



今話題の機能性表示食品などについて教えてください。



サプリメント
などの健康食品
の中で、おなかの

調子を整えるなど特定の
機能を表示できる保健機
能食品があります。これら
は医薬品などではなく、健
康維持が目的で、三つに分

類されます。一つ
目は「栄養機能
食品」で、必要な
栄養成分の補完
のために、国が定
めた基準量があ
れば、国が定め



成27年に新たに
作られたのが三つ目の
「機能性表示食品」です。

これは事業者の
責任において、科
学的根拠に基づ
き機能を消費者
庁に届け出れば
よく、審査や許可は
受けていません。消費

者庁のホームページで開示
していますが、現時点で
「特定保健用食品」。効果
や安全性は国が審査し消
費者庁が許可します。それ
ではお金や時間がかかるの
で、利用者の選択肢を増や
せるように、2015(平

は、事業者の報告を信頼す
るしかありませんので、そ
れを踏まえて利用すべきと
いうことです。飲んで調子
が悪いのは、気の(う)せい
じゃないことも。

朝倉病院
理事長／院長

田辺 裕久さん