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	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	モリブデン
			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
		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
	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（０）：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						トコフェロール																						
レチノール	α	β	β―クリプトキサンチン	β―カロテン当量	レチノール当量		α	β	γ	δ																			
μｇ						μｇ	ｍｇ				μｇ	ｍｇ				μｇ		ｍｇ	μｇ	ｍｇ	ｇ			ｍｇ	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度量一覧表

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	Ag2006	トリアジメノール	0.1	Bh2006
γ-BHC	1	Bh2006	トリアジメホン	0.1	Bh2006
DBEDC	0.5	Bh2006	トリアレート	0.1	Bh2006
DCIP	0.02	Ab2018	トリクロピル	0.03	Bh2006
DDT	0.2	Ag2006	トリクロルホン	0.50	Ag2006
2,2-DPA	-		トリシクラゾール	-	
EPN	0.05	Ab2010	トリデモルフ	0.05	Bh2006
EPTC	0.04	Ag2006	トリフルミゾール	0.03	Ab2022
アイオキシニル	0.1	Bh2006	トリフルムロン	0.02	Bh2006
アセタミプリド	0.2	Ab2015	トリフルラリン	0.05	Ab2013
アゾキシストロビン	1	Aa2010	トリフロキシストロビン	0.04	Ac2022
アトラジン	0.1	Bh2006	トルクロホスメチル	-	
アバメクチン	0.01	Ac2013	ナプロパミド	0.1	Bh2006
アフィドピロペン	0.01	Aa2022	ナレド(再掲/ジクロルボス及びナレド)	0.1	Ag2006
アメトクトラジン	0.05	Ac2014	二塩化エチレン	0.01	Bh2006
アラクロール	0.02	Ab2013	二臭化エチレン	0.01	Bh2006
アラニカルブ	0.5	Bh2006	ニテンピラム	-	
アルドリン及びディルドリン	0.1	Aa2020	ノニルフェノールスルホン酸	5	Bh2006
イソキサチオン	-		ノバルロン	0.05	Ac2007
イプロジオン	0.1	Ag2006	パラコート	0.05	Bh2006
イマザキン	0.05	Bh2006	パラチオン	0.3	Ag2006
イマザリル	0.02	Bh2006	パラチオンメチル	0.1	Ag2006
イマゼタピルアンモニウム塩	0.05	Bh2006	ビアラホス	0.004	Bh2006
イミシアホス	0.01	Ab2010	ビオレスメトリン	0.1	Ag2006
イミダクロプリド	0.4	Aa2010	ビキサフェン	0.01	Ac2021
イミノクタジン	-	-	ビテルタノール	0.05	Bh2006
インドキサカルブ	0.05	Ab2010	ビフェナゼート	0.05	Ab2014
エチオン	0.1	Bh2006	ビフェントリン	0.05	Aa2014
エテホン	0.05	Bh2006	ピペロニルブトキシド	0.5	Bh2006
エトキサゾール	0.05	Ab2014	ヒメキサゾール	0.5	Bh2006
エトフェンプロックス	0.01	Ab2022	ピメトロジン	0.02	Ac2012
エトプロホス	0.05	Aa2011	ピラクロストロビン	0.04	Ac2006
エトリジアゾール	0.5	Bh2006	ピラクロホス	0.05	Ag2006
エマメクチン安息香酸塩	0.1	Bh2006	ピラゾリネート	0.02	Bh2006
エンドスルファン	0.5	Bh2006	ピラフルフェンエチル	0.01	Ab2022
エンドリン	0.01	Bh2006	ピリダベン	0.05	Ab2013
オキサジキシル	1	Bh2006	ピリダリル	0.05	Ab2008
オキサチアピプロリン	0.04	Aa2020	ピリフルキナゾン	0.05	Ab2021
オキサミル	0.10	Ag2006	ピリミカーブ	0.50	Ag2006
オキシデメトンメチル	0.02	Bh2006	ピリミホスメチル	0.05	Bh2006
オメトエート	1	Bh2006	ピリメタニル	0.05	Ac2013
オルトフェニルフェノール	10	Bh2006	ピレトリン	1	Ag2006
カズサホス	0.02	Ab2006	ピロキサスルホン	0.01	Ac2020
カルタップ,チオシクラム及びベンスルタップ	0.05	Ab2021	ピンドン	0.001	Bh2006
カルバリル	0.02	Aa2020	フィプロニル	0.01	Ab2018

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)
カルフェントラゾンエチル	0.1	Bh2006	フェナミホス	0.1	Bh2006
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	Bh2006	フェナリモル	-	
カルボスルファン	-	-	フェニトロチオン	0.05	Ab2019
カルボフラン	-	-	フェノキサプロップエチル	0.1	Ag2006
キザロホップエチル及びキザロホップPテフリル	0.1	Ag2006	フェノキシカルブ	0.05	Bh2006
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	Ag2006	フェノトリン	-	
キナルホス	0.05	Bh2006	フェンアミドン	0.02	Ag2006
キントゼン	0.02	Bh2006	フェンスルホチオン	0.05	Ag2006
グリホサート	0.2	Ag2006	フェンチオン	0.1	Ab2012
グルホシネート	0.1	Ab2011	フェンチン	0.05	Bh2006
クレトジム	1	Ac2018	フェントエート	0.02	Ag2006
クロジナホッププロパルギル	0.02	Bh2006	フェンバレレート	0.05	Ag2006
クロチアニジン	0.2	Aa2015	フェンプロピモルフ	0.05	Bh2006
クロピドール	0.2	Bh2006	ブタミホス	0.01	Ab2010
クロマゾン	0.05	Bh2006	Sec-ブチルアミン	-	
クロマフェノジド	0.05	Ab2008	フラザスルフロン	-	
クロラントラニリプロール	0.05	Ab2013	フラチオカルブ	-	
クロルタールジメチル	3	Bh2006	フルアジナム	0.03	Ab2022
クロルデン	0.02	Bh2006	フルアジホップブチル	0.05	Ab2017
クロルピリホス	0.1	Ab2021	フルエンスルホン	4	Ab2022
クロルピリホスメチル	0.05	Bh2006	フルオピコリド	0.02	Ac2012
クロルピクリン	0.01	Ab2020	フルオピラム	0.1	Ac2017
クロルフェナピル	0.05	Ab2008	フルオメツロン	0.02	Bh2006
4-クロルフェノキシ酢酸	0.02	Bh2006	フルキサピロキサド	0.02	Ac2014
クロルフェンビンホス	0.05	Ag2006	フルキサメタミド	0.01	Ab2022
クロルフルアズロン	0.05	Ab2019	フルシトリネート	0.05	Bh2006
クロルメコート	-	-	フルスルファミド	0.05	Bh2006
クロロタロニル	0.2	Bh2006	フルピラジフロン	0.05	Ac2015
酸化フェンブタスズ	0.05	Bh2006	フルフェノクスロン	0.02	Ab2012
シアナジン	-		フルベンジアミド	0.05	Ab2011
ジアフェンチウロン	0.02	Bh2006	フルミオキサジン	0.02	Ac2015
シアン化水素	1	Bh2006	フルロキシピル	0.05	Bh2006
シアントラニリプロール	0.2	Ac2014	プロクロラズ	-	
ジウロン	0.05	Bh2006	プロチオホス	0.05	Ab2020
シクロキシジム	0.05	Bh2006	ブロディファコウム	0.001	Bh2006
ジクロフルアニド	5	Bh2006	プロパジン	-	
ジクロメジン	0.02	Bh2006	プロパニル	-	
ジクロラン	5	Bh2006	プロピコナゾール	-	-
ジクロルプロップ	-		プロフェノホス	0.01	Ab2017
ジクロルボス及びナレド	0.1	Ag2006	ブロフラニリド	0.01	Ab2020
2,4-ジクロロフェノキシ酢酸	-		プロベナゾール	-	
1,3-ジクロロプロペン	0.01	Ab2014	プロポキスル	0.5	Bh2006
ジクワット	0.01	Ab2020	ブロモプロピレート	0.05	Bh2006

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)
ジコホール	3	Bh2006	ヘキサクロロベンゼン	0.01	Bh2006
ジスルホトン	0.5	Bh2006	ヘキシチアゾクス	0.2	Ab2017
ジチオカルバメート	0.1	Bh2006	ベナラキシル	0.05	Bh2006
ジノテフラン	0.1	Ab2012	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	Bh2006
シハロトリン	0.05	Ag2006	ヘプタクロル	−	
ジフェニルアミン	0.05	Bh2006	ペルメトリン	0.02	Ab2020
ジフェンゾコート	0.05	Bh2006	ペンコナゾール	0.05	Bh2006
シフルトリン	0.05	Ab2022	ベンスリド	−	
ジフルフェンゾピル	0.05	Bh2006	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	Ab2021
ジフルベンズロン	−		ベンゾビンジフルピル	0.02	Ac2017
シフルメトフェン	0.01	Ab2021	ベンタゾン	−	
シプロコナゾール	0.01	Ag2006	ペンチオピラド	0.06	Ac2014
シペルメトリン	0.05	Ab2022	ペンディメタリン	0.05	Ab2013
ジメチピン	0.04	Bh2006	ベンフラカルブ	−	−
ジメテナミド	0.01	Aa2010	ホキシム	0.02	Bh2006
ジメトエート	1	Bh2006	ボスカリド	2	Aa2014
臭素	60	Bh2006	ホスチアゼート	0.01	Ab2021
シラフルオフェン	0.1	Ab2008	ホスファミドン	−	
スピネトラム	0.1	Ab2015	ホスメット	10	Bh2006
スピノサド	0.02	Ac2019	ホセチル	40	Bh2006
スピロテトラマト	0.6	Ac2010	ホレート	0.3	Bh2006
スピロメシフェン	0.02	Ac2007	マラチオン	0.5	Ag2006
スルフェントラゾン	0.05	Bh2006	マレイン酸ヒドラジド	10	Ag2006
スルホキサフロル	0.05	Ac2017	マンジプロパミド	0.01	Ac2009
セトキシジム	4	Ac2020	ミクロブタニル	0.06	Aa2021
ダイアジノン	0.03	Ab2020	ミルベメクチン	0.05	Ab2010
ダゾメット,メタム及びメチルイソチオシアネート	0.02	Ab2017	メソミル(再掲/チオジカルブ及びメソミル)	0.5	Bh2006
チアクロプリド	−		メタフルミゾン	0.1	Ab2021
チアベンダゾール	0.05	Bh2006	メタミドホス	−	
チアメトキサム	0.3	Aa2013	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	Ab2017
チオジカルブ及びメソミル	0.5	Bh2006	メチオカルブ	0.05	Ag2006
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	Ab2021	メチダチオン	0.02	Bh2006
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	Bh2006	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	Ab2017
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	Bh2006	メトキシクロール	0.01	Bh2006
ディルドリン(再掲/アルドリン及びディルドリン)	0.1	Aa2020	メトキシフェノジド	0.05	Ab2012
テクナゼン	0.05	Bh2006	メトコナゾール	0.04	Ac2015
テトラジホン	−		メトラクロール	0.1	Ac2010
テブチウロン	−		メトリブジン	0.5	Ag2006

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)
テブフェノジド	0.05	Ac2010	メフェントリフルコナゾール	0.04	Ac2020
テフルトリン	0.1	Ag2006	リニュロン	0.1	Bh2006
テフルベンズロン	0.05	Ab2019	リン化水素	0.01	Bh2006
デメトン-S-メチル	0.4	Bh2006	ルフェヌロン	0.02	Ab2010
デルタメトリン及びトラロメトリ	-		レスメトリン	0.1	Bh2006
テルブホス	0.005	Bh2006	レナシル	0.3	Ag2006
ドジン	0.2	Bh2006	レピメクチン	0.01	Ab2013
トラロメトリン(再掲/デルタメトリ	-		ワルファリン	0.001	Bh2006

ばれいしょ

BHC	0.2	Ag2006	トリクロルホン	0.50	Ag2006
γ-BHC	1	Bh2006	トリシクラゾール	-	
DBEDC	0.5	Bh2006	トリデモルフ	0.05	Bh2006
DCIP	-		トリフルムロン	0.02	Bh2006
DDT	0.2	Ag2006	トリフルラリン	0.2	Ag2006
2,2-DPA	-		トリフロキシストロビン	0.04	Ac2010
EPTC	0.3	Ag2006	トルクロホスメチル	0.3	Aa2023
アイオキシニル	0.1	Bh2006	トルフェンピラド	0.05	Ab2012
アセタミプリド	0.3	Ab2010	鉛	1.0	Ag2006
アセフェート	0.5	Ab2018	ナレド(再掲/ジクロルボス及びナレド)	0.1	Ag2006
アゾキシストロビン	7	Ab2021	二塩化エチレン	0.01	Bh2006
アトラジン	0.06	Bh2006	二臭化エチレン	0.01	Bh2006
アバメクチン	0.01	Aa2013	ニテンピラム	0.2	Ab2017
アフィドピロペン	0.01	Aa2022	ノニルフェノールスルホン酸	5	Bh2006
アミスルブロム	0.05	Ab2008	ノバルロン	0.05	Ac2007
アメトクトラジン	0.05	Aa2014	パラコート	0.2	Bh2006
アラクロール	0.01	Ab2013	パラチオン	N.D.	Ag2006
アラニカルブ	0.5	Bh2006	パラチオンメチル	0.1	Ag2006
アルドリン及びディルドリン	0.1	Aa2020	バリダマイシン	0.2	Ab2021
イソキサチオン	-		ビアラホス	0.004	Bh2006
イソフェンホス	0.10	Ag2006	ビオレスメトリン	0.1	Ag2006
イプロジオン	0.5	Ag2006	ビキサフェン	0.01	Ac2021
イマザキン	0.05	Bh2006	ピジフルメトフェン	0.02	Ac2020
イマザリル	5.0	Ag2006	ヒ素	1.0	Ag2006
イマゼタピルアンモニウム塩	0.05	Bh2006	ビテルタノール	0.05	Bh2006
イミシアホス	0.1	Ab2010	ビフェナゼート	0.05	Ac2007
イミダクロプリド	0.4	Aa2010	ビフェノックス	0.05	Ag2006
イミノクタジン	0.02	Ab2020	ビフェントリン	0.05	Aa2007
インドキサカルブ	0.2	Aa2010	ピペロニルブトキシド	0.5	Bh2006
インピルフルキサム	0.01	Ab2019	ヒメキサゾール	0.5	Bh2006
エタボキサム	0.05	Ab2013	ピメトロジン	0.05	Ab2021
エテホン	0.05	Bh2006	ピラクロストロビン	0.02	Ac2006
エトフェンプロックス	0.05	Ab2017	ピラクロホス	0.05	Ag2006
エトプロホス	0.05	Aa2011	ピラゾリネート	0.02	Bh2006
エトリジアゾール	0.5	Bh2006	ピラフルフェンエチル	0.01	Ab2022
エマメクチン安息香酸塩	0.1	Bh2006	ピリダリル	0.05	Ab2008
エンドスルファン	0.3	Bh2006	ピリフルキナゾン	0.05	Ab2021
エンドタール	-		ピリミカーブ	0.05	Ag2006
エンドリン	N.D.	Ag2006	ピリミホスメチル	0.05	Ag2006
オキサジキシル	1	Bh2006	ピリメタニル	0.05	Aa2013
オキサチアピプロリン	0.05	Ab2016	ピレトリン	1	Ag2006
オキサミル	0.10	Ag2006	ピロキサスルホン	0.01	Ac2020

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)
オキシテトラサイクリン	0.2	Ab2015	ビンクロゾリン	0.1	Bh2006
オキシデメトンメチル	0.02	Bh2006	ピンドン	0.001	Bh2006
オキシン銅	0.1	Ab2014	ファモキサドン	0.05	Ab2014
オキソリニック酸	0.3	Ab2009	フィプロニル	0.02	Aa2018
オメトエート	2	Bh2006	フェナミホス	0.1	Bh2006
カスガマイシン	0.2	Ab2015	フェナリモル	-	
カズサホス	0.02	Ab2022	フェニトロチオン	0.05	Ab2019
カルタップ,チオシクラム及びベンスルタップ	0.1	Ab2021	フェノキサプロップエチル	0.1	Ag2006
カルバリル	0.02	Ab2020	フェノキシカルブ	0.05	Bh2006
カルフェントラゾンエチル	0.1	Bh2006	フェノトリン	-	
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	Bh2006	フェンアミドン	0.02	Ac2009
カルボスルファン	-	-	フェンスルホチオン	0.1	Ag2006
カルボフラン	-	-	フェンチオン	0.05	Ab2012
キザロホップエチル及びキザロホップPテフリル	0.1	Ab2015	フェンチン	0.1	Bh2006
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	Ab2015	フェントエート	0.02	Ag2006
キナルホス	0.05	Bh2006	フェンバレレート	0.05	Ag2006
キャプタン	0.05	Aa2018	フェンピロキシメート	0.05	Aa2019
キントゼン	0.1	Bh2006	フェンプロパトリン	-	
グリホサート	0.2	Ag2006	フェンプロピモルフ	0.05	Bh2006
グルホシネート	0.2	Ab2011	ブタミホス	0.2	Ag2006
クレトジム	1	Ac2018	Sec-ブチルアミン	-	
クロジナホッププロパルギル	0.02	Bh2006	フラザスルフロン	-	
クロチアニジン	0.3	Ac2007	フラチオカルブ	-	
クロピドール	0.2	Bh2006	フラメトピル	0.01	Ab2019
クロマゾン	0.05	Bh2006	フルアジナム	0.1	Ab2015
クロラントラニリプロール	0.02	Aa2012	フルアジホップブチル	0.7	Aa2019
クロルタールジメチル	3	Bh2006	フルエンスルホン	0.8	Aa2019
クロルデン	0.02	Bh2006	フルオキサストロビン	0.01	Ac2016
クロルピリホス	0.02	Ab2021	フルオピコリド	0.05	Ab2008
クロルピリホスメチル	0.05	Bh2006	フルオピラム	0.1	Ac2017
クロルピクリン	0.01	Ab2020	フルオメツロン	0.02	Bh2006
4-クロルフェノキシ酢酸	0.02	Bh2006	フルキサピロキサド	0.03	Aa2014
クロルフェンビンホス	0.1	Ag2006	フルジオキソニル	6	Ad2018
クロルフルアズロン	-	-	フルシトリネート	0.05	Ag2006
クロルプロファム	30	Aa2017	フルスルファミド	0.05	Ag2006
クロルメコート	-	-	フルトラニル	0.2	Ac2009
クロロタロニル	0.2	Ag2006	フルバリネート	0.01	Ab2019
酸化フェンブタスズ	0.05	Bh2006	フルピラジフロン	0.05	Ac2015
シアゾファミド	0.05	Ab2006	フルフェナセット	0.1	Ac2014
シアナジン	0.02	Ab2018	フルベンジアミド	0.05	Ab2011
ジアフェンチウロン	0.02	Bh2006	フルミオキサジン	0.02	Ac2015
シアン化水素	1	Bh2006	フルロキシピル	0.05	Bh2006
シアントラニリプロール	0.2	Ac2014	プロクロラズ	-	
2,6-ジイソプロピルナフタレ	0.5	Bh2006	プロシミドン	0.2	Ab2018
ジウロン	0.05	Bh2006	プロスルホカルブ	0.05	Ab2013

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)
ジカンバ	0.05	Ag2006	プロチオコナゾール	0.02	Ac2020
シクロキシジム	2	Ag2006	プロチオホス	0.02	Ab2020
ジクロフルアニド	0.10	Ag2006	ブロディファコウム	0.001	Bh2006
ジクロメジン	0.02	Bh2006	フロニカミド	0.3	Ab2022
ジクロラン	0.3	Bh2006	プロパジン	−	
ジクロルプロップ	−		プロパニル	−	
ジクロルボス及びナレド	0.1	Ag2006	プロパモカルブ	0.3	Aa2010
2,4−ジクロロフェノキシ酢酸	0.4	Ac2021	プロパルギット	0.03	Aa2014
1,3−ジクロロプロペン	0.01	Ab2014	プロピコナゾール	−	−
ジクワット	0.1	Aa2020	プロフェノホス	0.02	Ab2017
ジコホール	3	Bh2006	ブロフラニリド	0.04	Ac2022
ジスルホトン	0.5	Bh2006	プロベナゾール	−	
ジチオカルバメート	0.2	Bh2006	プロポキスル	0.5	Bh2006
ジノテフラン	0.2	Ab2006	ブロモプロピレート	0.05	Bh2006
シハロトリン	0.04	Ag2006	ヘキサクロロベンゼン	0.01	Bh2006
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	Bh2006	ベナラキシル	0.02	Bh2006
ジフェニルアミン	0.05	Bh2006	ベノキサコール	0.01	Ac2012
ジフェノコナゾール	4	Aa2020	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	Bh2006
ジフェンゾコート	0.05	Bh2006	ヘプタクロル	−	
シフルトリン	0.05	Ab2022	ペルメトリン	0.05	Aa2020
ジフルフェンゾピル	0.05	Bh2006	ペンコナゾール	0.05	Bh2006
ジフルベンズロン	−		ペンシクロン	0.05	Ab2010
シプロコナゾール	0.01	Ag2006	ベンスリド	−	
シペルメトリン	0.02	Ab2022	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	Ab2021
ジベレリン	0.05	Ab2019	ベンゾビンジフルピル	0.02	Ac2017
ジメチピン	0.05	Ag2006	ベンダイオカルブ	0.05	Ag2006
ジメテナミド	0.01	Aa2010	ベンタゾン	0.1	Aa2022
ジメトエート	1.0	Ag2006	ベンチアバリカルブイソプロピル	0.01	Ab2020
ジメトモルフ	0.1	Ab2007	ベンチオピラド	0.06	Ac2014
シモキサニル	0.2	Ab2017	ペンディメタリン	0.05	Ac2022
臭素	60	Bh2006	ベンフラカルブ	−	−
シロマジン	0.8	Ac2009	ペンフルフェン	0.05	Ab2014
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	Bh2006	ホキシム	0.05	Ag2006
スピネトラム	0.1	Ac2014	ホサロン	0.05	Ab2015
スピノサド	0.02	Ac2012	ボスカリド	2	Aa2014
スピロテトラマト	1	Ab2012	ホスチアゼート	0.05	Ab2023
スピロメシフェン	0.02	Ac2007	ホスメット	0.05	Bh2006
スルフェントラゾン	0.2	Bh2006	ホセチル	35	Ag2006
スルホキサフロル	0.05	Ac2017	ホルペット	0.1	Aa2018
セダキサン	0.02	Aa2022	ホレート	0.2	Bh2006
セトキシジム	4	Ac2020	マラチオン	0.5	Ag2006

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)
ゾキサミド	0.02	Aa2019	マレイン酸ヒドラジド	50	Ag2006
ダイアジノン	0.02	Ab2020	マンジプロパミド	0.1	Aa2022
ダゾメット,メタム及びメチルイソチオシアネート	0.2	Ab2017	ミクロブタニル	0.06	Aa2021
チアクロプリド	0.02	Aa2019	メソミル(再掲/チオジカルブ及びメソミル)	0.3	Bh2006
チアベンダゾール	10	Bh2006	メタフルミゾン	0.02	Aa2013
チアメトキサム	0.3	Ab2009	メタベンズチアズロン	0.1	Ag2006
チオジカルブ及びメソミル	0.3	Bh2006	メタミドホス	0.1	Ab2018
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	Ab2021	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)	0.2	Ab2017
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	Bh2006	メタラキシル及びメフェノキサム	0.3	Ab2010
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	Bh2006	メチオカルブ	0.05	Aa2011
チオベンカルブ	0.02	Ab2008	メチダチオン	0.02	Bh2006
チフルザミド	0.01	Ab2020	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)	0.2	Ab2017
ディルドリン(再掲/アルドリン及びディルドリン)	0.1	Aa2020	1-メチルシクロプロペン	0.01	Ab2021
テクナゼン	0.05	Bh2006	メトキシクロール	0.01	Bh2006
テトラジホン	-		メトコナゾール	0.04	Ac2015
テブコナゾール	0.1	Ac2013	メトラクロール	0.2	Ac2010
テブチウロン	-		メトリブジン	0.6	Ag2006
テフルトリン	0.1	Bh2006	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	Ab2010
テフルベンズロン	-		メフェントリフルコナゾール	0.04	Ac2020
デメトン-S-メチル	0.4	Bh2006	メプロニル	0.02	Ab2011
デルタメトリン及びトラロメトリ	0.02	Ab2018	リニュロン	0.1	Bh2006
テルブホス	0.005	Bh2006	リムスルフロン	0.1	Bh2006
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	Ab2018	リン化水素	0.02	Bh2006
トリアジメノール	0.1	Bh2006	ルフェヌロン	0.02	Ab2014
トリアジメホン	0.1	Bh2006	レスメトリン	0.1	Bh2006
トリクロピル	0.03	Bh2006	レナシル	0.3	Ag2006
			ワルファリン	0.001	Bh2006

食品において不検出とされる農薬等一覧表

2,4,5-T	ダミノジット
イプロニダゾール	ニタルソン
オラキンドックス	ニトロフラゾン
カプタホール	ニトロフラントイン
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	フラルタドン
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	ロキサルソン
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) ばれいしよの吸収線量が 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 100ｇ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 100ｇ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B_1

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B_2（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（ﾋﾟﾘﾄﾞｷｼﾝ、ﾋﾟﾘﾄﾞｷｻｰﾙ、ﾋﾟﾘﾄﾞｷｻﾐﾝあるいはﾋﾟﾘﾄﾞｷｻﾙﾘﾝ酸）

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。