

こんにちは。きゅうしょくカンガルー！（奈良の学校給食を考える会）です。
ようやく風が涼しくなってきましたね。みなさまいかがお過ごしでしょうか。
私たちは、おいしい給食&ほんとうの食育をめざして活動していきます。

このメルマガは、私たちの活動や奈良県内の給食をめぐる状況をお知らせしたく、
今までの活動の中で連絡先を交換させていただいた方を中心にお送りしています。
メルマガ解除をご希望の方は、お手数ですが、
oishiikyusyoku@gmail.com まで解除希望の旨をお書き添えの上ご連絡ください。

■ ■ もくじ ■ ■

Ⅰ 機能性表示食品学習会 参加報告

■ Ⅰ ■ 機能性表示食品学習会 参加報告

9月17日、機能性表示食品についての学習会に参加したので、内容を一部ご紹介
します。講師は、一般社団法人 Food Communication Compass の森田満樹さんで
す。

機能性表示食品は、2015年にはじまった新しい食品表示制度。保健機能食品と呼
ばれる食品群のひとつが機能性表示食品です。保健機能食品は以下の3種類あり
ます。

1. 特定保健用食品（トクホ）

1991年からはじまった制度。個別許可制で、例えば食物繊維、オリゴ糖、カテキ
ン、乳酸菌などが含まれた食品に「おなかの調子を整えます」などと表示するこ
とができます。

2. 栄養機能食品

2001年からはじまった制度。自己認証制で、例えばビタミン13種、ミネラル6
種、n3系脂肪酸が含まれた食品に「カルシウムは骨や歯の形成に必要な栄養素で
す」などと表示することができます。

3. 機能性表示食品

2015年からはじまった制度。届出制で、ビタミン・ミネラルや成分が特定できな

いものは除いたさまざまな成分を対象に「目の健康をサポート」などトクホと同じような表示をすることができます。

機能性表示食品は、事業者の責任において機能性が表示でき、消費者は自己責任のもとで判断・摂取するという位置づけになっており、ハードルの低さからこれまで7000件ちかくが受理されています。

この機能性表示食品が一躍注目を集めたのは、今年3月小林製薬の紅麴サプリメントでの健康被害が報道されたのがきっかけでした（ちなみに、小林製薬の紅麴原料と、食品添加物のベニコウジ色素は原料も製法も全くちがうものです）。紅麴使用の食品が多数自主回収される騒ぎに広がったこの事件は、現在調査中であり最終報告はまだ出ていませんが、近年の食中毒等の事件では異例の被害の大きさとなっています。

小林製薬の企業責任は問われるべきですが、加えて国としては機能性表示食品制度自体にも不備があったとして、2024年9月1日から制度変更を行いました。主な変更点は、健康被害の情報提供の義務化やGMP（適正製造規範＝製造管理や品質管理の基準）の要件化、表示の改善です。早急な改善は評価できますが、罰則がないことや、許可ではなく届け出だけで販売できてしまうハードルの低さという問題点は残ったままです。

講師によれば、「消費者の約60%が健康食品を利用しているという調査結果がありますが、現在の日本人が通常の食事をしている限り、ビタミンやミネラルをサプリメントによって摂る必要はありません」とのこと。健康食品について以下の問題点を挙げ、「健康になるためにはバランスよく食べること！一面的な食べもの情報に食い物にされないで」と呼びかけました。

健康食品の安全性の観点での問題点

- ①過剰摂取により健康被害が発生する可能性がある
- ②個人輸入等で健康被害が発生する可能性がある
- ③医薬品との併用で副作用などの影響がある
- ④医薬品的な効果を期待して利用してはダメ
- ⑤天然・自然だから安心とは限らない
- ⑥食経験がないもので問題のあるものがある
- ⑦製品の品質がバラバラ
- ⑧多種類摂取で健康被害が高まる

※加えて、高額商品や定期購入など経済的被害にも注意が必要