

# あなたも知っておきましょう

## 相談：健康食品について教えてください

### おこたえ

皆さんは「健康食品」にどのようなイメージをお持ちですか。毎日、目にする新聞やテレビでも、健康食品に関する情報や広告があふれていますが、今一つ分かりにくいというのが実情ではないでしょうか。

健康食品について、法令的な定義付けはありませんが、下図に示すように、健康食品はあくまでも食品の範ちゅうに入り、医薬品・医薬部外品とは異なります。従って、専ら医薬品として使用される成分本体を、健康食品の素材として使用することは認められていません。また、効能効果の表示に関しても医薬品と誤認されるような表現方法は禁止されています。

医薬品 (医薬部外品を含む)	…………… 保健機能食品 ……………		一般食品 (いわゆる健康食品を含む)
	特定保健用食品 (個別許可型)	栄養機能食品 (規格基準型)	

「いわゆる健康食品」とは、健康に関する効果や食品の機能等を表示して販売されている食品であって、保健機能食品（国が規格基準、表示基準等を定めている）でないものをいい、健康補助食品、栄養補助食品、サプリメント等がありますが、近年の健康志向の高まりで市場規模も拡大しそれに伴いダイエット用や強壮剤を標ぼうして販売されている商品等による健康被害事例も増えてきました。消費者に注意をうながすため、「いわゆる健康食品」については健康増進法や食品衛生法等の法令で定められている事項の他、次に掲げる事項を表示することとされています。

- 一日あたりの摂取目安量
- 通常の形態及び方法によって摂取されないものにあっては、摂取の方法
- 摂取をする上での注意事項
- バランスの取れた食生活の普及啓発を図るため、「食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。」と表示すること。

### 消費者コーナーニュース No.98

(平成18年3月)

編集・発行 **京都市衛生公害研究所**

〒604-8845 京都市中京区壬生東高田町1番地の2  
(西大路松原東へ200m南側) TEL(075)312-4942  
FAX(075)311-3232

京都市印刷物 第173192号

京都市衛生公害研究所ホームページ <http://www.city.kyoto.jp/hokenfukushi/eikouken/>

附近案内図

N

西大路通 西土居通 御前通

松原通 入口

京都市衛生公害研究所

古紙100%の再生紙を使用しています。

— 同じです あなたとわたしの 大切さ —