

## 開封後はどうなる？食品の期限について

「この商品はいつまで食べられるの？」という質問は組合員の皆さんからよくいただきます。参考になるのはパッケージに表示された「賞味期限」「消費期限」ですが、まずはその意味を正しく理解することが大切です。

東海コープ  
ホームページに  
「おいしくって、  
安全なおはなし」の  
バックナンバーが  
あります。



### ● 期限表示は2種類 「賞味期限」と「消費期限」

- ・「賞味期限」おいしく食べられる期限。過ぎてもすぐに食べられなくなるわけではない。
- ・「消費期限」安全に食べられる期限。過ぎたら食べられない。

消費期限は微生物検査などの結果をもとに設定されます。期限を過ぎると細菌数が増え、品質が保たれないばかりではなく食べ方によっては健康に影響する可能性もあります。

一方で賞味期限は、状態を確認し変化がなければ利用できることがあり、食品ロスの観点からも活用が勧められています。

ただし、どちらの期限も「未開封」で、「表示の保存方法を守った場合」に限られる点を忘れないでください。

### ● 期限表示は、開封前が前提

「開封後はいつまで食べられますか？」というご質問もよくいただきますが、これは明確な答えが難しく、どうしても、「開封後は期限にかかわらず、できるだけ早めにお召しあがりください」という一般的なご案内になってしまいます。

食品は、開封すると空気中の細菌やカビ、湿気などが入り込み、未開封とは状況が大きく変わります。さらに、家庭の保管状況や室温、湿度、扱い方などによって状態の変化が大きく異なります。例として冷蔵が必要な商品では、

- ・開封時に室温に置かれた時間
- ・取り分ける時に、清潔な箸やスプーンを使ったか
- ・開封時の湿気や温度
- ・冷蔵庫の開け閉めによる温度上昇

上記の理由などで微生物の増殖度合いが大きく異なります。

このため「いつまで大丈夫」とはお答えできないのです。

保管時は、温度の上昇を避け、食品に触れる調理器具や容器は清潔にしましょう。

また、冷凍すると微生物の増殖は止まります。食品によっては食感が変わることがありますが、調理次第で問題なく使える場合も。例えば練り製品は「す」が入ったような食感になりますが、煮物では味が染みやすくなります。

期限表示を正しく理解し、保存のポイントを押さえて食品を安全かつ無駄なく使いましょう。

2026年  
4月3週  
(15号)

東海コープからの

おいしくって、  
安全なおはなし

