

『保健機能食品』(特定保健用食品・栄養機能食品)について

医薬品の定義(薬事法第2条)
日本薬局方に収められているもの
人、動物の疾病の診断、治療、予防
に使用されることが目的とされているもの
人、動物の身体の構造、機能に影響
を及ぼすことが目的とされているもの

医薬品的形状でも「食品」
錠剤、丸剤、カプセル剤のような
医薬品的形状であっても、「食品」で
ある旨が明示されている場合、原則
として医薬品と判断しません。

< 特定保健用食品の例 >

- ・お腹の調子を整えたい方に
...乳酸菌、オリゴ糖、食物繊維など
 - ・コレステロールが気になる方に
...大豆たんぱく質、キトサンなど
 - ・血圧が高めの方に
...杜仲葉配糖体、サーデンペプチドなど
- < 表示例 >
- ・おなかの調子を良好に保つ
 - ・血圧を正常に保つことを助ける

特定保健用食品マーク



疾病リスク低減表示の許可
カルシウム(骨粗鬆症になるリスク)
葉酸(神経管閉鎖障害の子どもへのリスク)

医薬品 (医薬部外品を含む)	保健機能食品		一般食品 (「いわゆる健康食品」を含む)
	規格基準型	個別審査による許可 条件付き 特定保健用食品	
	特定保健用食品(個別評価型) 平成3年9月から	栄養機能食品(規格基準型) 平成13年4月から	

< 特定保健用食品とは >

食生活において特定の保健の目的で
摂取をする者に対し、その摂取により
当該保健の目的が期待できる旨の表
示をする食品

< 対象食品 >

すべての食品(錠剤、カプセルも可)
平成18年9月27日で599品目

< 表示すべき事項 >

特定保健用食品である旨
(条件付きの場合は「条件付き」)
栄養成分量及び熱量
(保健機能に關与する成分を含む)

特定の保健の用途の表示
1日当たりの摂取目安量と摂取方法
1日摂取目安量に含まれる栄養成分量
の栄養素等表示基準値に対する割合
摂取をする上での注意事項
バランスの取れた食生活の普及啓発
を図る文言(注)

< 新たな特定保健用食品 >

条件付き特定保健用食品
規格基準型特定保健用食品

< 栄養機能食品とは >

特定の栄養成分を含むものとして、厚生
労働大臣が定める基準に従い、当該栄養成
分の機能の表示をするもの《生鮮食品(鶏
卵を除く)を除く》

< 対象食品 >

ビタミン(A、D、E、B₁、B₂、B₆、
B₁₂、C)、ナイアシン、葉酸、ビオチン、
パントテン酸、カルシウム、鉄、亜鉛、銅、
マグネシウムの17栄養成分を一定量含む
食品

< 表示すべき事項 >

栄養機能食品である旨
栄養成分の名称及び機能
栄養成分量及び熱量
(機能表示する成分を含む)
1日当たりの摂取目安量と摂取方法
1日摂取目安量に含まれる栄養成分量
の栄養素等表示基準値に対する割合
摂取をする上での注意事項
バランスの取れた食生活の普及啓発を図る
文言(注)
厚生労働省による個別審査を受けたもの
ではない旨

(注)「食生活は主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。」

「食品」の定義(食品衛生法第4条)
すべての飲食物をいいます。
ただし、薬事法に規定する医薬品、
医薬部外品を除きます。
厚生労働省の通知で「食品には疾
病の治療または予防を目的とする
効能効果をうたってはならない。」
とされています。

「いわゆる健康食品」とは
健康に関する効果や食品の機能等を
表示して販売されている食品であっ
て、保健機能食品でないものをい
います。

< 栄養機能食品の表示例 >

- ・ビタミンDは腸管でのカルシウムの吸収
を促進し、骨の形成を助ける栄養素です。
 - ・カルシウムは骨や歯の形成に必要な栄養
素です。
 - ・鉄は赤血球を作るのに必要な栄養素で
す。
- < 注意喚起表示等 >
- ・本品は多量に摂取しても疾病が治癒した
り、より健康が増進するものではありません。
 - ・本品の多量摂取により、悪心、嘔吐の病
状が現れる場合がありますので、1日の
摂取目安量を必ず守ってください。