

あおばだより

Vol.11

あおば薬局

保険機能食品をご存じでしょうか？



◆保険機能食品制度とは

従来、多種多様に販売されていたいわゆる健康食品のうち、一定の条件を満たした食品を“保険機能食品”と称することを認める制度です。国への許可等の必要性や食品の目的、機能等の違いによって、「特定保健用食品」、「栄養機能食品」、「機能性表示食品」に分けられます。

	栄養機能食品	特定保健用食品 (トクホ)	機能性表示食品
対象品	・ミネラル5種類、 ビタミン12種類の いずれかの成分 を含む食品	・食品全般 	・食品全般 (サプリメントや加 工食品、生鮮食 品も含む)
評価者	・国が定めた基準 を満たしたら	・国 ・消費者庁	・企業による届け 出制
機能の表示	・一言一句決めら れた定型文で栄 養機能を表示	・体にどう機能す るか表示	・体にどう機能す るか表示
表示例	・ビタミンAは、皮 膚や粘膜の健康 維持を助ける栄養 素です。	・食後の血糖値 が気になる方に ・脂肪の吸収を 抑える	・花粉が気になる 方の目や鼻の調 子を整えます。 ・目の健康維持 に役立ちます。

栄養機能食品は、高齢化や不規則な生活により1日に必要な栄養成分を取れない場合など、栄養成分の補給を主な目的として摂取する人に対して、その栄養成分の機能の表示をしている食品です。

食事から必要な栄養素を十分にとることができない場合の補助として利用するものです。

商品の使用用途もしっかり理解してから選びましょう。例えば、体脂肪対策のトクホ飲料でも、「脂肪を消費しやすくするもの」「脂肪の吸収自体を抑えるもの」など

商品によってメカニズムが異なります。

商品に記載されている摂取方法をよく見て自身に適したものを選ぶことが大切です。



◆ビタミン剤・サプリメントの違い

医薬品のビタミン剤は、薬事法で定められている成分含有量等の基準値をクリアした製品であるため、具体的に効能効果を表示することができます。そのため、効能効果が得られる1日分の摂取量が定められており、服用についても基準が決められています。

一方サプリメントは、商品衛生法で食品添加物として認められているものに限りされており、効能効果、1日の服用量を表示することはできません。

保険機能食品のマークがついている食品の紹介



《OS-1》

個別評価画型病者用食品の表示許可を取得しています。下痢・嘔吐・発熱を伴う脱水症状時お水・電解質を補給・維持するのに適した病者用食品です。



《骨にカルシウムウエハース》

栄養機能食品です。1枚にカルシウム300mgを配合したバニラ味のウエハースです。カルシウムは、骨や歯の形成に必要な栄養素です。