

9월

# 식품생활정보 식품공감

## 2023년 9월호



식품안전정보

안전한 추석명절 보내기



알아두면 좋은  
쏙쏙정보

기능성표시식품 바로알기  
이물 발견시 대응 요령



이달의  
보도자료

적극행정 추진  
소비기한 참고값 제공



최근 법령 등  
제·개정정보

「수입식품안전관리 특별법  
시행규칙」 입법예고  
「나트륨·당류저감 표시기준」  
행정예고

# 안전한 추석명절 보내기



## 명절음식 장보기 요령



실온제품



과일·채소



냉장제품



육류



어패류



- ✓ 상온에 오랜 시간 방치되지 않도록 어패류와 냉장·냉동식품은 가급적 마지막에 구입하기
- ✓ 어패류, 육류는 육즙 등이 흘러 다른 식재료를 오염시킬 수 있으므로 주의하여 장보기

## 명절음식 조리 요령

일부 위해성분이 포함된 식재료는 주의해서 조리하기

● 토란



옥살산칼슘  
호모겐티신산

● 고사리



프타퀼로사이드

복통, 구토, 두통 유발  
끓는 물에 5분 이상 삶은 후 물에 담갔다 사용



송편 찌 때 사용하는 솔잎은  
농약을 살포했을 가능성이 있어  
야산에서 채취한 것은 사용 금지!



식품에 직접 접촉 가능한  
키친타월(위생용품) 사용  
달력, 신문 등은 부적절!

식중독 예방수칙 준수하여 안전하게 조리하기



흐르는 물에  
비누로  
30초 이상 손씻기



중심온도 75℃  
(어패류 85℃)  
1분 이상 익히기



칼·도마는  
용도별로  
구분해서 사용



명절 음식은 많은 양을 미리 조리하여 보관하는 경우가 많으므로  
2시간 이내로 식혀서 덮개를 덮어 냉장고에 보관하고,  
보관된 음식은 반드시 재가열한 후 섭취하기!

# 안전한 추석명절 보내기



## 명절음식 건강하게 즐기기



떡갈비

403kcal(200g)



잡채

291kcal(200g)



쇠갈비찜

256kcal(300g)



개송편

219kcal(100g)



명절음식은 기름에 튀기고 볶는 등 고열량, 고지방 음식이 많으므로 과식하지 않도록 식사량을 조절하는 것이 필요합니다.

▶ 영양정보는? 식품안전나라 > 영양성분 데이터베이스

## 성묘길·귀경길 식중독 예방 요령



- ✓ 휴게소 등에서 구입한 음식이나 음료수는 가급적 바로 섭취하기
- ✓ 조리음식 차량으로 운반 시 아이스박스 등에 넣어 보관하기
- ✗ 4°C~60°C는 식중독균 성장 가능성이 높은 위험 온도 구간으로 차에 오랜 시간 방치 시 식중독 발생 위험이 높아집니다!
- ✓ 안전성이 확인되지 않은 계곡물이나 샘물, 덜 익은 과일이나 야생버섯 등을 함부로 섭취하지 않기

## 선물용 건강기능식품 구매 요령

### ✓ 건강기능식품 마크·문구 확인하기

식약처가 인정한 건강기능식품에는 마크 또는 문구가 표시되어 있습니다.

### ✓ 표시사항 확인하기

제품에 표시된 기능성내용, 섭취량, 섭취방법, 주의사항 등을 확인합니다.

### ✓ 허위·과대광고에 현혹되지 않기

질병의 치료나 허위·과대표현으로 구매를 유도하는 부당한 광고에 주의합니다.

### ✓ 개인 간 거래하지 않기

건강기능식품은 허가받은 영업자 외 개인이 판매할 수 없으므로 중고거래 등에 주의합니다

식품안전나라  
>건강기능식품

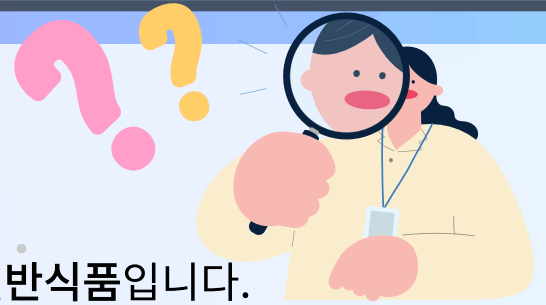


# 기능성 표시 식품 바로알기



## “기능성 표시식품”이 뭔가요?

기능성을 나타내는 원료 또는 성분을 사용하여 일정 요건을 갖춘 경우 기능성을 표시할 수 있도록 한 일반식품입니다.



### 대상

기능성을 표시 또는 광고하려는 식품 등

✓ 주류, 특수의료용도 식품, 영·유아대상 식품, 임산부·수유부대상 식품 등은 제외

### 기능성

다음에 해당하는 원료 또는 성분 사용

- 1 고시형 : 「건강기능식품의 기준 및 규격」 고시형 원료 중 29개
  - 2 개별인정형 : 개별인정형 건강기능식품 원료 중 식약처장이 일반식품에 사용할 수 있다고 인정한 기능성 원료
  - 3 실증 : 과학적 자료로 입증 가능한 기능성 원료 또는 성분  
(특정 영양성분의 대체·제거·감소, 숙취해소, 발효유류의 장건강·위건강 기능성 등)
- ✓ 건강민감계층 관련, 성기능·생식기 건강, 질병발생 위험 감소 기능에 대한 내용은 제외

### 요건

- 1 HACCP 인증업소에서 제조·가공되어야 함
- 2 기능성을 나타내는 원재료 또는 성분의 함량이 1일섭취량의 30% 이상
- 3 기능성을 나타내는 원료 또는 성분은 GMP인증업소에서 제조·가공된 것이어야 함

## 기능성표시식품과 건강기능식품은 다릅니다!

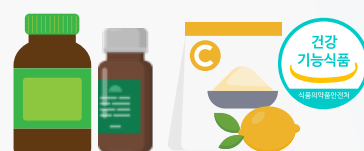
### 기능성표시식품



○○에 도움을 줄 수 있다고 알려진  
○○이 들어있습니다.

➡ 한국식품산업협회 누리집에 정보공개

### 건강기능식품



✓ 건강기능식품은 마크가 있습니다!

○○에 도움을 줄 수 있습니다.

➡ 식품안전나라 누리집에 정보공개

# 이물 발견시 대응 요령



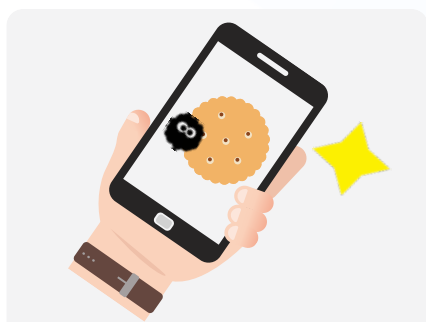
## 식품에서 이물이 나온다면?

이물이란 정상식품의 성분이 아닌 물질로  
섭취할 때 위생상 위해가 발생할 우려가 있거나 섭취하기에 부적합한 물질

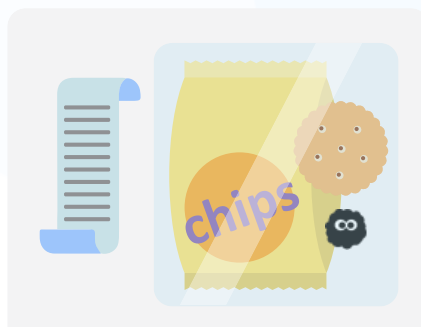


**동물성** 털, 배설물, 알 등   **식물성** 곰팡이, 짚, 겨 등   **광물성** 흙, 금속, 유리 등

### • 이물 발견시 이렇게 하세요!



상황 확인 및 사진 촬영



이물 밀봉 보관



이물 발견 신고

- 1 이물이 발견된 상황을 기억하고, 이물의 사진을 찍어두세요  
예시) ○월○일 □□마트에서 구입함,  
개봉 후 바로 제품을 한입 베어 물었는데 안쪽에서 이물이 씹혔음
- 2 이물 등은 밀봉하여 보관하세요  
원할한 조사를 위해 제품 포장지, 내용물 및 이물, 구매 영수증 등을 잘 보관해주세요.  
✓ 이물이 분실·훼손되면 조사가 어려워요!
- 3 즉시 국번없이 1399 등 신고센터에 신고해주세요  
1399 외 소비자단체, 제조업체 고객센터, 배달앱 등을 통해서도 신고가 가능합니다.

### • 이물조사는 이렇게 진행됩니다!



이물 신고 접수시 관할 지자체 또는 식약처(지방청)에서 이물조사가 진행됩니다.

#### 이물보고서 검토

소비·유통과정 중  
혼입됐을 개연성 확인,  
업체정보 사전 수집



#### 제품 및 이물정보 조사

제품의 정보  
(유통기한, 포장단위 등)와  
이물의 종류·성상 등 조사



#### 이물 혼입경로 조사

원재료 입고 및 보관,  
제조공정 및 제조시설,  
종사자 위생관리 등 조사



#### 결과판정

신고자 통보  
및 행정조치



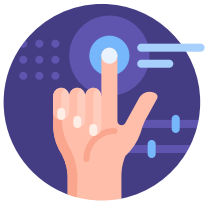
## 식약처, 식품안전과 국민편의를 향상시키는 적극행정 추진

식약처, 올해 상반기 적극행정 우수사례 6건 선정



### 국가 간 비관세장벽 해소로 식품 수출 활성화 지원

베트남, 국내 수출 조미김·김치에대한 미생물 규격 적용 해제('23.2.), 유럽연합, 한국산 식이보충제의 에틸렌옥사이드 강화 조치 철회('22.12.)



### 인공지능 기술을 활용한 '식품안전나라' 디지털 전환

인공지능 챗봇 '푸드' 식품안전나라 누리집에 구축·탑재  
디지털 정보 취약계층을 위한 '읽어주는 식품안전뉴스' 서비스 마련·제공



### 배달라이더 배달함 위생·안전 관리

전국배달라이더협회와 함께 '배달원·배달함 세척·소독서비스 시범사업' 추진  
배달함 세척·소독서비스 및 세척·소독가이드라인 마련·배포



## 유탕면, 조림류 등 소비기한 참고값 추가 제공

소비기한 표시를 준비하는 식품 영업자들에게 소비기한 참고값을 제공하기 위해  
작년부터 2023년 1월 19일까지 34개 식품유형 430개 품목을 공개한데 이어  
8월 2일, 39개 식품유형 120개 품목의 **소비기한 참고값 추가 공개**

영업자는 자신이 제조·판매하는 제품의 특성, 포장방법, 유통환경 등을 고려해  
가장 유사한 품목을 선택하고 해당 품목의 **소비기한 참고값의 범위 내에서**  
자사 제품의 **소비기한 설정 가능**

- 식품안전나라 누리집([www.foodsafetykorea.go.kr](http://www.foodsafetykorea.go.kr))
- 한국식품산업협회 누리집([www.kfia.or.kr/kfia/main.php](http://www.kfia.or.kr/kfia/main.php))



유탕면

유통기한  
92~183일



소비기한참고값  
104~291일



조림류

유통기한  
3~14일



소비기한참고값  
4~21일



자연치즈

유통기한  
30일



소비기한참고값  
34~46일



# 법령 등 제·개정 정보



## 「수입식품안전관리 특별법 시행규칙」 일부개정령(안) 입법예고 (23.8.21.)



### 수입식품 분야 영업등록증 전자영업등록증으로 전환

기존 종이 형태로만 발급가능한 영업등록증을 전자영업등록증으로 전환

### 수출식품등에 대한 위생증명서 신청 시 구비서류 인정범위 확대

수출신고필증 외 선적사실을 확인할 수 있는 서류(선하증권, 송장, 포장명세서)까지 인정

### 부적합 수입식품의 용도전환 범위 확대

통관검사에서 부적합 판정된 수입식품을 농식품부 장관 승인 하에 사료로 용도전환 허용  
(현행)식물성 원료와 이를 가공한 식품 (확대)현행+동물성 원료와 이를 가공한 식품



## 「나트륨·당류저감 표시기준」 일부개정고시(안) 행정예고(23.8.25.)

### 나트륨 저감 표시 대상 확대

김밥, 주먹밥, 냉동밥, 만두에도 '덜 짠', '나트륨 줄인' 등의 표시 가능

(현행) 유탕면, 즉석섭취식품(삼각김밥), 즉석조리식품(국·탕·찌개·전골)

(확대) 현행+즉석섭취식품(김밥·주먹밥), 즉석조리식품(냉동밥), 만두



자사유사제품 대비 나트륨 25% 줄인 제품

식약처 평균값 대비 나트륨 함량 10% 낮춘 제품

### 당류 저감 표시 대상 신설

가공유, 발효유, 농후발효유에 '덜 단', '당류 줄인' 등의 표시 가능

# 식품생활정보 식품공감 2023년 9월호

## 출처 및 참고자료

### ● 식품안전정보

#### 1. 안전한 추석명절 보내기

- 식품의약품안전처>알림>언론홍보자료>보도자료>안전하고 건강하게 추석연휴 보내는 방법
- 식품의약품안전처>알림>언론홍보자료>보도자료>식약처, 식품 등 온라인 중고거래 점검 결과

### ● 알아두면 좋은 쏙쏙정보

#### 1. 기능성 표시 식품 바로알기

- 식품의약품안전처>알림>언론홍보자료>보도자료>기능성 표시식품과 건강기능식품은 다릅니다
- 「부당한 표시 또는 광고로 보지 아니하는 식품등의 기능성 표시 또는 광고에 관한 규정」

#### 2. 이물 발견시 대응 요령

- 식품의약품안전처>법령/자료>자료실>안내서/지침>식품 이물관리 업무매뉴얼(2021)

### ● 이달의 보도자료

#### 1. 식약처, 식품안전과 국민편의를 향상시키는 적극행정 추진

- 식품의약품안전처>알림>언론홍보자료>보도자료>식약처, 식품안전과 국민편의를 향상시키는 적극행정 추진

#### 2. 유탕면, 조림류 등 소비기한 참고값 추가 제공

- 식품의약품안전처>알림>언론홍보자료>보도자료>유탕면, 조림류 등 소비기한 참고값 추가 제공

### ● 최근법령 등 제개정 정보

#### 1. 「수입식품안전관리 특별법 시행규칙」 일부개정령(안) 입법예고 (23.8.21.)

- 식품의약품안전처>알림>언론홍보자료>보도자료>수입식품 분야에 전자영업등록증 도입.영업자의 행정적 편의가 향상됩니다
- 식품의약품안전처>법령/자료>법령정보>입법/행정예고>수입식품안전관리 특별법 시행규칙 일부개정령안 입법예고 (제2023-407호)

#### 2. 「나트륨·당류저감 표시기준」 일부개정고시(안) 행정예고(23.8.25.)

- 식품의약품안전처>알림>언론홍보자료>보도자료>‘덜 짭’ 김밥 ‘덜 단’ 요거트...소비자의 선택이 확대됩니다.
- 식품의약품안전처>법령/자료>법령정보>입법/행정예고>나트륨·당류저감 표시기준 일부개정고시안 행정예고 (제2023-422호)

## 발행처

- 광주지방식품의약품안전청 식품안전관리과 광주광역시 북구 첨단과기로 176번길 39
- [www.mfds.go.kr/gwangju/index.do](http://www.mfds.go.kr/gwangju/index.do) > 소통알림 > 공지사항



[공직자 부조리 및 공익신고안내] ※신고자 및 신고내용은 보호됩니다.

- ▶ 부조리 신고 : 식약처 홈페이지 "국민신문고 > 공직자 부조리 신고" 코너
- ▶ 공익 신고 : 식약처 홈페이지 "국민소통 > 신고센터 > 부패·공익신고상담" 코너