

*** 今日の健康 (4月) ***

< 健康食品 >

健康食品とは健康に役立つ食品全般を指し、特に法律で定義されている物ではありません。小林製薬の「紅麹コレステヘルプ」、「ナイシヘルプ+コレステロール」、「ナットウキナーゼさらさら粒GOLD」は、悪玉コレステロールを下げる、L/H比を下げるなどと表示されている機能性表示食品です。

小林製薬が製造販売した「紅麹(こうじ)」成分入りのサプリメントを摂取した人に健康被害が相次いでいる問題で、厚生労働省は会社側の調査で健康被害の訴えがあった製品のロットで、青カビから発生することがある「プベルル酸」という物質が確認されたことを明らかにしました。原因物質かどうかはわからないということで厚生労働省は国立医薬品食品衛生研究所で過去3年分のサンプルを分析し、特定を進めることにしています。

平成27年に始まった機能性表示食品の制度は、健康に関する有効性や機能性について、消費者庁に届け出さえすれば、国の審査の必要はなく表示でき、表示できる言葉は企業側が比較的自由に設定できます。安全性や機能性の根拠を担保するのは企業で、国のお墨付きが与えられているかのような印象がありますが、国は一切の責任は負いません。

成分を濃縮させて作るサプリメントは過剰摂取の危険性が大きく取り締まる法整備が必要であると指摘されています。

トクホ(特定保健用食品)は臨床試験(治験)等の科学的な根拠を提示して国に認められる必要があり、個別審査により消費者庁に承認される迄に手間や高額な費用が必要な一方、今回問題の機能性表示食品は容易に登録できます。

健康食品の分類表

種類	例	対象	効き目・働き・安全性・認可	表示
特別用途食品	OS 1(熱中症対策) メイバランス、 とろみ食品	乳児、妊産婦、 老人、など医学 的に栄養学的 な配慮が必要	機能について消費者庁が許可・保障している。	
保健機能食品	特別保健 用食品 (トクホ)	食生活などが 原因で生活習 慣病がある人	成分の機能に関して、ある一定の化学的根拠があると国によって認められている。個別審査により消費者庁に承認されている。認可まで時間がかかり、メーカー側は1億円以上費用が必要。	
	栄養機能 食品		13種のビタミンと6種類のミネラル n-3系脂肪酸の含有量が規格基準を満たしている。届け出や申請は不要	「栄養機能食品 (○□)」
	機能性表 示食品		大麦若葉青汁 大正DHA・EPA カロリーミット 血糖サポート	安全性や機能の化学的根拠などが事業者によって消費者庁に届け出られたものの。事業者の責任でパッケージに機能を表示できる食品。 国は責任を持たない。
いわゆる 健康食品	どくだみ茶 はと麦茶		化学的根拠があるとはかぎらない	「栄養補助食品」 「健康補助食品」 「栄養調整食品」

前澤クリニック 内科・小児科 0422-30-2861

天文台通り もみじ山公園バス停裏