

# お薬のしおり

No.175 (H28.9)

東京医科大学病院 薬剤部

## 機能性表示食品の特徴と医薬品との違いについて

健康食品やサプリメントについては、テレビCMなどで目にしたり、実際に使用した経験がある方も多いかと思います。その中で機能性を表示することができる食品は、これまで特定保健用食品（トクホ）と栄養機能食品に限られていましたが、機能性を分かりやすく表示した商品の選択肢を増やし、消費者がそれらの商品の正しい情報を得て選択できるよう、平成27年4月より新しく「機能性表示食品」制度が始まりました。そこで今回は、健康食品（特に機能性表示食品）の特徴と医薬品との違いについてお話したいと思います。



＜保健機能食品制度とは・・・？＞食品の目的や機能等の違いにより、「特定保健用食品」、「栄養機能食品」、「機能性表示食品」の3つに分けられます。

●一般食品：下記の保健機能食品以外の全ての食品。いわゆる「健康食品・サプリメント」も含まれます。＜機能性表示ができない＞

●保健機能食品：「おなかの調子を整えます」「脂肪の吸収をおだやかにします」など、特定の保健の目的が期待できる（健康の維持及び増進に役立つ）という食品の機能性を表示することができます。＜機能性表示ができる＞

・特定保健用食品：健康の維持増進に役立つことが科学的根拠に基づいて認められ、「コレステロールの吸収を抑える」などの表示が許可されている食品。表示されている効果や安全性については国が審査を行い、食品ごとに消費者庁長官が許可しています。

・栄養機能食品：1日に必要な栄養成分（ビタミン、ミネラルなど）が不足しがちな場合、その補給・補完のために利用できる食品。すでに科学的根拠が確認された栄養成分を一定の基準量含む食品であれば、特に届出などをしなくても、国が定めた表現によって機能性を表示することができます。

・機能性表示食品：事業者の責任において、科学的根拠に基づいた機能性を表示した食品です。販売前に安全性及び機能性の根拠に関する情報などが消費者庁長官へ届け出られたものです。2016年9月現在、445商品の届出が受理されています。

### ＜機能性表示食品とお薬の違いは？＞

医薬品には、医療用医薬品（病院で医師が処方してもらうお薬）とOTC医薬品（薬局やドラッグストアなどで自分で選んで買える「要指導医薬品」と「一般用医薬品」）があります。医薬品は、薬機法※上特定の疾病や症状に対する予防や治療効果が認められているもので、認定された疾病の予防や治療効果があることを記載することができます。

＜※注意事項＞機能性表示食品は、上記のようにお薬とは異なるため、病気の治療として用いることはできません。例えば、糖尿病の治療をされている方が、血糖値の上昇を穏やかにする機能性表示食品を普段の食生活の一環で「食品」として取り入れることは可能です。但し、機能性表示食品を摂ることで糖尿病の治療にはならない点には注意しましょう。糖尿病の治療には適切な食事、運動、薬物療法の実践が必要です。

### ＜機能性表示食品とトクホ（特定保健用食品）の違いは？＞

トクホ（特定保健用食品）は有効性及び安全性について国が審査を行い、消費者庁長官が許可を与えた食品です。機能性表示食品は、有効性及び安全性の根拠に関する情報等を消費者庁へ届出することで、事業者の責任で機能性の表示をする食品です。

＜情報を得るには・・・？＞より詳しいことを知りたい場合には、消費者庁のウェブサイトで、安全性や機能性の根拠など事業者が届け出た情報が公開されています。

URL：<http://www.caa.go.jp/foods/index23.html>

お薬のことでご不明な点やご不安な点がある場合には、医師又は薬剤師までご相談ください。

※薬機法（医薬品、医療機器等の品質、有効性及び安全性の確保等に関する法律）

