

1.1 参考
(1) いも類及び関連品目の成分表

		エネルギー		水分	たんばく質	アミノ酸組成によるたんばく質	脂質	トリアシルグリセロール当量	炭水化物	灰分	無機質																	
		kcal	KJ								g									mg					μg			
											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	モリブデン					
																								11	480	36	24	47
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 (水稲)	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					
	甘しょ 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					
	馬鈴しょ 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					
	馬鈴しょ 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	-	-	-	-					
	馬鈴しょ 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	-	-	-	-	-					
	とうもろこし 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					
	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					
でん粉	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)

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					D	E				K	B1	B2	ナイアシン	B6	B12	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	水溶性	不溶性	総量							
カロテン		β-クリプトキサンチン	β-カロテン当量	レチノール当量		トコフェロール																				脂肪酸			食物繊維			
レチノール	α	β			α	β	γ	δ	μg	mg				μg	mg	μg	mg	g	g	g	g	g	g	g	g	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	0.8	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)	(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量一覧表

かんしょ

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)
BHC	0.2		クロジナホッププロパルギル	0.02	
γ-BHC	1		クロチアニジン	0.2	
2,4-D	0.01	0.05 (2022.12.16)	クロピドール	0.2	
DBEDC	0.5		クロマゾン	0.05	
DCIP	0.02		クロマフェノジド	0.05	
DDT	0.2		クロラントラニリプロール	0.05	
2,2-DPA	-		クロルタールジメチル	3	
EPN	0.05		クロルデン	0.02	
EPTC	0.04		クロルピリホス	0.1	
アイオキシニル	0.1		クロルピリホスメチル	0.05	
アセタミプリド	0.2		クロルピクリン	0.01	
アゾキシストロビン	1		クロルフェナピル	0.05	
アトラジン	0.1		4-クロルフェノキシ酢酸	0.02	
アバメクチン	0.01		クロルフェンビンホス	0.05	
アフィドピロペン	0.01		クロルフルアズロン	0.05	
アメトトラジン	0.05		クロルメコート	-	
アラクロール	0.02		クロロタロニル	0.2	
アラニカルブ	0.5		酸化フェンブタスズ	0.05	
アルドリン及びディルドリン	0.1		シアナジン	-	
イソキサチオン	-		ジアフェンチウロン	0.02	
イプロジオン	0.1		シアン化水素	1	
イマザキン	0.05		シアントラニリプロール	0.2	
イマザリル	0.02		ジウロン	0.05	
イマゼタピルアンモニウム塩	0.05		ジクロキシジム	0.05	
イミシアホス	0.01		ジクロフルアニド	5	
イミダクロプリド	0.4		ジクロメジン	0.02	
イミノクタジン	-		ジクロラン	5	
インドキサカルブ	0.05		ジクロルプロップ	-	
エチオン	0.1		ジクロルボス及びナレド	0.1	
エテホン	0.05		1,3-ジクロロプロペン	0.01	
エトキサゾール	0.05		ジクワット	0.01	0.05 (2021.09.13)
エトフェンプロックス	0.03		ジコホール	3	
エトプロホス	0.05		ジスルホトン	0.5	
エトリジアゾール	0.5		ジチオカルバメート	0.1	
エマメクチン安息香酸塩	0.1		ジノテフラン	0.1	
エンドスルファン	0.5		シハロトリン	0.05	
エンドリン	0.01		ジフェニルアミン	0.05	
オキサジキシル	1		ジフェンゾコート	0.05	
オキサチアピプロリン	0.04		シフルトリン	0.1	
オキサミル	0.10		ジフルフェンゾピル	0.05	
オキシデメトンメチル	0.02		シフルメトフェン	0.01	- (2021.6.24)
オメエート	1		ジフルベンズロン	-	
オルトフェニルフェノール	10		シプロコナゾール	0.01	
カズサホス	0.02		シペルメトリン	0.05	
カルタップ、チオシクラム及びベンスルタップ	0.05	0.1 (2022.03.25)	ジメチピン	0.04	
カルバリル	0.02		ジメテナミド	0.01	
カルフェントラゾンエチル	0.1		ジメエート	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		臭素	60	
カルボスルファン	-	1 (2021.07.13)	シラフルオフエン	0.1	
カルボフラン	-	0.5 (2021.07.13)	スピネトラム	0.1	
キサロホップエチル及びキサロホップPテフリル	0.1		スピノサド	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)
キナルホス	0.05		スピロテトラマト	0.6	
キントゼン	0.02		スピロメシフェン	0.02	
グリホサート	0.2		スルフェントラズン	0.05	
グルホシネート	0.1		スルホキサフロル	0.05	
クレトジム	1		セトキシジム	4	
チアクロプリド	-		ダイアジノン	0.03	
チアベンダゾール	0.05		ピリフルキナズン	0.05	0.2 (2022.02.02)
チアメトキサム	0.3		ピリミカーブ	0.50	
チオジカルブ及びメソミル	0.5		ピリミホスメチル	0.05	
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	0.1 (2022.03.25)	ピリメタニル	0.05	
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	0.6		ピレトリン	1	
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 及びベノミル)	0.6		ピロキサスルホン	0.01	
ディルドリン(再掲/アルドリン 及びディルドリン)	0.1		ピンドン	0.001	
テクナゼン	0.05		フィプロニル	0.01	
テトラジホン	-		フェナミホス	0.1	
テブチウロン	-		フェナリモル	0.02	
テブフェナジド	0.05		フェニトロチオン	0.05	
テフルトリン	0.1		フェノキサプロップエチル	0.1	
テフルベンズロン	0.05		フェノキシカルブ	0.05	
デメトン-S-メチル	0.4		フェノトリン	-	
デルタメトリン及びトラロメト リ	-		フェンアミドン	0.02	
テルブホス	0.005		フェンスルホチオン	0.05	
ドジン	0.2		フェンチオン	0.1	
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)	-		フェンチン	0.05	
トリアジメノール	0.1		フェントエート	0.02	
トリアジメホン	0.1		フェンバレレート	0.05	
トリアレート	0.1		フェンプロピモルフ	0.05	
トリクロピル	0.03		ブタミホス	0.01	
トリクロルホン	0.50		Sec-ブチルアミン	-	
トリシクラゾール	-		フラザスルフロソ	0.01	0.02 (2022.10.18)
トリデモルフ	0.05		フラチオカルブ	-	
トリフルムロン	0.02		フルアジナム	0.03	- (2022.3.16)
トリフルラリン	0.05		フルアジホップブチル	0.05	
トルクロホスメチル	1.0		フルエンズルホン	5	
ナプロパミド	0.1		フルオピコリド	0.02	
ナレド(再掲/ジクロルボス及 びナレド)	0.1		フルオピラム	0.1	
二塩化エチレン	0.01		フルオメソロン	0.02	
二臭化エチレン	0.01		フルキサピロキサド	0.02	
ニテンピラム	-		フルキサメタミド	0.02	
ノニルフェノールスルホン酸	5		フルシトリネート	0.05	
ノバルロン	0.05		フルスルファミド	0.05	
パラコート	0.05		フルピラジフロソ	0.05	
パラチオン	0.3		フルフェノクスロン	0.02	
パラチオンメチル	0.1		フルベンジアミド	0.05	
ピアラホス	0.004		フルミオキサジン	0.02	
ピオレスメトリン	0.1		フルロキシピル	0.05	
ピキサフェン	0.01		プロクロラズ	0.01	0.05 (2022.8.30)
ピテルタノール	0.05		プロシミドン	-	
ピフェナゼート	0.05		プロチオホス	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)
ビフェントリン	0.05		ブロディファコウム	0.001	
ピペロニルブトキシド	0.5		プロパジン	-	
ヒメキサゾール	0.5		プロパニル	-	
ピメトロジン	0.02		プロピコナゾール	-	
ピラクロストロビン	0.04		プロフェノホス	0.01	
ピラクロホス	0.05		ブロフラニリド	0.01	
ピラズリネート	0.02		プロベナゾール	-	
ピリダベン	0.05		プロポキスル	0.5	
ピリダリル	0.05		ブロモプロピレート	0.05	
ピリフルキナゾン	0.05	0.2 (2022.02.02)	ヘキサクロロベンゼン	0.01	
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		ヘキシチアゾクス	0.2	
ヘプタクロル	-		ベナラキシル	0.05	
ペルメトリン	0.02		マイクロブタニル	0.06	-(2021.5.12)
ペンコナゾール	0.05		ミルベメクチン	0.05	
ベンスリド	-		メソミル(再掲/チオジカルブ 及びメソミル)	0.5	
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	0.1 (2022.03.25)	メタフルミゾン	0.1	0.2 (2022.12.16)
ベンゾビンジフルピル	0.02		メタミドホス	-	
ベンタゾン	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	0.02	
ペンチオピラド	0.06		メチオカルブ	0.05	
ペンディメタリン	0.05		メチダチオン	0.02	
ベンフラカルブ	-	0.5 (2021.07.13)	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	
ホキシム	0.02		メキシクロール	0.01	
ボスカリド	2		メキシフェノジド	0.05	
ホスチアゼート	0.01	0.03 (2022.12.16)	メコナゾール	0.04	
ホスファミドン	-		メトラクロール	0.1	
ホスメット	10		メトリブジン	0.5	
ホセチル	40		メフェントリフルコナゾール	0.04	
ホレート	0.3		リニューロン	0.1	
マラチオン	0.5		リン化水素	0.01	
マレイン酸ヒドラジド	10		ルフェヌロン	0.02	
マンジプロパミド	0.01		レスメトリン	0.1	
ワルファリン	0.001		レナシル	0.3	
			レピメクチン	0.01	

ばれいしよ

BHC	0.2		イミノクタジン	0.02	
γ-BHC	1		インドキサカルブ	0.2	
2,4-D	0.4	0.2 (2021.12.16)	インピルフルキサム	0.01	
DBEDC	0.5		エタボキサム	0.05	
DCIP	-		エテホン	0.05	
DDT	0.2		エトフェンプロックス	0.05	
2,2-DPA	-		エトプロホス	0.05	
EPTC	0.3		エトリジアゾール	0.5	
アイオキシニル	0.1		エマメクチン安息香酸塩	0.1	
アセタミプリド	0.3		エンドスルファン	0.3	
アセフェート	0.5		エンドタール	-	
アゾキシストロビン	7		エンドリン	N.D.	
アトラジン	0.06		オキサジキシル	1	
アバメクチン	0.01		オキサチアピプロリン	0.05	
アフィドピロペン	0.01		オキサミル	0.10	
アミスルブロム	0.05		オキシテトラサイクリン	0.2	
アメトトラジン	0.05		オキシデメソメチル	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)
アラクロール	0.01		オキシソ銅	0.1	
アラニカルブ	0.5		オキシソニック酸	0.3	
アルドリン及びディルドリン	0.1	0.02 (2017.10.10)	オメトエート	2	
イソキサチオン	-		カスガマイシン	0.2	
イソフェンホス	0.10		カズサホス	0.02	0.03 (2023.05.19)
イプロジオン	0.5		カルタップ,チオシクラム及 びベンスルタップ	0.1	
イマザキン	0.05		カルバリル	0.02	0.1 (2021.07.13)
イマザリル	5.0		カルフェントラズンエチル	0.1	
イマゼタピルアンモニウム塩	0.05		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	
イミシアホス	0.1		カルボスルファン	-	1 (2021.07.13)
イミダクロプリド	0.4		カルボフラン	-	0.5 (2021.07.13)
イミノクタジン	0.02		キザロホップエチル及びキ ザロホップPテフリル	0.1	
キナルホス	0.05		スピノサド	0.02	
キャプタン	0.05		スピロテトラマト	1	
キントゼン	0.1		スピロメシフェン	0.02	
グリホサート	0.2		スルフェントラズン	0.2	
グルホシネート	0.2		スルホキサフロル	0.05	
クレトジム	1		セダキサン	0.02	
クロジナホッププロパルギル	0.02		セトキシジム	4	
クロチアニジン	0.3		ゾキサミド	0.02	
クロピドール	0.2		ダイアジノン	0.02	
クロマゾン	0.05		ダゾメット,メタム及びメチル イソチオシアネート	0.2	
クロラントラニリプロール	0.02		チアクロプリド	0.02	
クロルタールジメチル	3		チアベンダゾール	10	
クロルデン	0.02		チアメキサム	0.3	
クロルピリホス	0.02	0.05 (2022.5.12)	チオジカルブ及びメソミル	0.3	
クロルピリホスメチル	0.05		チオベンカルブ	0.02	
クロルピクリン	0.01		チフルザミド	0.01	
4-クロルフェノキシ酢酸	0.02		テクナゼン	0.05	
クロルフェンビンホス	0.1		テトラジホン	-	
クロルフルアズロン	-		テブコナゾール	0.1	
クロルプロファム	30		テブチウロン	-	
クロルメコート	-		テフルトリン	0.1	
クロロタロニル	0.2		テフルベンズロン	-	
酸化フェンブタズ	0.05		デメトン-S-メチル	0.4	
シアゾファミド	0.05		デルタメトリン及びトラロメトリ	0.02	
シアナジン	0.02		テルブホス	0.005	
ジアフェンチウロン	0.02		トリアジメノール	0.1	
シアン化水素	1		トリアジメホン	0.1	
シアントラニリプロール	0.2		トリクロピル	0.03	
2,6-ジイソプロピルナフタレ	0.5		トリクロルホン	0.50	
ジウロン	0.05		トリシクラゾール	-	
ジカンバ	0.05		トリデモルフ	0.05	
ジクロキシジム	2		トリフルムロン	0.02	
ジクロフルアニド	0.10		トリフルラリン	0.2	
ジクロメジン	0.02		トリフロキシストロピン	0.04	
ジクロラン	0.3		トルクロホスメチル	1.0	
ジクロルプロップ	-		トルフェンピラド	0.05	
ジクロルボス及びナレド	0.1		鉛	1.0	
1,3-ジクロロプロペン	0.01		二塩化エチレン	0.01	
ジクワット	0.1		二臭化エチレン	0.01	
ジコホール	3		ニテンピラム	0.2	
ジスルホトン	0.5		ノニルフェノールスルホン酸	5	
ジチオカルバメート	0.2		ノバルロン	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)
ジノテフラン	0.2		パラコート	0.2	
シハロトリン	0.04		パラチオン	N.D.	
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		パラチオンメチル	0.1	
ジフェニルアミン	0.05		バリダマイシン	0.2	0.05 (2021.8.30)
ジフェノコナゾール	4		ビアラホス	0.004	
ジフェンゾコート	0.05		ビオレスメトリン	0.1	
シフルトリン	0.1		ビキサフェン	0.01	
ジフルフェンゾピル	0.05		ピジフルメトフェン	0.02	
ジフルベンズロン	-		ヒ素	1.0	
シプロコナゾール	0.01		ビテルタノール	0.05	
シペルメトリン	0.02	0.05 (2023.2.24)	ビフェナゼート	0.05	
ジベレリン	0.05		ビフェノックス	0.05	
ジメチピン	0.05		ビフェントリン	0.05	
ジメテナミド	0.01		ピペロニルブトキシド	0.5	
ジメトエート	1.0		ヒメキサゾール	0.5	
ジメトモルフ	0.1		ピメロジン	0.05	0.1 (2022.5.12)
シモキサニル	0.2		ピラクロストロビン	0.02	
臭素	60		ピラクロホス	0.05	
シロマジン	0.8		ピラゾリネート	0.02	
スピネトラム	0.1		ピラフルフェンエチル	0.05	
ピリダリル	0.05		プロピコナゾール	-	
ピリフルキナゾン	0.05	0.2 (2022.02.02)	プロフェノホス	0.02	
ピリミカーブ	0.05		プロベナゾール	-	
ピリミホスメチル	0.05		プロポキスル	0.5	
ピリメタニル	0.05		プロモプロピレート	0.05	
ピレトリン	1		ブロフラニド	0.04	- (2022.05.19)
ピロキサスルホン	0.01		ヘキサクロロベンゼン	0.01	
ピンクロズリン	0.1		ベナラキシル	0.02	
ピンドン	0.001		ベノキサコール	0.01	
ファモキサドン	0.05		ヘプタクロル	-	
フィプロニル	0.02		ペルメトリン	0.05	
フェナミホス	0.1		ペンコナゾール	0.05	
フェナリモル	0.02		ペンシクロン	0.05	
フェントロチオン	0.05		ベンスリド	-	
フェノキサプロップエチル	0.1		ベンゾビンジフルピル	0.02	
フェノキシカルブ	0.05		ベンダイオカルブ	0.05	
フェノトリン	-		ベнтаゾン	0.1	
フェンアミドン	0.02		ベンチアバリカルブイソプロ ピル	0.01	
フェンスルホチオン	0.1		ペンチオピラド	0.06	
フェンチオン	0.05		ペンディメタリン	0.05	0.2 (2022.05.19)
フェンチン	0.1		ベンフラカルブ	-	0.5 (2021.07.13)
フェントエート	0.02		ペンフルフェン	0.05	
フェンバレレート	0.05		ホキシム	0.05	
フェンピロキシメート	0.05		ホサロン	0.05	
フェンプロパトリン	0.01	1 (2022.8.30)	ボスカリド	2	
フェンプロピモルフ	0.05		ホスチアゼート	0.02	0.03 (2022.12.16)
ブタミホス	0.2		ホスメット	0.05	
Sec-ブチルアミン	-		ホセチル	35	
フラザスルフロシ	0.01	0.02 (2022.10.18)	ホルベット	0.1	
フラチオカルブ	-		ホレート	0.2	
フラメピル	0.01		マラチオン	0.5	
フルアジナム	0.1		マレイン酸ヒドラジド	50	
フルアジホップブチル	0.7		マンジプロパミド	0.1	0.09 (2022.3.16)
フルエンズルホン	0.8		マイクロブタニル	0.06	- (2021.5.12)
フルオキサストロビン	0.01		メタフルミジン	0.02	
フルオピコリド	0.05		メタベンズチアズロン	0.1	
フルオピラム	0.1		メタミドホス	0.1	

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)
フルオメツロン	0.02		メタラキシル及びメフェノキ	0.3	
フルキサピロキサド	0.03		メチオカルブ	0.05	
フルジオキシニル	6		メチダチオン	0.02	
フルシトリネート	0.05		1-メチルシクロプロペン	0.01	-(2021.8.30)
フルスルファミド	0.05		メトキシクロール	0.01	
フルトラニル	0.2		メコナゾール	0.04	
フルバリネート	0.01		メトラクロール	0.2	
フルピラジフロ	0.05		メトリブジン	0.6	
フルフェナセット	0.1		メフェントリフルコナゾール	0.04	
フルベンジアミド	0.05		メプロニル	0.02	
フルミオキサジン	0.02		リニューロン	0.1	
フルロキシピル	0.05		リムスルフロン	0.1	
プロクロラズ	0.01	0.05 (2022.8.30)	リン化水素	0.02	
プロシミドン	0.2		ルフェヌロン	0.02	
プロスルホカルブ	0.05		レスメトリン	0.1	
プロチオコナゾール	0.02		レナシル	0.3	
プロチオホス	0.02		ワルファリン	0.001	
プロディファコウム	0.001		リムスルフロン	0.1	
フロニカミド	0.03		リン化水素	0.02	
プロパジン	-		ルフェヌロン	0.02	
プロパニル	-		レスメトリン	0.1	
プロパモカルブ	0.3		レナシル	0.3	
プロパルギット	0.03		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

2,4,5-T	ジメトリダゾール
イプロニダゾール	ダミノジット
オラキンドックス	ニトロフラズン
カプタホール	ニトロフランチン
カルバドックス	フラゾリドン
クマホス	フラルタドン
クロラムフェニコール	プロファム
クロルスロン	マラカイトグリーン
クロルプロマジン	メトロニダゾール
ジエチルスチルベストロール	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って、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、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(ばれいしょと同程度)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100g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の意味する。

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、現代人にとっては非常に重要な成分。

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100g中29mgなのに対して、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、血圧低下に効果的。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 (カロテン)

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色が薄くなったり、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、ピリドキサル、ピリドキサミ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。