



食品安全委員会の 「健康食品に関するメッセージ」の紹介①

1. 食品安全委員会から「健康食品に関するメッセージ」が発表されました。(2015年12月)

健康食品による健康被害を防ぐことを目的に出されたメッセージを、今回8月号と9月号で紹介します。

「健康食品に関するメッセージ」

※ここでいう健康食品とは、健康やダイエットへの効果をうたって販売されている食品です。

特定保健用食品、栄養機能食品、機能性表示食品も含まれます。

① 食品安全委員会のメッセージに込めた願い

健康や体にいいと思い、特別に心を配り費用をかけて摂る健康食品。その健康食品で健康被害が出ることをなくしたい。

健康食品に限らず食品には多かれ少なかれ「健康被害を起こす可能性(リスク)」があります。健康食品は、有害物質が入っているかどうかということだけでなく、摂る量や摂り方に問題がある場合にも健康被害が起こるので、特別の注意が必要です。このメッセージは、健康食品を摂るかどうかを判断する時に考えるべき基本事項を提示しています。

② 健康食品に関するメッセージのエッセンス<前半>

(1) 「食品」であっても安全とは限りません。

- 健康被害のリスクはあらゆる食品にあります。
健康食品にも健康被害が報告されています。
- 「天然」「ナチュラル」「自然」のものが、安全であるとは限りません。
これは食品全般に言えることです。
- 栄養素や食品についての評価は、食生活の変化や科学の進展などにより変わることがあります。
健康に良いとされていた成分や食品が、その後、別の面から健康を害することがわかることも少なくありません。



(2) 多量に摂ると健康を害するリスクが高まります。

錠剤・カプセル・粉末・顆粒の形態のサプリメントは、通常の食品よりも容易に多量を摂ってしまいやすいので、注意が必要です。

詳しくは食品安全委員会:「健康食品」に関する情報

<https://www.fsc.go.jp/osirase/kenkosyokuhin.html>



2. メッセージが出された背景

国民の半数以上の人々が摂っていると回答する「健康食品」

① 利用者および利用金額は年々増加しています。

2015年… 利用者は5,758万人(成人の55%)と推定されています。(前年比101.6%)

利用者の推定年平均利用金額は27,414円となっています。

② 「健康食品」で健康を害する事例やトラブルも多く報告されています。

消費者庁と国民生活センターが運営する「事故情報データベース」で
フリーワード「健康食品」で検索すると食料品で、4,432件の事例が出てきました。

6/23付

http://www.jikojoho.go.jp/ai_national/



例1.「便がどっさり」との新聞広告を見て注文。飲んだら腹痛を伴いさらに便秘した。解約したい。

例2.ダイエット食品を飲んで吐き気と下痢症状が出た。業者が解約に応じてくれない。

※体調をくずしたということと合わせて、解約に関してのトラブルが多く報告されています。

健康食品の市場規模



※朝日新聞((株)インテージ調べ)より



3. 内閣府食品安全委員会とは

食品安全委員会は、国民の健康の保護が最も重要であるという認識の下、食品の健康リスクを評価するリスク評価機関です。

厚生労働省や農林水産省、消費者庁などのリスク管理機関から独立して、科学的客観的かつ中立公正にリスク評価を行っています。

食品安全委員会 <http://www.fsc.go.jp/>



次回…「健康食品に関するメッセージのエッセンス<後半>」と「健康食品の情報の見極め方」を紹介します。