

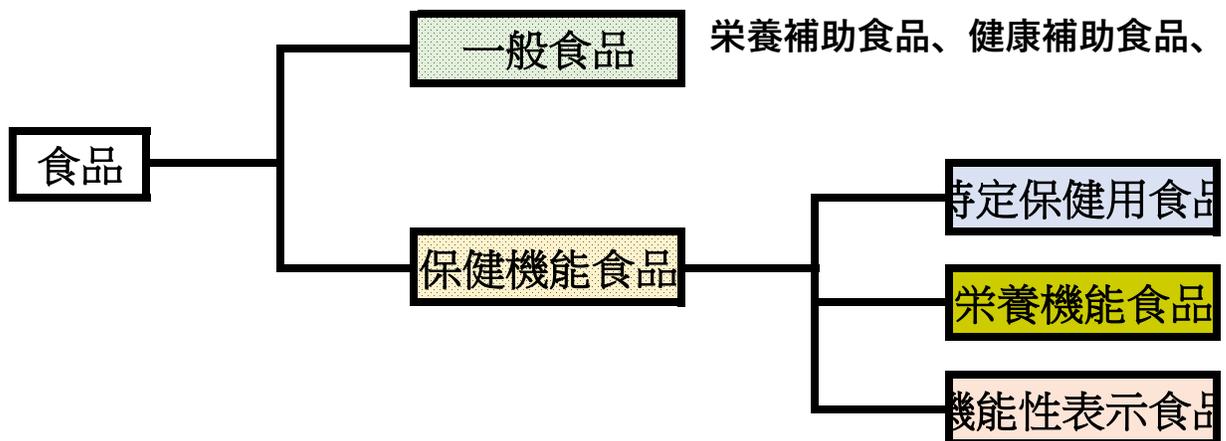
保健機能食品

スーパーマーケットへ行くと、何千何万という食品を目にします。その中で、栄養補助食品、栄養機能食品、機能性表示食品…等々さまざまな名称を付けた食品に出くわしますが、それぞれの違いについて理解している人は少ないのではないのでしょうか。

そこで今回は数回にわたってその違いを明確にしていきたいと思っています。

ご承知のようにこれからお話しするものは食品であって、医薬品ではないので、薬効を表示することは出来ませんし、期待することも出来ません。従ってこれを摂取し続けても病気が治癒するとかの科学的根拠もなく証明もされていません。しかし健康増進に寄与する成分を含んだもので国が定めた安全性や有効性に関する基準等を満たしたものを保健機能食品として表示してもよいことになっています。その名称として3種類あり、それぞれに個別許可制、自己認証制、届け出制といったように違いがあります。

紛らわしい名称もあるので、分かりやすいように図解します。



一般食品と保健機能食品との違いは機能性の表示ができるか、できないかです。例をあげると、「この食品を摂取するとおなかの調子を整え、便秘改善します」といった表示ができるのか、できないのかということになります。しかし実際の食品をみると紛らわしい表現をしているものもあり注意が必要です。保健機能食品ないし上図にある3種類の表示があるものを選ぶべきです。

