

ブリティッシュ・コロンビア（BC）州にはトランス脂肪に関する新しい規則があります。

あなたのお店はいかがですか？

2009年9月30日より、BC州内の飲食物提供施設で店舗に置く、調理に使う、提供するまたは販売する食品のすべては、次の3つの規制要件を満たさなくてはならないことになっています。

1. 食品に関する文書を店舗に置き、環境衛生（Environmental Health Officer）に求められた際には提出できること（成分リスト、栄養成分表、または製品仕様書）。
2. 柔らかい塗るタイプのマーガリンおよび油のすべてについて、トランス脂肪は全脂肪量の2%以内であること。
3. その他の食品はすべて、トランス脂肪が全脂肪量の5%以内であること。



トランス脂肪の規制に関する情報、およびこれが各店舗にどのように適用されるかについては、www.restricttransfat.caへアクセスいただくか、8-1-1に電話をしてヘルスリンクBCの栄養士にお問い合わせください。8-1-1では、通訳サービスもご利用いただけます。



HEART &
STROKE
FOUNDATION

ご自身の店舗で扱う食品が2%および5%のトランス脂肪の規制要件を満たしているかどうか確認するには、次の手順を行ってください。

1. 成分リストを読み、次の用語があるかどうか確認してください。「hydrogenated (硬化)」、「partially hydrogenated (半硬化)」、「margarine (マーガリン)」または「shortening (ショートニング)」。

2. 食品中にこうした成分がいっさい含まれていない場合には、規制要件を満たしていますので、お店で使用することができます。

3. こうした成分が一つ以上含まれている食品については、栄養成分表を読み、次の方法でトランス脂肪の含有率を計算します。

$$\text{トランス脂肪 (g)} \div \text{全脂肪量 (g)} \times 100 = \text{全脂肪量に占めるトランス脂肪の割合 (\%)}$$

4. 食品が2%と5%のトランス脂肪含有率の規制要件を満たしている場合には、お店で使用することができます。成分リストを使って計算し、この製品は5%のトランス脂肪の規制要件を満たしています。

$$\text{トランス脂肪} 0.5 \text{ g} \div \text{全脂肪量} 14 \text{ g} \times 100 = \text{全脂肪量に占めるトランス脂肪の割合は} 3.57\%$$

INGREDIENTS: SUGAR, WHOLE EGGS, ENRICHED BLEACHED FLOUR, SOY OIL, WATER, VEGETABLE SHORTENING (PARTIALLY HYDROGENATED SOYBEAN, COTTONSEED AND/OR CANOLA OILS), FOOD STARCH – MODIFIED, CULTURED YOGURT, WHEAT GLUTEN, SALT, MONO-DIGLYCERIDES, SODIUM ALUMINUM PHOSPHATE

Nutrition Facts	
Yogurt Cake	
Serving Size 1 SLICE (57g)	
Amount	% Daily Value
Calories 250	
Fat 14 g	22%
Saturated 2.5 g	13%
+ Trans 0.5 g	
Cholesterol 55 mg	18%
Sodium 280 mg	12%
Carbohydrate 29 g	10%
Fibre 1 g	4%
Sugars 17 g	
Protein 4 g	
Vit A 0%	Vit C 0%
Calcium 4%	Iron 6%

トランス脂肪の計算に関するヘルプは、以下のサイトをご利用ください。
www.restricttransfat.ca/trans_fat_calculator.html