

保健機能食品制度について

○創設の趣旨

国民が健やかで心豊かな生活を送るためには、バランスのとれた食生活が重要。多種多様な食品が流通する今日では、消費者がその食品の特性を十分理解し、自分の食生活の状況に応じた食品を選択することができよう、適切な情報提供が行われることが不可欠。こうした状況を踏まえ、保健機能食品を制度化。

○制度の概要

保健機能食品は、いわゆる健康食品のうち、国が安全性や有効性等を考慮して設定した規格基準等を満たす食品で、食品の目的や機能等の違いにより、「栄養機能食品」と「特定保健用食品」の2つに大別される。平成13年4月から施行。

医薬品 (医薬部外品を含む)	保健機能食品		その他の食品 (いわゆる健康食品を含む)
	栄養機能食品 (規格基準型)	特定保健用食品 (個別許可型)	

栄養機能食品の栄養成分の追加について

当該栄養成分の機能表示(①)を行おうとする場合、1日当たりの摂取目安量が上・下限値(③、④)の範囲内にあり、かつ注意事項(②)を併記することが必要。

検討中の 栄養成分	①機能表示	②注意事項	③ 上 限	④ 下 限 〔栄養所要量の1/3 として算出〕
マグネシウム	<p>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。</p>	<p>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。</p>		
銅	<p>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。</p>	<p>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。</p>		
亜鉛	<p>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。</p>	<p>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。亜鉛の摂りすぎは、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。</p>		
マグネシウム	300mg (アメリカの上限値をアメリカ人と日本人の体重の違いで修正)	300mg~80mg		80mg
銅	5mg (= 9mg(許容上限摂取量) - 3.6mg(摂取量の最大値))	5mg~0.5mg		0.5mg
亜鉛	15mg (= 30mg(許容上限摂取量) - 15mg(摂取量の最大値))	15mg~3mg		3mg