

栄養機能食品に関する食品表示基準の 一部改正について

2026（令和8）年8月
消費者庁食品表示課

栄養機能食品制度の概要

栄養機能食品の定義

食生活において別表第十一の第一欄に掲げる**栄養成分**（ただし、錠剤、カプセル剤等の形状の加工食品にあつては、カリウムを除く。）**の補給を目的として摂取をする者に対し、当該栄養成分を含むものとしてこの府令に従い当該栄養成分の機能の表示をする食品**（特別用途食品及び添加物を除き、容器包装に入れられたものに限る。）をいう。

食品表示基準（平成27年内閣府令第10号）第2条

対象食品

消費者に販売される容器包装に入れられた一般用加工食品及び一般用生鮮食品。

食品表示基準（平成27年内閣府令第10号）第7条及び第21条

対象者

対象者は限定しないが、必要に応じ注意事項を表示する。

消費者委員会食品表示部会（第33回）資料5（平成26年10月15日）

規定

- 栄養機能食品として販売するためには、1日当たりの摂取目安量に含まれる当該栄養成分量が定められた下限値・上限値の範囲内にある必要がある。
- 基準で定められた当該栄養成分の機能だけでなく注意喚起表示等も表示する必要がある。
- 個別の許可申請を行う必要がない自己認証制度となっている。

食品表示基準（平成27年内閣府令第10号）第7条及び第21条

栄養機能食品に関する表示義務事項

	義務表示事項	留意事項
1	栄養機能食品である旨及び当該栄養成分の名称	「栄養機能食品（〇〇）」と表示する（〇〇は、「亜鉛」、「ビタミンA」、「ビタミンB ₁ ・ビタミンB ₂ 」等の栄養成分の名称とする。）。
2	栄養成分の機能	食品表示基準別表第11第3欄に掲げる事項を表示する。表示内容の主旨が同じものであっても、変化を加えたり、省略したりすることは認められない。
3	1日当たりの摂取目安量	当該摂取目安量に含まれる食品表示基準別表第11第1欄に掲げる栄養成分の量が、同表第2欄及び第4欄に定められた下限值・上限値の範囲内にある必要がある。
4	摂取の方法	当該食品における摂取の方法を消費者が理解しやすい文言で表示する。
5	摂取をする上での注意事項	食品表示基準別表第11第5欄に掲げる事項を記載する。表示内容の主旨が同じものであっても、変化を加えたり、省略したりすることは認められない。
6	バランスのとれた食生活の普及啓発を図る文言	「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。
7	消費者庁長官の個別の審査を受けたものではない旨	「本品は、特定保健用食品と異なり、消費者庁長官による個別審査を受けたものではありません。」と表示する。
8	1日当たりの摂取目安量に含まれる機能に関する表示を行っている栄養成分の量が栄養素等表示基準値に占める割合	1日当たりの摂取目安量に含まれる機能に関する表示を行う栄養成分の量が栄養素等表示基準値に占める割合を表示する。
9	栄養素等表示基準値の対象年齢及び基準熱量に関する文言	「栄養素等表示基準値（18歳以上、基準熱量2,200kcal）」その他これに類する文言を表示する。
10	調理又は保存の方法に関し特に注意を必要とするものにあつては、当該注意事項	表示を行う場合、消費者が理解しやすいような文言で表示する。
11	特定の対象者に対し注意を必要とするものにあつては、当該注意事項	疾病により栄養代謝に変化が生じ、健康な者と同等の栄養成分の機能が得られないようなもの、妊産婦や乳幼児等、特定のライフステージにある者について摂取量に注意が必要なものについて、その旨を表示する。例えば、グレープフルーツ（ジュース）については、「カルシウム拮抗薬の効果を増強する可能性がある」等の表示が考えられる。

- ✓ 栄養機能食品に関する検討会において、令和7年度に「基準値（下限值・上限値）」及び「栄養成分の機能」、令和8年度に「摂取をする上での注意事項」の検討を行った。

栄養機能食品に関する検討会

検討項目

栄養機能食品における

- 栄養成分の下限値・上限値
- 栄養成分の機能の文言
- 摂取をする上での注意事項

スケジュール及び進め方

令和7年度に3回、令和8年度に1回の検討会を開催し、改正案を取りまとめた。

令和7年10月8日 令和7年度第1回検討会

令和8年1月21日 第2回検討会

3月17日 第3回検討会

3月18日 令和7年度取りまとめ公表

6月22日 令和8年度第1回検討会

構成員

五十音順・敬称略

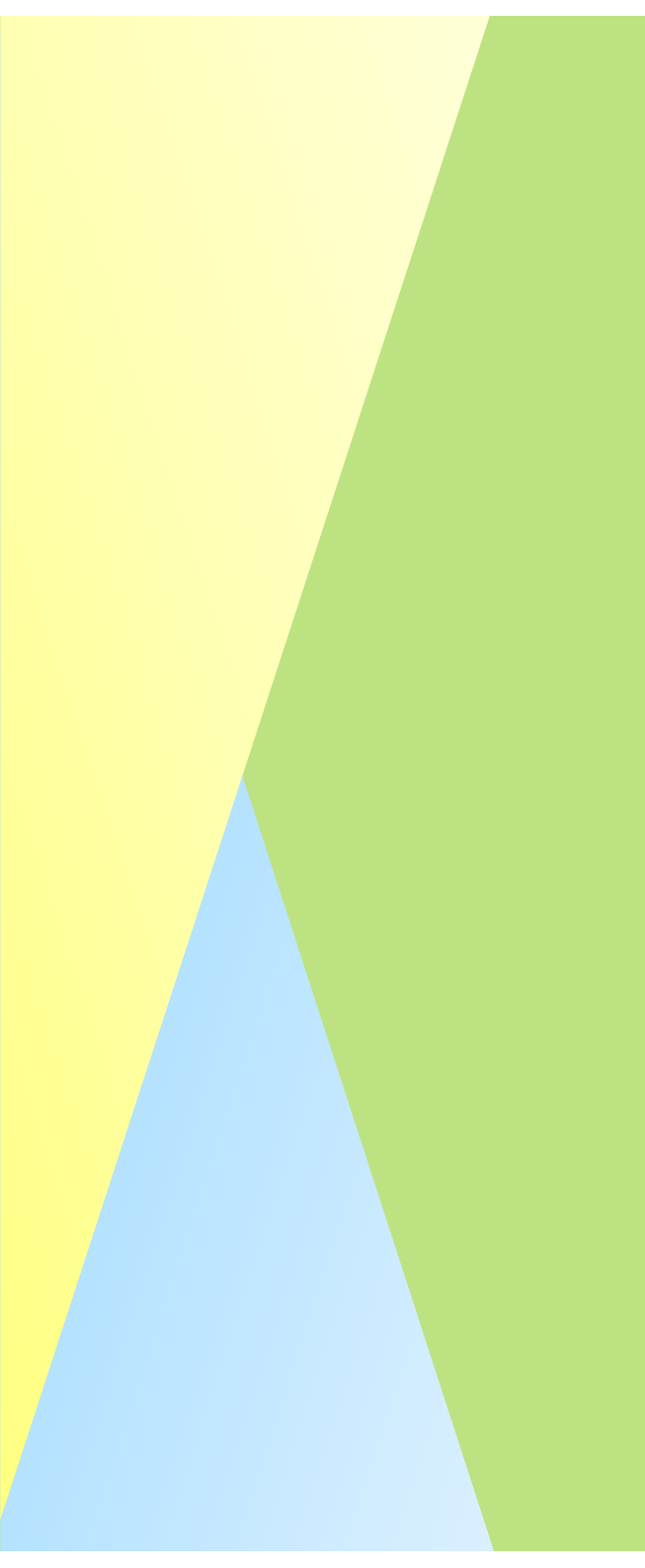
氏名	所属
阿部 絹子	公益社団法人 日本栄養士会 常務理事
石見 佳子	東京農業大学 総合研究所 参与・客員教授
川久保 英一	一般社団法人 健康食品産業協議会 会長
河野 浩	一般財団法人 食品産業センター 参与
郷野 智砂子	一般社団法人 全国消費者団体連絡会 事務局長
坂口 景子	淑徳大学 看護栄養学部 栄養学科 准教授
佐々木 敏	東京大学 名誉教授
村尾 芳久	一般社団法人 全国スーパーマーケット協会 事務局長
森田 満樹	一般社団法人 Food Communication Compass 代表

<参考人> 五十音順・敬称略

上西 一弘：日本栄養大学栄養学部 教授

岡田 知佳：国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所
国立健康・栄養研究所 栄養疫学・政策研究センター
栄養疫学研究室長（令和7年度）

吉田 宗弘：関西大学 名誉教授



栄養機能食品における 栄養成分の下限值・上限値について

令和7年度の栄養機能食品の下限値・上限値の改正における算出方法

項目	設定根拠
下限値	● 栄養素等表示基準値の30%
上限値	● ①又は②と、医薬部外品1日最大分量を比較して、低い方の値 ① 健康障害非発現量（NOAEL）から日本人の平均的な摂取量を差し引いたもの ② 耐容上限量（UL）から日本人の平均的な摂取量を差し引いたもの ● NOAEL、UL、医薬部外品1日最大分量が設定されていない成分は、栄養素等表示基準値 ➤ 栄養機能食品は身体の健全な成長、発達、健康の維持に必要な栄養成分の補給（一義的には不足のリスク回避）を目的として栄養成分の機能の表示をするもの。 ➤ 国が定める上限値である以上、安全性の確保が特に重要である。ULが設定されていない場合のほとんどは関連の科学的根拠が不十分なためであり、どれだけ摂取しても安全ということではない。 ➤ この点を踏まえると、NOAEL、UL、医薬部外品1日最大分量が設定されていない成分については、不足のリスク回避と安全性の確保が両立し得る基準として、栄養素等表示基準値（ほとんどの人が不足しない量）を上限値とすることが適当。 ➤ 医薬部外品1日最大分量は設定されていないが、ULは設定されている栄養成分（亜鉛・銅）については、ULから日本人の摂取量の上位1パーセンタイル値を差し引いて算出する。

医薬部外品 1 日最大分量を採用する栄養成分

- 医薬部外品 1 日最大分量が最も低い栄養成分については、これまでと同様に医薬部外品 1 日最大分量を上限値とした。

	単位	現行	改正案（値の変更なし）
カルシウム	mg	600	600
鉄	mg	10	10
ナイアシン	mg	60	60
パントテン酸	mg	30	30
ビオチン	μg	500	500
ビタミンA	μg	600	600
ビタミンB ₁	mg	25	25
ビタミンB ₂	mg	12	12
ビタミンB ₆	mg	10	10
ビタミンB ₁₂	μg	60	60
ビタミンC	mg	1000	1000
ビタミンD	μg	5.0	5.0
ビタミンE	mg	150	150
葉酸	μg	200	200

NOAEL、UL、医薬部外品 1 日最大分量が設定されていない栄養成分

- NOAEL、UL、医薬部外品 1 日最大分量が設定されていない成分のうち、**n-3系脂肪酸、カリウム、ビタミンK**については、これまでと同様に**栄養素等表示基準値を上限値**とした。
- **マグネシウム**※については、今回の見直しから**栄養素等表示基準値を上限値として採用**することとし、320mgとした。

※日本人の食事摂取基準（2025年版）においては、通常の商品以外からの摂取量の耐容上限量は、成人の場合350mg/日としており、それ以外の通常の商品からの摂取の場合、耐容上限量は設定されていない。

	単位	現行	改正案
n-3系脂肪酸	g	2.0	2.0
カリウム	mg	2800	2800
ビタミンK	μg	150	150
マグネシウム	mg	300	320

【参考】各国のマグネシウムのNRVs（栄養参照量）

	コーデックス 委員会	米国	カナダ	オーストラリア/ ニュージーランド	EU	中国	韓国
NRVs: マグネシウム	310 mg	420 mg	420 mg	320 mg	375 mg	300 mg	315 mg

医薬部外品 1 日最大分量は設定されていないがULが設定されている栄養成分：亜鉛

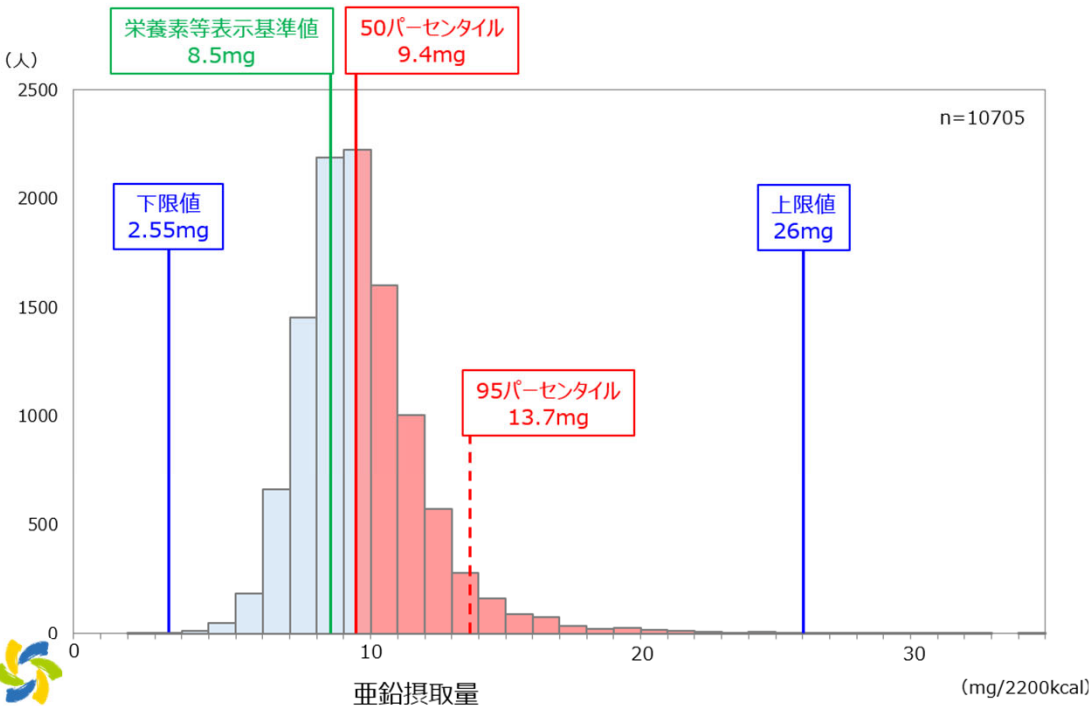
算出根拠	第 6 次改定 日本人の栄養所要量	日本人の食事摂取基準 2005年版	日本人の食事摂取基準 2010年版	日本人の食事摂取基準 2015年版	日本人の食事摂取基準 2020年版	日本人の食事摂取基準 2025年版
改正状況	平成16年 成分追加	平成17年 下限値・上限値の見直し 下限値のみ改正		平成27年 下限値のみ見直し・改正		令和 7 年 下限値・上限値の見直し
UL	30mg	30mg	(男性) 18-29歳, 70歳以上 : 40mg 30-69歳 : 45mg (女性) 18-69歳 : 35mg 70歳以上 : 30mg	(男性) 18-29歳, 70歳以上 : 40mg 30-69歳 : 45mg (女性) 35mg	(男性) 18-29歳, 65歳以上 : 40mg 30-64歳 : 45mg (女性) 18-74歳 : 35mg 75歳以上 : 30mg	(男性) 18-29歳, 75歳以上 : 40mg 30-74歳 : 45mg (女性) 35mg
上限値	15mg	15mg	15mg	15mg	15mg	

UL (35mg)^{※ 1} − 日本人の**平均的な摂取量** (9.4mg)^{※ 2} = 25.6mg ⇒ **26mg**

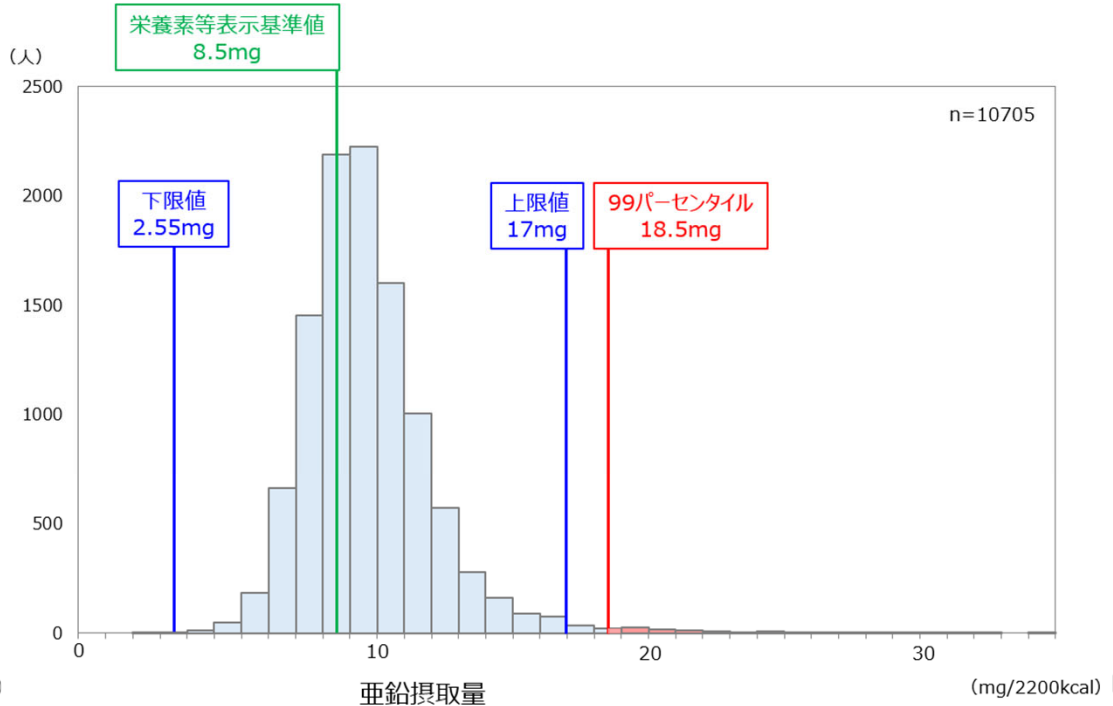
UL (35mg)^{※ 1} − 日本人の**摂取量の上位 1 パーセンタイル値** (18.5mg) = 16.5mg ⇒ **17mg**

※ 1 ULは、18歳以上の最も小さい値を採用 ※ 2 摂取量の分布を確認し、50パーセンタイル値を採用

平均的な摂取量を使用した場合



摂取量の上位 1 パーセンタイル値を使用した場合



医薬部外品 1 日最大分量は設定されていないがULが設定されている栄養成分：銅

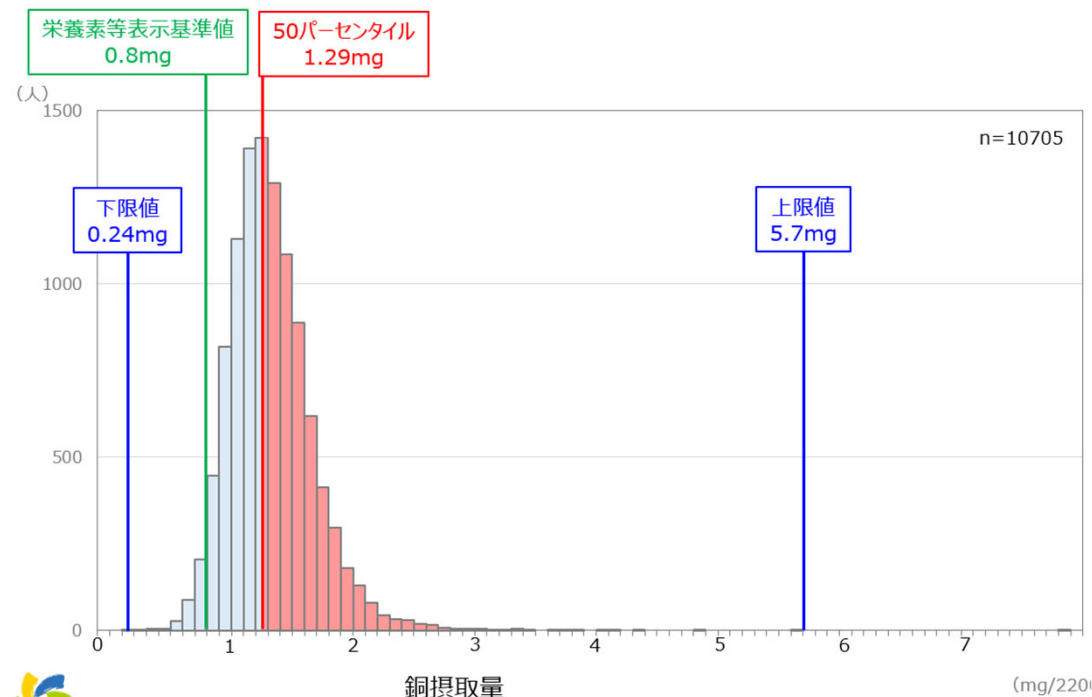
算出根拠	第6次改定 日本人の栄養所要量	日本人の食事摂取基準 2005年版	日本人の食事摂取基準 2010年版	日本人の食事摂取基準 2015年版	日本人の食事摂取基準 2020年版	日本人の食事摂取基準 2025年版
改正状況	平成16年 成分追加	平成17年 下限値・上限値の見直し・改正		平成27年 下限値のみ見直し・改正		令和7年 下限値・上限値の見直し
UL	9mg	10mg	10mg	10mg	7mg	7mg
上限値	5mg	6.0mg	6.0mg	6.0mg	6.0mg	

UL (7.0mg) - 日本人の**平均的な摂取量** (1.29mg)※ = 5.71mg ⇒ **5.7mg**

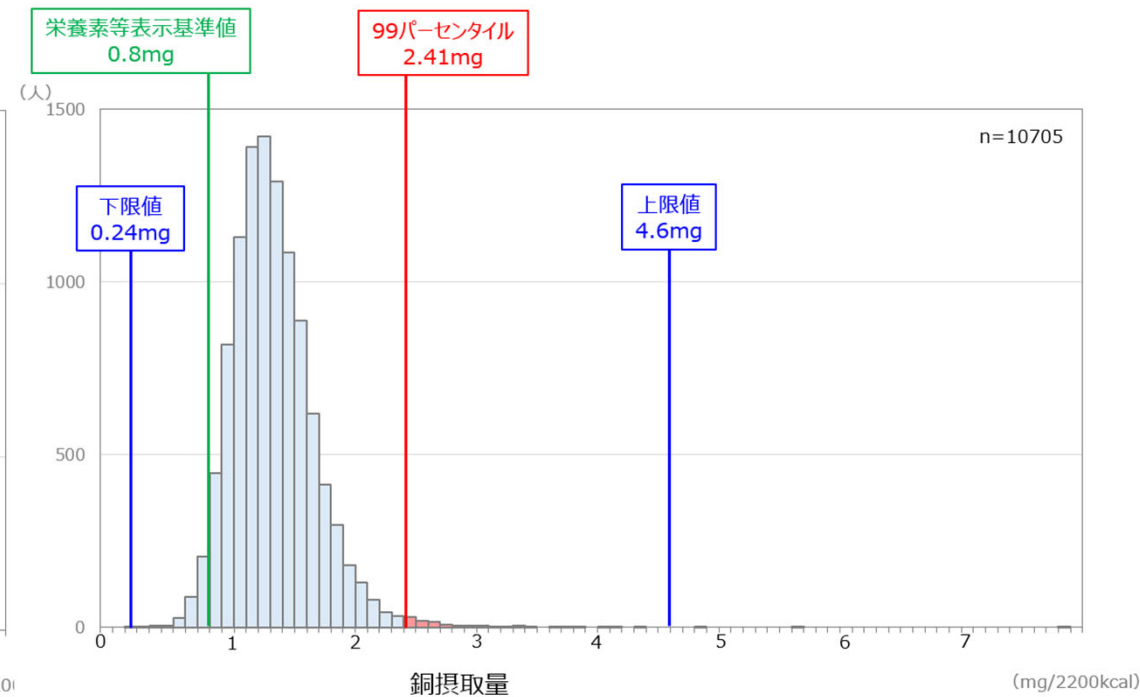
UL (7.0mg) - 日本人の**摂取量の上位 1 パーセンタイル値** (2.41mg) = 4.59mg ⇒ **4.6mg**

※ 摂取量の分布を確認し、50パーセンタイル値を採用

平均的な摂取量を使用した場合



摂取量の上位 1 パーセンタイル値を使用した場合



- 以下の理由から、亜鉛及び銅の上限値は、【UL－日本人の摂取量の上位 1 パーセンタイル値】から算出した値を採用した。
 - 日本人の食事摂取基準において、ULは、「健康障害をもたらすリスクがないとみなされる習慣的な摂取量の上限」であり、「できるだけ接近することを回避する量」である。
 - 【UL－日本人の平均的な摂取量】から上限値を算出すると、【UL－日本人の摂取量の上位 1 パーセンタイル値】から上限値を算出する場合よりも、多くの者でULを超える可能性がある。
 - 国が定める上限値である以上、安全性の確保が特に重要である。

	単位	現行	改正案
亜鉛	mg	15	17
銅	mg	6.0	4.6

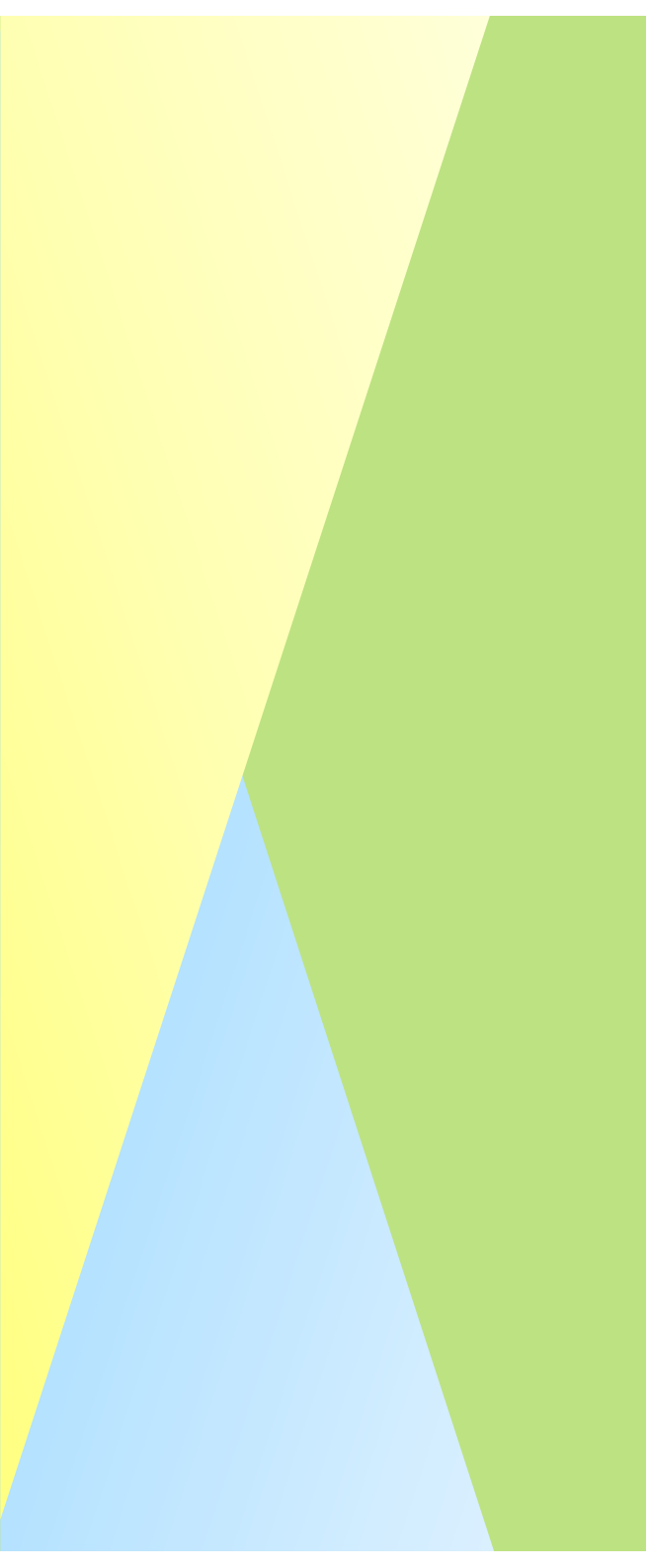
栄養機能食品の下限値・上限値の現行と改正案

栄養成分	下限値		上限値	
	現行	改正案	現行	改正案
n-3系脂肪酸	0.6 g	0.6 g	2.0 g	2.0 g
亜鉛	2.64 mg	2.55 mg	15 mg	17 mg
カリウム	840 mg	840 mg	2,800 mg	2,800 mg
カルシウム	204 mg	210 mg	600 mg	600 mg
鉄	2.04 mg	1.95 mg	10 mg	10 mg
銅	0.27 mg	0.24 mg	6.0 mg	4.6 mg
マグネシウム	96 mg	96 mg	300 mg	320 mg
ナイアシン	3.9 mg	3.9 mg	60 mg	60 mg
パントテン酸	1.44 mg	1.65 mg	30 mg	30 mg
ビオチン	15 µg	15 µg	500 µg	500 µg

栄養成分	下限値		上限値	
	現行	改正案	現行	改正案
ビタミンA	231 µg	231 µg	600 µg	600 µg
ビタミンB ₁	0.36 mg	0.30 mg	25 mg	25 mg
ビタミンB ₂	0.42 mg	0.42 mg	12 mg	12 mg
ビタミンB ₆	0.39 mg	0.39 mg	10 mg	10 mg
ビタミンB ₁₂	0.72 µg	1.20 µg	60 µg	60 µg
ビタミンC	30 mg	30 mg	1,000 mg	1,000 mg
ビタミンD	1.65 µg	2.70 µg	5.0 µg	5.0 µg
ビタミンE	1.89 mg	1.95 mg	150 mg	150 mg
ビタミンK	45 µg	45 µg	150 µg	150 µg
葉酸	72 µg	72 µg	200 µg	200 µg

1日当たりの摂取目安量に含まれる当該栄養分量は、定められた下限値・上限値の範囲内にある必要がある。

現行から増える値：赤字 現行から減る値：青字



栄養機能食品における 栄養成分の機能の文言について

栄養成分の機能の文言におけるこれまでの検討状況

- 栄養機能食品の機能の文言は、制度の創設時（平成13年）に、「第六次改定日本人の栄養所要量 -食事摂取基準-」等に基づき設定していた。
- 令和元年度調査事業報告書において、以下の指摘があった。
 - 栄養機能食品の栄養成分の機能の表示内容は、「食事摂取基準」（2020年版）の前身の「栄養所要量」（2000年版）等の考え方に基づき設定されており、食事摂取基準に記載された機能のエビデンスとかい離が生じている。
 - 策定から約20年経過しており、各栄養成分についてのエビデンスが蓄積されてきたため、最新の科学的根拠を踏まえた表示内容への見直しが求められる。
- こうした状況を踏まえ、消費者庁において、以下を実施した。
 - 令和3年度 「栄養成分の機能表示等に関する調査・検討事業」
 - 令和5年度 「栄養機能食品における栄養成分の機能表示の見直しに係る調査事業」
 - 令和7年度 栄養機能食品に関する検討会

栄養機能食品における栄養成分の機能の文言の修正に当たっての整理

- 消費者の認識等に関する調査の結果を踏まえ、栄養機能食品における栄養成分の機能の文言の見直し原案について、次の①②の方針で検討した。

① 見直し原案を採用するもの

- ・ 現行の文言と見直し原案において、「分かりやすい」と回答した者の割合が近似している場合、最新の日本人の食事摂取基準の内容を踏まえて検討した見直し原案を採用することとした。

② 見直し原案の修正を検討するもの

- ・ 「分かりやすい」と回答した者の割合が低い見直し原案については、栄養成分の機能の文言の修正を検討することとした。
- ・ “「分かりやすい」と回答した者の割合が低い” と判断する基準は、60%未満とした。
- ・ 修正を検討する際は、令和3年度検討・調査事業の留意事項「栄養機能食品における栄養成分の役割を表す機能表示の文言は、消費者及び食品関連事業者が容易に理解でき、かつ、短い栄養成分の機能表示を設定すべき。」の観点を重視した。

- 栄養成分の機能の文言における文末表現について、次の検討をした。

- ・ 栄養成分によっては、現行の「栄養素です。」を「栄養素のひとつです。」と改めることとした。

見直し原案について、「分かりやすい」と回答した者の割合

栄養成分の機能表示の文言	分かりやすいと回答した者の割合（％）※	対象となる成分
骨や歯を作るのに必要な栄養素	84.2	カルシウム、マグネシウム
骨を作るのを助ける栄養素	83.3	ビタミンD、ビタミンK
骨や歯を作るのを助ける栄養素	82.9	マグネシウム
血圧を正常に保つのを助ける栄養素	78.9	カリウム
エネルギーを作るのを助ける栄養素	72.2	銅、マグネシウム、ナイアシン、パントテン酸、ビタミンB ₁ 、ビタミンB ₂
赤血球を作るのを助ける栄養素	69.6	銅、ビタミンB ₁₂ 、葉酸
血液循環を正常に保つのを助ける栄養素	68.3	マグネシウム
たんぱく質からエネルギーを作るのを助ける栄養素	67.0	ビタミンB ₆
胎児の正常な発育を助ける栄養素	66.8	葉酸
味覚を正常に保つのを助ける栄養素	63.5	亜鉛
皮膚や粘膜、骨、血管のコラーゲン合成を助ける栄養素	63.2	ビタミンC
暗所での視力を正常に保つのを助ける栄養素	61.5	ビタミンA
腸管での鉄の吸収を助ける栄養素	58.8	ビタミンC
血液凝固を正常に保つのを助ける栄養素	55.6	ビタミンK
腸管でのカルシウムやリンの吸収を助ける栄養素	50.3	ビタミンD
たんぱく質や核酸の代謝を助ける栄養素	49.3	亜鉛
抗酸化作用により、細胞を酸化障害から保護するのを助ける栄養素	38.8	ビタミンC、ビタミンE

青字は、第1回検討会で修正の合意が得られたもの。

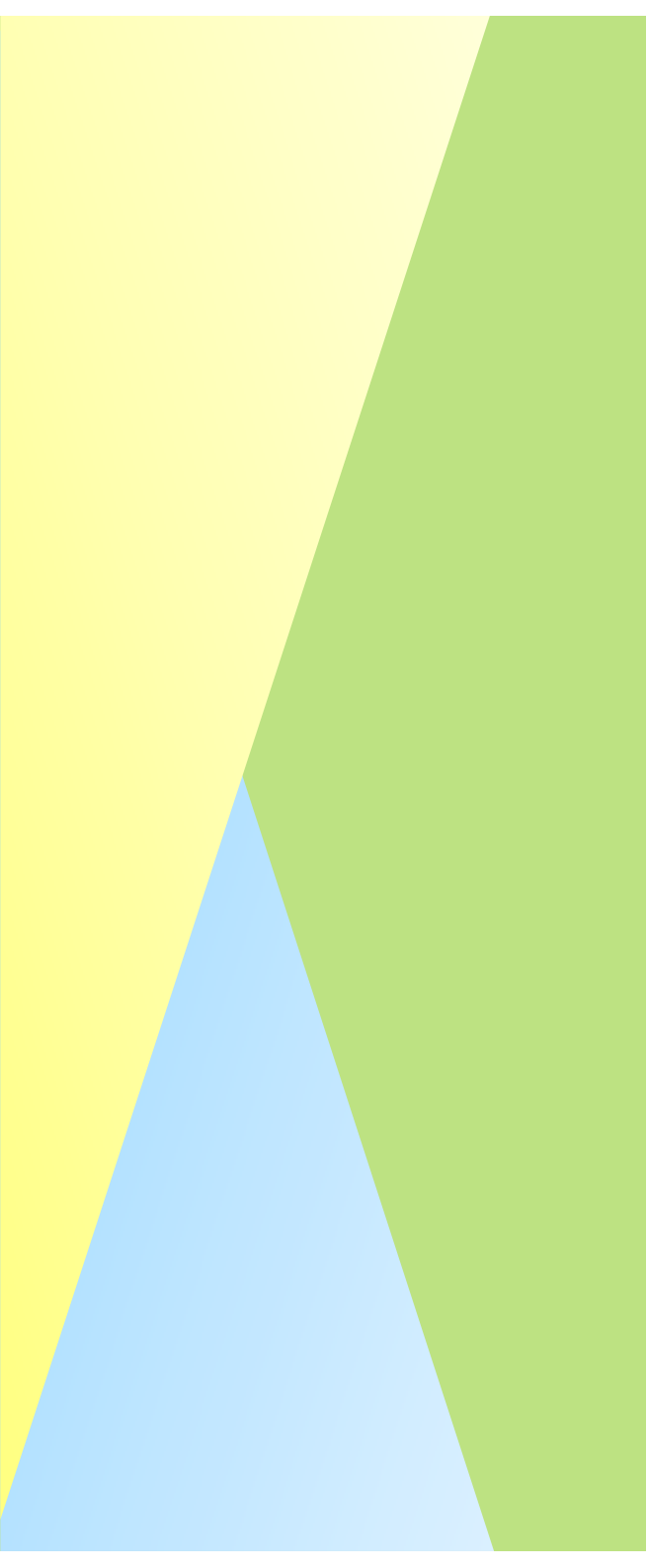
※ 令和5年度「栄養機能食品における栄養成分の機能表示の見直しに係る調査」（消費者庁）において、「下記それぞれの説明文が分かりやすいと思いますか。」という問いに対して、「とても分かりやすい」及び「分かりやすい」と回答した者の合計。

栄養成分の機能の文言の現行と改正案（n-3系脂肪酸・ミネラル）

栄養成分群		栄養成分		栄養成分の機能
		現行（食品表示基準 別表第11）		改正案
n-3系脂肪酸		n-3系脂肪酸は、皮膚の健康維持を助ける栄養素です。		n-3系脂肪酸は、皮膚の健康維持を助ける栄養素のひとつです。
ミネラル	亜鉛	亜鉛は、味覚を正常に保つのに必要な栄養素です。 亜鉛は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。 亜鉛は、たんぱく質・核酸の代謝に関与して、健康の維持に役立つ栄養素です。		亜鉛は、味覚を正常に保つのを助ける栄養素です。 亜鉛は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素のひとつです。
	カリウム	カリウムは、正常な血圧を保つのに必要な栄養素です。		カリウムは、血圧を正常に保つのを助ける栄養素です。
	カルシウム	カルシウムは、骨や歯の形成に必要な栄養素です。		カルシウムは、骨や歯を作るのに必要な栄養素のひとつです。
	鉄	鉄は、赤血球を作るのに必要な栄養素です。		鉄は、赤血球を作るのに必要な栄養素です。
	銅	銅は、赤血球の形成を助ける栄養素です。 銅は、多くの体内酵素の正常な働きと骨の形成を助ける栄養素です。		銅は、赤血球を作るのを助ける栄養素のひとつです。
	マグネシウム	マグネシウムは、骨や歯の形成に必要な栄養素です。 マグネシウムは、多くの体内酵素の正常な働きとエネルギー産生を助けるとともに、血液循環を正常に保つのに必要な栄養素です。		マグネシウムは、骨や歯を作るのに必要な栄養素のひとつです。 マグネシウムは、エネルギーを作るのを助ける栄養素のひとつです。 マグネシウムは、血液循環を正常に保つのを助ける栄養素のひとつです。

栄養成分の機能の文言の現行と改正案（ビタミン）

栄養成分群	栄養成分	栄養成分の機能	
		現行（食品表示基準 別表第11）	改正案
ビタミン	ナイアシン	ナイアシンは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。	ナイアシンは、エネルギーを作るのを助ける栄養素のひとつです。 ナイアシンは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素のひとつです。
	パントテン酸	パントテン酸は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。	パントテン酸は、エネルギーを作るのを助ける栄養素のひとつです。
	ビオチン	ビオチンは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。	ビオチンは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素のひとつです。
	ビタミンA	ビタミンAは、夜間の視力の維持を助ける栄養素です。 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。	ビタミンAは、暗所での視力を正常に保つのを助ける栄養素です。 ビタミンAは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素のひとつです。
	ビタミンB ₁	ビタミンB ₁ は、炭水化物からのエネルギー産生と皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。	ビタミンB ₁ は、エネルギーを作るのを助ける栄養素のひとつです。
	ビタミンB ₂	ビタミンB ₂ は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。	ビタミンB ₂ は、エネルギーを作るのを助ける栄養素のひとつです。 ビタミンB ₂ は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素のひとつです。
	ビタミンB ₆	ビタミンB ₆ は、たんぱく質からのエネルギーの産生と皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。	ビタミンB ₆ は、たんぱく質からエネルギーを作るのを助ける栄養素です。 ビタミンB ₆ は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素のひとつです。
	ビタミンB ₁₂	ビタミンB ₁₂ は、赤血球の形成を助ける栄養素です。	ビタミンB ₁₂ は、赤血球を作るのを助ける栄養素のひとつです。
	ビタミンC	ビタミンCは、皮膚や粘膜の健康維持を助けるとともに、抗酸化作用を持つ栄養素です。	ビタミンCは、抗酸化作用により細胞を保護するのを助ける栄養素のひとつです。 ビタミンCは、皮膚や粘膜、骨、血管のコラーゲン合成を助ける栄養素です。 ビタミンCは、鉄の吸収を助ける栄養素です。
	ビタミンD	ビタミンDは、腸管でのカルシウムの吸収を促進し、骨の形成を助ける栄養素です。	ビタミンDは、カルシウムの吸収を助ける栄養素です。 ビタミンDは、骨を作るのを助ける栄養素のひとつです。
	ビタミンE	ビタミンEは、抗酸化作用により、体内の脂質を酸化から守り、細胞の健康維持を助ける栄養素です。	ビタミンEは、抗酸化作用により細胞を保護するのを助ける栄養素のひとつです。
	ビタミンK	ビタミンKは、正常な血液凝固能を維持する栄養素です。	ビタミンKは、骨を作るのを助ける栄養素のひとつです。 ビタミンKは、正常な血液凝固を助ける栄養素です。
	葉酸	葉酸は、赤血球の形成を助ける栄養素です。 葉酸は、胎児の正常な発育に寄与する栄養素です。	葉酸は、赤血球を作るのを助ける栄養素のひとつです。 葉酸は、胎児の正常な発育を助ける栄養素です。



栄養機能食品における 摂取をする上での注意事項について

栄養機能食品における「摂取をする上での注意事項」について

- 平成13（2001）年2月26日に薬事・食品衛生審議会より、いわゆる健康食品のうち、一定の条件を満たすものを保健機能食品と称することとし、その制度化に向けた詳細な規格基準、表示基準等をまとめた「保健機能食品の表示等について」と題した報告書に沿って施策を講じることが適当との答申を受け※¹、栄養機能食品制度が創設された。
- 当該報告書において、「過剰摂取や禁忌による健康被害を防止する観点から、適切な摂取方法等を含めた**注意喚起表示を義務づけること**」が、表示で満たすことが必要な要件として示されている。
- 摂取をする上での注意事項については、**制度創設以降、大きな改正は行われていない**※²。

※¹ 「保健機能食品制度の創設について」（平成13年3月27日 医薬発第244号）

※² 平成21（2009）年に、葉酸の摂取をする上での注意事項は、「本品は、胎児の正常な発育に寄与する栄養素ですが、多量摂取により胎児の発育がよくなるものではありません。」から「葉酸は、胎児の正常な発育に寄与する栄養素ですが、多量摂取により胎児の発育がよくなるものではありません。」に改正された。

現行の摂取をする上での注意事項

栄養成分	摂取をする上での注意事項
n-3系脂肪酸	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
亜鉛	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。亜鉛の摂り過ぎは、銅の吸収を阻害するおそれがありますので、過剰摂取にならないよう注意してください。一日の摂取目安量を守ってください。乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。
カリウム	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。腎機能が低下している方は本品の摂取を避けてください。
カルシウム	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
鉄	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
銅	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。
マグネシウム	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。多量に摂取すると軟便（下痢）になることがあります。一日の摂取目安量を守ってください。乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。
ナイアシン	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
パントテン酸	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
ビオチン	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。

栄養成分	摂取をする上での注意事項
ビタミンA	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。妊娠三か月以内又は妊娠を希望する女性は過剰摂取にならないよう注意してください。
ビタミンB ₁	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
ビタミンB ₂	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
ビタミンB ₆	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
ビタミンB ₁₂	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
ビタミンC	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
ビタミンD	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
ビタミンE	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
ビタミンK	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。血液凝固阻止薬を服用している方は本品の摂取を避けてください。
葉酸	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。葉酸は、胎児の正常な発育に寄与する栄養素ですが、多量摂取により胎児の発育がよくなるものではありません。

- 乳幼児・小児に対する注意事項（平成16（2004）年に追加された3つの栄養成分が対象）
- 特定の栄養成分に対する注意事項

確認に当たっての視点

現行の摂取をする上での注意事項には、以下の3分類が存在。それぞれについて確認。

- ・ 全ての栄養成分に共通する注意事項
- ・ 乳幼児・小児に対する注意事項
- ・ 特定の栄養成分に対する注意事項

● 全ての栄養成分に共通する注意事項

→ 栄養機能食品の摂取をする上での基本的かつ重要な注意事項であることから、引き続き表示することとした。

● 乳幼児・小児に対する注意事項（亜鉛、銅、マグネシウム）

→ 設定背景を確認の上、日本人の食事摂取基準（2025年版）や各種資料を踏まえ、引き続き表示することとした。

→ 亜鉛、銅、マグネシウム以外に、対象となる栄養成分があるか検討した。

● 特定の栄養成分に対する注意事項（亜鉛、カリウム、マグネシウム、ビタミンA、ビタミンK、葉酸）

→ 設定背景を確認の上、日本人の食事摂取基準（2025年版）や各種資料を踏まえ、引き続き表示することとした。

● その他：栄養成分の追記

栄養成分の追記：ビタミンA、マグネシウム

摂取をする上での注意事項について、特定の栄養成分に対する注意事項であることを明確にする観点から、栄養成分名を追記することとした。

例1：一つの食品でビタミンAとビタミンCについて注意喚起表示を行う場合

栄養成分	現行	改正案
ビタミンA	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。 妊娠三か月以内又は妊娠を希望する女性は過剰摂取にならないよう注意してください。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。 妊娠三か月以内又は妊娠を希望する女性は、 ビタミンAの過剰摂取にならないよう注意してください。
ビタミンC	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
栄養機能食品 (ビタミンA・ ビタミンC)	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。 妊娠三か月以内又は妊娠を希望する女性は過剰摂取にならないよう注意してください。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。 妊娠三か月以内又は妊娠を希望する女性は、 ビタミンAの過剰摂取にならないよう注意してください。

例2：一つの食品で亜鉛とマグネシウムについて注意喚起表示を行う場合

栄養成分	現行	改正案
亜鉛	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。亜鉛の摂り過ぎは、銅の吸収を阻害するおそれがありますので、過剰摂取にならないよう注意してください。一日の摂取目安量を守ってください。乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。亜鉛の摂り過ぎは、銅の吸収を阻害するおそれがありますので、過剰摂取にならないよう注意してください。一日の摂取目安量を守ってください。乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。
マグネシウム	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。 多量に摂取すると軟便（下痢）になることがあります。 一日の摂取目安量を守ってください。乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。 マグネシウムを多量に摂取すると軟便（下痢）になることがあります。 一日の摂取目安量を守ってください。乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。
栄養機能食品 (亜鉛・ マグネシウム)	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。亜鉛の摂り過ぎは、銅の吸収を阻害するおそれがありますので、過剰摂取にならないよう注意してください。 多量に摂取すると軟便（下痢）になることがあります。 一日の摂取目安量を守ってください。乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。亜鉛の摂り過ぎは、銅の吸収を阻害するおそれがありますので、過剰摂取にならないよう注意してください。 マグネシウムを多量に摂取すると軟便（下痢）になることがあります。 一日の摂取目安量を守ってください。乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。

摂取をする上での注意事項の現行と改正案 1 / 2

栄養成分	現行	改正案
n-3系脂肪酸	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
亜鉛	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。亜鉛の摂り過ぎは、銅の吸収を阻害するおそれがありますので、過剰摂取にならないよう注意してください。一日の摂取目安量を守ってください。乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。亜鉛の摂り過ぎは、銅の吸収を阻害するおそれがありますので、過剰摂取にならないよう注意してください。一日の摂取目安量を守ってください。乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。
カリウム	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。 腎機能が低下している方は本品の摂取を避けてください。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。 腎機能が低下している方は本品の摂取を避けてください。
カルシウム	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
鉄	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
銅	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。
マグネシウム	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。多量に摂取すると軟便（下痢）になることがあります。一日の摂取目安量を守ってください。乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。 マグネシウム を多量に摂取すると軟便（下痢）になることがあります。一日の摂取目安量を守ってください。乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。
ナイアシン	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
パントテン酸	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。
ビオチン	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。一日の摂取目安量を守ってください。

摂取をする上での注意事項の現行と改正案 2 / 2

栄養成分	現行	改正案
ビタミンA	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。 一日の摂取目安量を守ってください。 妊娠三か月以内又は妊娠を希望する女性は過剰摂取にならないよう注意してください。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。 一日の摂取目安量を守ってください。 妊娠三か月以内又は妊娠を希望する女性は、 ビタミンA の過剰摂取にならないよう注意してください。
ビタミンB ₁	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。 一日の摂取目安量を守ってください。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。 一日の摂取目安量を守ってください。
ビタミンB ₂	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。 一日の摂取目安量を守ってください。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。 一日の摂取目安量を守ってください。
ビタミンB ₆	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。 一日の摂取目安量を守ってください。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。 一日の摂取目安量を守ってください。
ビタミンB ₁₂	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。 一日の摂取目安量を守ってください。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。 一日の摂取目安量を守ってください。
ビタミンC	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。 一日の摂取目安量を守ってください。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。 一日の摂取目安量を守ってください。
ビタミンD	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。 一日の摂取目安量を守ってください。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。 一日の摂取目安量を守ってください。
ビタミンE	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。 一日の摂取目安量を守ってください。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。 一日の摂取目安量を守ってください。
ビタミンK	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。 一日の摂取目安量を守ってください。 血液凝固阻止薬を服用している方は本品の摂取を避けてください。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。 一日の摂取目安量を守ってください。 血液凝固阻止薬を服用している方は本品の摂取を避けてください。
葉酸	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。 一日の摂取目安量を守ってください。 葉酸は、胎児の正常な発育に寄与する栄養素ですが、多量摂取により胎児の発育がよくなるものではありません。	本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。 一日の摂取目安量を守ってください。 葉酸は、胎児の正常な発育に寄与する栄養素ですが、多量摂取により胎児の発育がよくなるものではありません。