テルブホス	0.005		ルフェヌロン	0.02	
トラロメトリン(再掲/デルタメトリ ン及びトラロメトリン)	0.02		レスメトリン	0.1	
トリアジメノール	0.1		レナシル	0.3	
トリアジメホン	0.1		ワルファリン	0.001	

食品において不検出とされる農薬等一覧表(令和7年6月30日時点)

2,4,5-T	ダミノジッド
イプロニダゾール	ニタルゾン
オラキンドックス	ニトロフラゾン
カプタホール	ニトロフロントイン
カルバドックス	ニフルスチレン酸ナトリウム
クマホス	フラゾリドン
クロラムフェニコール	フランタドン
クロルスロン	プロファム
クロルプロマジン	マラカイトグリーン
ゲンチアナバイオレット	メトロニダゾール
ジエチルスチルベストロール	ロキサルゾン
ジメトリダゾール	ロニダゾール

○食品、添加物等の規格基準【昭和34年厚生省告示第370号】(抄)

第1 食品

B 食品一般の製造、加工及び調理基準

1 食品を製造し、又は加工する場合は、食品に放射線（原子力基本法（昭和30年法律第186号）第3条第5号に規定するものをいう。以下第1 食品の部において同じ。）を照射してはならない。ただし、食品の製造工程又は加工工程において、その製造工程又は加工工程の管理のために照射する場合であつて、食品の吸収線量が0.10グレイ以下のとき及びD 各条の項において特別の定めをする場合は、この限りでない。

2～8 [略]

D 各条

○ 穀類、豆類及び野菜

4 野菜の加工基準

発芽防止の目的で、ばれいしょに放射線を照射する場合は、次の方法によらなければならない。

- (1) 使用する放射線の線源及び種類は、コバルト60のガンマ線とすること。
- (2) ばれいしょの吸収線量が150グレイを超えてはならないこと。
- (3) 照射加工を行ったばれいしょに対しては、再度照射してはならないこと。

(3) かんしょの栄養・機能性成分

ア 摂取熱量

かんしょは他のいも類よりも水分が少なく、また乾物 100 g 当たりの熱量も大きい（かんしょ 389Kcal、じゃがいも 376Kcal、さといも 365Kcal）ことから、生いもの単位重量あたりエネルギーが大きいことが特徴。逆にたんぱく質は、じゃがいもの 1/2、さといもの 1/3 と少なく、脂肪もほとんどない。これは、かなりたくさん食べても太らないということを意味する。

イ かんしょでん粉

かんしょは糖分が多いため甘く、しかもでん粉（アミロース）を麦芽糖に分解する糖化酵素（ β アミラーゼ）を多く含むため、蒸したり焼いたりする過程で多量の麦芽糖ができ、甘みが増加。そして、腸内で消化しきれなかったでん粉の断片は吸収されずに腸内細菌の栄養源となり、そこで分解され腸内ガスが発生。たくさん食べるとゲップや胸やけ、そしてガスが出たりするのはこのせい。

ただし、炭酸ガスなので、本来臭くはないはず。（いものにおいだけ）

ウ カルシウム

かんしょの特徴の一つにカルシウムを多く含んでいることがあげられる。いも類の中でもかんしょのカルシウムの量は多く、特に皮部には肉質部の 5 倍程度の濃度で含まれている。このため、かんしょは皮ごと食べることによって重要なカルシウム供給源になる。

エ β -カロテン

ベニハヤトなどの黄色みを帯びたかんしょの中には、体内でビタミン A として働く β -カロテンが多く含まれている。この β -カロテンは脂質抗酸化物質として生体膜を守り、ガン細胞の増殖を抑制する働きがあるといわれている。

オ ヤラピン

かんしょを切ったときに出てくるヤラピン（白色の乳液）には糖化酵素の作用阻害や微生物の生育抑制、さらには緩下作用がある。かんしょが便秘に効くのはヤラピンの効果も 1 つの要因となっているとみられている。

カ 食物繊維

かんしょは数多くの野菜のなかでも特に食物繊維を多く含んでいる。この食物繊維には、一般に知られている便秘を解消させる作用だけでなく、血液中のコレステロールを低下させる作用もある。また、血糖値をコントロールする働きもあり、現代人にとっては非常に重要な成分。

キ カリウム

かんしょに含まれるミネラル分のなかで、とりわけ多く含まれているのがカリウム。その量は、米飯が 100 g 中 29mg なのに対して、かんしょは焼きいもにした場合、540mg と 18 倍も多く含まれている。カリウムにはナトリウムを排せつする作用があるので、血圧低下に効果的。また、食物纖維のナトリウム吸着作用や便秘予防効果も加わるので、かんしょは高血圧の予防食品として欠かせない。

ク ビタミン

(ア) ビタミンA (カロテン)

成長を促進して、皮膚や粘膜の乾燥を予防し、健康を保つ。また、ニキビや浅いシワの治療を助ける作用もある。

(イ) ビタミンB₁

かんしょに多く含まれているビタミンのひとつ。糖質の利用を助ける作用があり、不足すると疲労感が増す。

(ウ) ビタミンB₂ (リボフラビン)

成長を促進して健康な皮膚や粘膜を作る作用がある。ただし、かんしょにはあまり含まれていないので、動物性食品とあわせて摂ることが必要。

(エ) ビタミンC (アスコルビン酸)

かんしょには、りんごの 10 倍以上 (ぱれいしょと同程度) が含まれている。つやのある肌を保つために必要なコラーゲンの形成に主要な働きを果たすほかニキビの予防や傷跡の回復に効果がある。かんしょのビタミンCは、でん粉に守られるため加熱調理しても損失しにくいのが特徴。

(オ) ビタミンE (トコフェロール)

老化現象のもとになると言われる過酸化脂質が体内にできるのを抑制する働きがある。そのため、細胞の老化を遅らせ、若々しい肌を保ってくれる。

(4) ばれいしょの栄養・機能性成分

ア 摂取熱量

ばれいしょは乾物 100 g 当たりの熱量も大きい（じゃがいも 376Kcal、かんしょ 389Kcal、精白米 421Kcal）が、水分の含有量が比較的多いことから生いもや水煮の状態では 71～59Kcal でご飯（156Kcal）の半分以下である。

逆にたんぱく質は、かんしょと同程度、ごはんの 2/3 と少なく、脂肪もほとんどない。これは、かなりたくさん食べても太らないということを意味する。

イ 食物繊維

ばれいしょの食物繊維は、かんしょに及ばないものの、水煮したばれいしょで 100g 中 3.1g 含まれており、これはご飯の約 2 倍。

食物繊維には、一般に知られている便秘を解消させる作用だけでなく、血液中のコレステロールを低下させる作用もある。また、血糖値をコントロールする働きもあり、現代人にとって非常に重要な成分。

ウ カリウム

ばれいしょに含まれるミネラル分の中で、とりわけ多く含まれているのがカリウム。その量は、米飯が 100 g 中 29mg などに対して、ばれいしょは水煮にした場合、340mg と 12 倍も多く含まれている。カリウムにはナトリウムを排せつする作用があるので、血压低下に効果的。また、食物繊維のナトリウム吸着作用や便秘予防効果も加わるので、ばれいしょは高血圧の予防食品といえる。

エ ビタミン

(ア) ビタミンA (カルテン)

ばれいしょではインカのめざめやキタアカリなど果肉が黄色いものにだけ含まれる。成長促進、免疫機能を高める効果がある。不足すると夜盲症、成長阻害を引き起こす。ご飯には含まれない。

(イ) ビタミンB1 (チアミン)

糖質をエネルギーに転化して代謝を促進する効果がある。不足すると脚気や食欲不振、肩こりなどの症状が現れる。ごはんの約 3 倍含まれる。

(ウ) ビタミンB2 (リボフラビン)

脂質、アミノ酸、炭水化物の代謝に役立つ。酸化還元反応に関与。

不足すると成長が止まり、体力が減退。また、皮膚炎を起こしやすくなる。発育盛りの子供に特に必要。ご飯の約 3 倍含まれる。

(エ) ナイアシン

多くの酵素を補助する作用がある。糖質、脂質、たんぱく質を代謝する酵素に不可欠。欠乏するとペラグラという皮膚病を起こしたり、脳神経に障害を引き起こす。ご飯の約4倍含まれる。

(オ) パントテン酸

善玉コレステロールの増加、副腎の強化でストレスに強くなる。また、正常な成長を促す作用がある。

不足すると、居眠りしたり、怒りっぽくなる。その他に動脈硬化や髪の艶が無くなったり、食欲不振となる。ご飯の1.5倍程度含まれる。

(カ) ビタミンB6 (ピリドキシン、ピリドキサール、ピリドキサンあるいはピリドキサルリン酸)

たんぱく質の代謝を促す。アレルギーや糖尿病の改善にも役立つ。

不足すると皮膚炎などになりやすくなる。含有量は野菜ではトップクラスでご飯の9倍含まれる。

(キ) ビタミンC (アスコルビン酸)

ばれいしょには、りんごの約10倍含まれている。コラーゲンの合成を促進する。また免疫力が増強され、かぜにかかりにくくなる。不足すると壊血病、歯肉炎、貧血を起こしやすくなる。

ヨーロッパでは越冬野菜として冬場のビタミンC供給源として重宝された。ばれいしょのビタミンCは、でん粉に守られるため加熱調理しても損失しにくいのが特徴。

(ク) 葉酸

アミノ酸、核酸の生成に必要。妊娠予定者、お酒好きの人におすすめ。不足すると貧血になる。皮に近い部分に多く、ご飯の約6倍含まれる。

オ ばれいしょでん粉

ばれいしょでん粉は、低温貯蔵中にショ糖や還元糖に変化していくため、いんかのめざめなど低温貯蔵でショ糖が特異的に増加する品種では、お菓子として利用可能になるほど甘くなる。一方、還元糖が増加するとフライドポテト、ポテトチップスなどでは油で揚げたときの焦げの原因になる。

カ ソラニン・チャコニン（毒素）

じゃがいもの可食部分は、100g当たり平均7.5mgのソラニンやチャコニンを含んでおり、そのうち3~8割が皮の周辺にあります。一方、光に当たって緑色になった部分は100g当たり100mg以上のソラニンやチャコニンを含んでいると

いわれています。また、芽や傷のついた部分にもソラニンやチャコニンが多く含まれます。

ソラニンの中毒量は一般に 200～400mg で、子供の場合はその 10 分の 1 の 20mg 程度とされており、吐き気や嘔吐、腹痛、頭痛、めまいなどの症状が出ることがあります。このため、芽や、光に当たって緑色になった部分は、十分取り除くことが大切です。

また、家庭菜園などで作られた未熟で小さいじゃがいもは、全体にソラニンやチャコニンを多く含んでいるので、注意が必要です。

対策としては、

- ・芽が出ていたり、緑色の部分があるじゃがいもは買わないようにする。
- ・光に当たらないように貯蔵する。
- ・芽が伸びた場合、芽を除去する。
- ・えぐ味を感じるいもは避ける。
- ・緑化した部位は厚く皮をむく。

などがあります。