

「健康食品」の表示の検討に係るヒアリング

第50回消費者委員会 平成23年3月11日(金)

「健康食品」の宣伝・広告等の現状と問題点 ～食生活教育の立場から～

- ◆ 「健康食品」利用の健康問題－食生活教育から－
- ◆ 「健康食品」の広告・表示の現状
- ◆ 広告・表示の望ましい姿について
- ◆ 消費者への情報提供について
- ◆ 「健康食品」という呼称の問題性

群馬大学教育学部家政教育講座
高橋 久仁子

健康保持用摂取品：栄養成分の補給など保健、健康増進のために用いる食品であって、錠剤、カプセル、顆粒状など通常の医薬品に類似する形態をとるもの

総務省統計局

健康保持用摂取品への支出は10年前の2倍以上

次に、サプリメントなどの健康保持用摂取品^(注)の1人当たりの年間支出金額の推移をみてみましょう。価格変化分を除いた支出金額を平成8年を100とした指数でみると、18年は、17年と比べると減少していますが、10年前に比べて2倍以上となっています（図2）。

世帯主の年齢とともに増加する健康保持用摂取品への支出

最後に、世帯主の年齢階級別に1人当たりの健康保持用摂取品の年間支出金額をみると、世帯主の年齢が高い世帯ほど多くなっています。また、平成18年の年間支出金額を10年前と比べると、すべての年齢階級で多くなっています。特に60歳以上の世帯は、約2倍となっており、最も大きく増加しています（図3）。

（注）健康保持用摂取品…栄養成分の補給など、健康増進のために用いる食品で、錠剤、カプセル、顆粒状、粉末状、粒状、液（エキス）状など通常の医薬品に類似する形態をとるもの。

図2 健康保持用摂取品の世帯員1人当たり
実質金額指数の推移

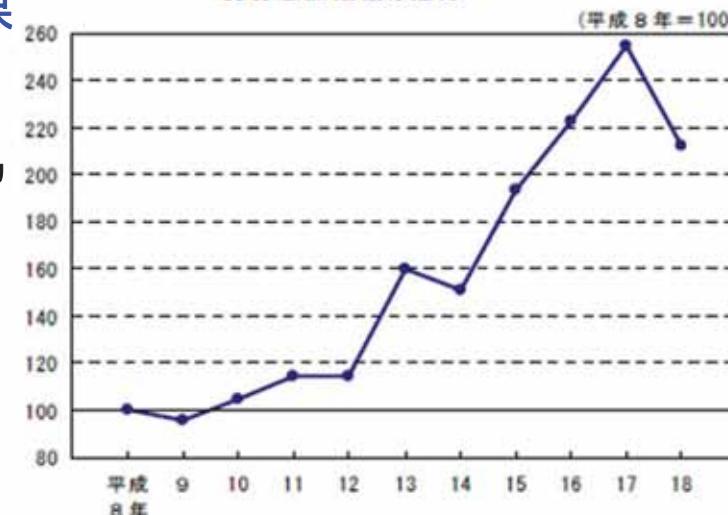
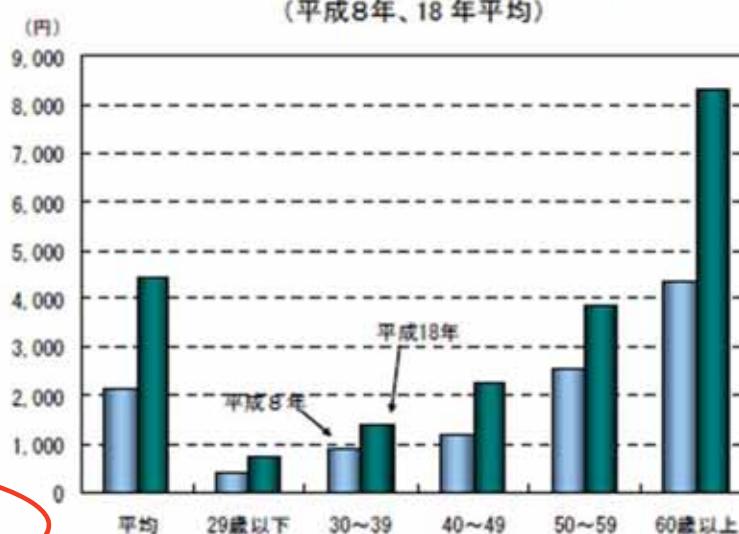


図3 世帯主の年齢階級別世帯員1人当たり
健康保持用摂取品の年間支出金額
(平成8年、18年平均)



「健康食品」利用の健康問題

- ①有毒物質の含有：クロレラ中のヘオホーバイド、Kava製品
- ②医薬品成分の含有：血糖降下剤グリベンクラミド添加製品で低血糖
- ③一般的の食品成分でも病態によっては有害
- ④抽出・濃縮等による特定成分の大量摂取
- ⑤食生活改善の錯覚
- ⑥「効果」の過信・思い込まされによる標準医療の軽視
- ⑦非食品の食品化：食用歴のないプロポリス、イチョウ葉等が「食品化」

③一般的の食品成分でも病態によっては有害

◆タンパク質系

緑黄色野菜が不足し	
クロレラ	
商品番号	価格
5012	1,470円 (1,400円)
徳用タイプ	3,930円 (3,800円)

19種類のアミノ酸を配合

人の身体に欠かせない9種類の必須アミノ酸を含む19種類のアミノ酸を、バランス良く配合しました。1日15粒で2000mgのアミノ酸を手軽にお摂りいただけます。

●1日の目安 5~15粒

商品番号	価格	内容量
5055	2,310円 (2,200円)	約450粒 (1粒の重量300mg) 約30~90日分
5055-03	6,195円 (5,900円)	1袋(約450粒)×3 約90~270日分

◆核酸系

大豆由来の植物性たんぱく質(アミノ酸スコア100)

プロテイン

●1日の目安 大さじ1杯(約8g)

商品番号 価格 内容量

5008 945円
(900円) 250g
約30日分

徳用タイプ 2,520円
5008-03 (2,400円) 750g
約90日分



[主要成分／100g中]
たんぱく質…84.6g (アミノ酸スコア100)

- タンパク摂取制限患者へのプロテイン, クロレラ, アミノ酸製品
- 腎機能低下患者へのCa高含有製品
- 痛風・高尿酸血症者への核酸, クランベリー含有製品

④抽出・濃縮・乾燥等による特定成分の大量摂取

根拠のない常套句
「医薬品ではありません。食品だから安全です。」

食品成分といえども危害要因になり得る

- β カロテン錠剤の摂取で喫煙者の肺ガン罹患率が増加
- 乾燥アマメシバ摂取による閉塞性細気管支炎
- アレルギー性の肝障害・肺障害
- 自己免疫疾患の誘導
- 緑茶抽出物錠剤で肝障害

⑤食生活の改善を錯覚させる

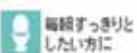
18種類の野菜をぎゅっと凝縮

野菜不足と分かっていても、なかなか十分には摂りにくいもの。そこで、厳選した18種類の野菜を小型のタブレットにぎゅっと凝縮しました。



日本で古くから食されてきたなじみの深い野菜を中心として、緑・赤・黄・紫色の野菜がバランスよくとれるよう工夫しました。

また、通常の食事からは摂りにくいウコン、モロヘイヤ、大麦若葉、ケールなども配合しており、食生活が偏りがちな現代人の健康をしっかりとサポートします。



■内容量

350mg×150粒(タブレット) 約30日分

■一日の目安

5粒

A : 目安量5粒：
生の野菜
22 g 分

B: 1日の目安:5粒
 $260\text{mg} \times 5\text{粒} = 1.3\text{g}$
野菜は90~95%が水分。
生の野菜**20g程度**でし
かない

健康維持を目指すためには、数多くの野菜の生理機能を意識しながら、バランスよく摂取することが重要です。「」は、18種類の機能性の高い野菜をバランス良く配合。野菜の力をしっかりプラスして、内側から元気を養いましょう。

「野菜不足を解消できる」とは書いてないが、そう錯覚させていいのか。

C: 目安量5粒：
生の野菜
15 g 分



こんな方におすすめ

- 食事が不規則な方に。
- 野菜が嫌いな方に。
- 野菜不足が気になる方に。

現代人は野菜不足！
家族の健康な野菜生活を
しっかりサポートします！

厚生労働省が目標にあげている、日本人の野菜の摂取量は1日350g。実際には、平均で300g弱程度しか摂取できておらず、日本人は全体的に野菜不足の状態といわれています。(平成20年国民健康・栄養調査)

「ご家族の健康な毎日のために、野菜をバランスよく、安心して手軽に補っていただきたい」…そう考えて
は、「」を開発、発売以来ロングセラ
ー商品として、多くの方に続けていただいている
私の自信作です。

行間を読まされる消費者～「〇に効く」とは書いてない、書いてないのに読まされる～

毎日1本。飲むコラーゲン
しっとり・ぷるぷる・すつきり

若々しく
ありたいすべての方へ
▼
凝縮したゴマの健康パワーを

“負けないいちから”を
目指すあなたへ
▼
一步先ゆくプロポリスを

“うっかり”が
最近気になるあなたへ
▼
高齢社会注目のARA(アラキドン酸)を

パソコンを
よく使うあなたへ
▼
北欧産ビルベリーのちからを

明晰な毎日を
送りたいあなたへ
▼
今注目のハーブ・イチョウ葉を

美容に心がけ、
輝いていたいあなたへ
▼
女王蜂だけの健やかパワーを

海洋性の4大美容成分配合。
マリンコラーゲン5,000mg配合

こんな方におすすめ

- ・ハリや“うるおい”が欲しい方
- ・お化粧を楽しみたい方
- ・外にいる時間が長い方

桑の葉エキス+ギムネマエキス
糖値サポート



◎主要成分(1粒中)
桑の葉エキス 60mg、
ギムネマエキス 50mg 他

内容量 39.6g (220mg×約180粒)
約30日分／1日の目安6粒

品番 5103 1,500円

こんな方におすすめします。

- ・中性脂肪が気になる方
- ・青魚を毎日食べられない方
- ・甘い物や果物をよく食べる方
- ・宴席が多い方

青魚を毎日 食べられないあなたへ 「海の元」EPA

EPAは、イワシやサバなど青魚に多く含まれるDHAと同じ不飽和脂肪酸の一種です。動物性の油は、常温で白く固まるのに比べ、油分を多量に含む魚の油は、低温の海の中でもサラサラです。近年、動物性の油の摂取量の増加に比べ、EPAの摂取量は減少傾向にあります。

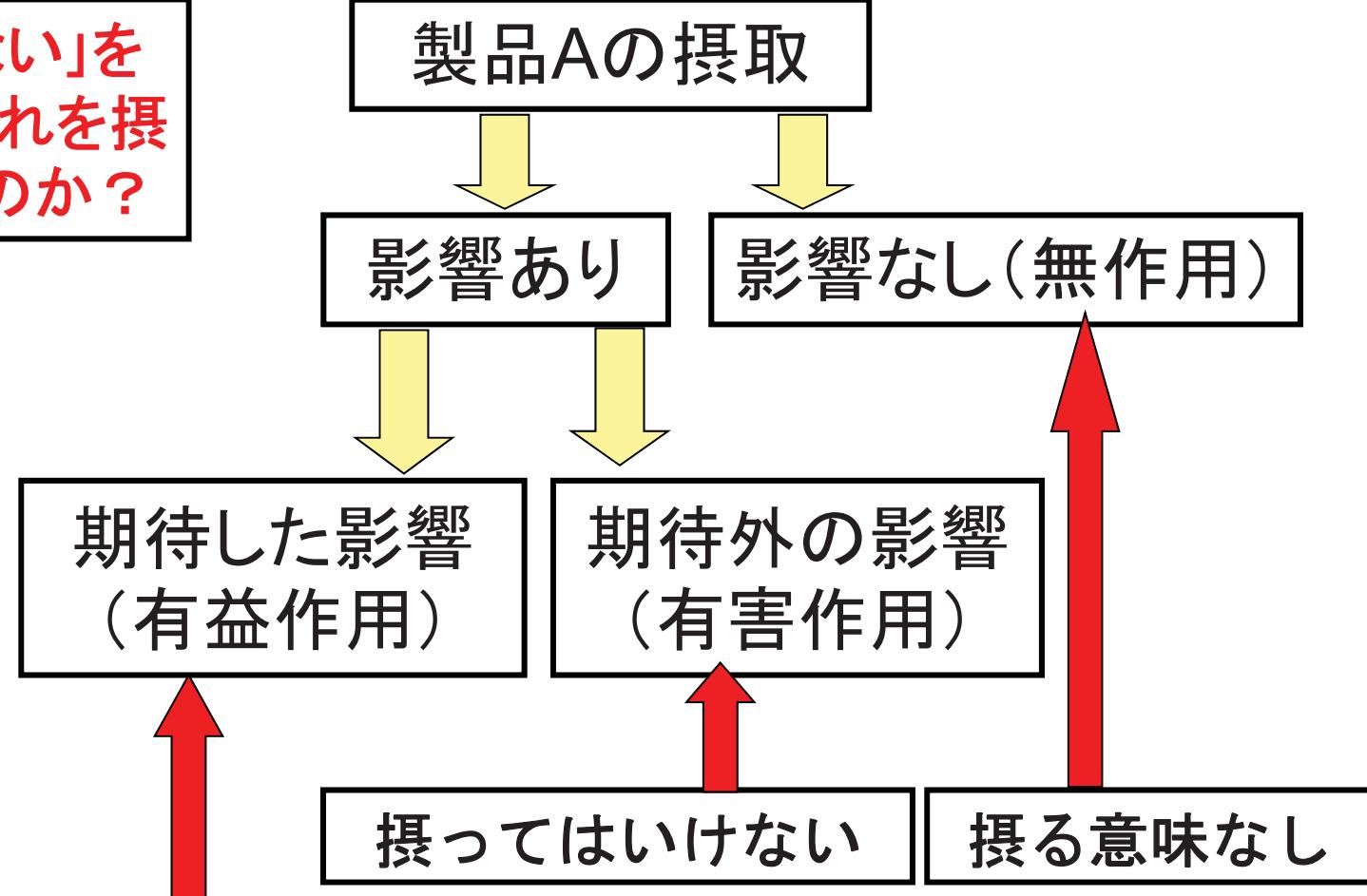
私たちは、この大切なEPAを、体内でほとんどつくることができません。ですから、毎日の食生活で積極的に体にとり入れていくことが大切なのです。

お薬を服用中、通院中、妊娠・授乳中の方、糖尿病の方、お子様はお医者様とご相談の上お召し上がりください。

「健康食品」による影響の判断と対処

「効く」「効かない」を論じる前に、それを摂取して安全なのか？

医薬品は「効果が害を上回る」なら使う。
「健康食品」にそれを適用できるのか。



「効いた」と感じたなら無条件に利用(摂取)していいのか。
その作用のメカニズムは？安全性は？

食品中のいわゆる「機能性成分」を配合した製品では、**有効性を発現させるため**、そして**有害性を発現させないために****摂取量・摂取方法の指示**が必要となる。

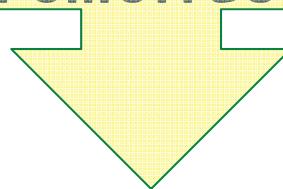
食品の摂取量・摂取方法は個人の自由な裁量に委ねられるべきもの。過剰摂取の有害性が明らかなアルコール飲料や食塩も摂取量は個人の判断に帰す。

「用法・用量」的なことを指示する必要がある製品を**「食品」の範疇に含めること**に問題があり、これは食生活教育を複雑化させ、混乱させる一因となる。

「一定の機能性表示を認める新たな制度設計の可能性」を検討するのであれば、「食品」とは別の範疇で行っていただきたい。

◆総務省・家計調査では
健康保持用摂取品とは、栄養成分の補給など保健、健
康増進のために用いる食品であって、錠剤、カプセル、
顆粒状など通常の医薬品に類似する形態をとるもの

- 「健康食品」
- 「栄養補助食品」
- 「健康補助食品」
- Dietary Supplements:サプリメント



健康への好影響を期待して経口摂取する製品

健康期待品、保健機能品

とすべきではないか。