



食にまつわる
ちょっとした疑問について
科学ライターの松永和紀さんが
わかりやすくお伝えします。

トクホ、機能性表示食品…効果は小さく、問題もいっぱい

「血中コレステロールの気になる方に」「内臓脂肪を減らす」「おなかの調子を整える」…。最近、店頭に健康効果をうたう製品がずらりと並ぶようになりました。でも、きちんと理解して利用していますか？ 行き過ぎた宣伝などにより、消費者庁から行政処分を受ける企業も出始めています。

ないというのが理由でした。6製品とも同じ企業が販売していました。

規定量を満たしていないことを企業が把握したのは2年以上前。なのに、企業は黙つて売り続けており、悪質だと判断されました。

消費者庁は17年に入り、この企業に対して景品表示法違反として措置命令も出しています。トクホの要件を満たさないのにトクホとして販売した姿勢を、厳しく戒めたのです。この事件を機に、同庁は制度を改正し、市販品の買い入れ調査も始めます。

トクホにしても機能性表示食品にしても、医薬品のような病気を治療する効果はありません。なのに、企業は売りたいがために、過剰な表現の広告に走りがち。十分注意が必要です。

日本の表示制度は、欧米の食品の機能性表示制度に比べるとかなり甘い、と言われています。トクホで、血压や血糖値、体脂肪などのよい効果の表示が認められている成分で、欧米では表示を許可されていない、というのも数多くあります。

これらの製品のパッケージには必ず、「バランスを。」という文言を入れることが義務化されています。トクホや機能性表示食品は、補助的に利用するもの。まずは、食生活の改善から始めましょう。

ところが、問題も明らかになってきているのです。

消費者庁は2016年、健康増進法に基

づき、「血压が高めの方に適した食品」と表示していたトクホの6製品を取

り消しました。機能性を発揮するのに必要な関与成分が、表示されている量含まれてい

トクホ6製品 表示許可取り消し

食品は、原則として健康増進などの効果を製品に表示して売つてはいけません。例外として、国が製品ごとに審査して許可する「特定保健用食品」（トクホ）、企業が国の定めた一定の要件を満たすとして届け出て自己責任で表示する「機能性表示食品」、ビタミンやミネラルなどについて国が含有量やパッケージに書く文言を定めた「栄養機能食品」の3種類は、健康効果もつたつてよいことになっています。今、店頭に目立つのはトクホ、機能性表示食品です。

で高血圧を改善する効果を得られるかのように示す表示をしていたとみなしました。

医薬品のような効果は期待できない

また、同庁は16年に大手企業のトクホ製品に対しても、健康増進法違反として初の勧告を出しています。こちらは、許可されたのが「本品は食酢の主成分である酢酸を含んでおり、血压が高めの方に適した食品です」なのに、「血压低下作用」などと新聞広告でうたっていました。

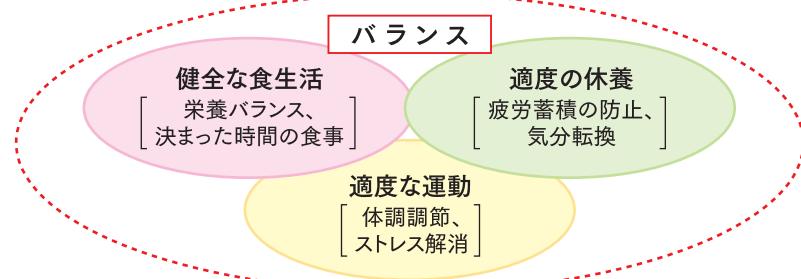
同庁は、「高血压は、薬物治療を含む医師の診断・治療によらなければ一般的に改善が期待できない疾患」としてこの広告が「薬物治療によら」となく、本件商品を摂取するだけ

PROFILE



松永 和紀さん
(http://www.foocom.net/)を開設した。新刊は「効かない健康食品 危ない自然・天然」(光文社新書)。

健康の保持・増進



優れた「健康食品」でも、その利用目的、方法、摂取量に配慮しなければ、その効果は期待することはできません。基本は運動・栄養・休養のバランスと生活リズムを重視することです。

出典: 消費者庁資料