

消費者庁における施策について

消 費 者 庁

健康情報・食習慣等のデータ集積及びそれらを活用した健康産業の創出【消費者庁】

- 【現状】2023年度まで、健康の維持・増進や健康リスクの低減に係る食品の機能性等を表示できる制度を適切に運用し、消費者の理解増進に向け、ホームページ等を通じて情報発信に努めた。
- 【今後の取組】引き続き2024年度以降も、制度の適切な運用、情報発信を行う

	特定保健用食品 (個別許可制)	機能性表示食品 (届出制)	栄養機能食品 (自己認証制)
概 要	● 消費者庁長官の許可を得て特定の保健の用途に適する旨が表示された食品 ● 国が効果と安全性を審査。	● 疾病に罹患していない者が対象 ● 販売60日前までに、科学的根拠に裏打ちされた安全性・機能性に関する資料等を消費者庁長官に届け出ることにより特定の保健目的（疾病リスクの低減に係るものを除く。）が期待できる旨の表示が可能。届出事項等の容器包装上の表示義務。 ● 安全性・機能性の科学的根拠について国の審査は行われず、その合理性の举证責任はあくまでも届出者。	● ビタミン、ミネラルといった20の栄養成分について、食品表示法に基づく食品表示基準で定められた機能に関する表示（※）を行う食品 （※）「カルシウム」の例 ・栄養成分の機能：「骨や歯の形成に必要な栄養素です。」 ・上限値：600mg 下限値:204mg ・摂取をする上での注意事項：「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。1日の摂取目安量を守ってください。」
公定マーク	あり	なし	なし
疾病リスク低減表示	可能	不可	—
第三者機関への意見聴取	安全性については食品安全委員会へ諮問 ※効果については特定保健用食品の表示許可等に関する部会で審議（消費者庁内）	—	食品表示基準に定められた内容を改正する場合は、消費者委員会へ諮問
有効性の科学的根拠	最終製品を用いたヒト試験が必須	最終製品を用いたヒト試験又は最終製品又は機能性関与成分に関する研究レビュー評価(システマティック・レビュー)	国の栄養目標及び健康政策を所管する厚生労働省と協議した上で規格基準を策定
許可・届出件数 (令和6年7月8日時点)	1,039件	6,854件	—
根拠法令	健康増進法、食品表示法	食品表示法	食品表示法
創設時期	1991年(平成3年)	2015年(平成27年)	2001年(平成13年)

(参考) 特定保健用食品に表示できる保健用途(例)

個別の食品ごとに、その保健の用途に係る科学的根拠が明らかであるかどうかなどを国が審査し、表示できる内容を許可している。

保健の用途の 表示内容	表示できる保健の用途(例)	食品の種類(例)	代表的な関与成分
お腹の調子を整える、 便秘改善等	お腹の調子を整えます。 お通じの気になる方に適しています。	粉末清涼飲料 卓上甘味料 乳酸菌飲料	各種オリゴ糖、ラクチュロース、ビフィズス菌、各種乳酸菌、食物繊維(難消化性デキストリン、ポリデキストロース、サイリウム種皮等)等
脂肪関係	体脂肪が気になる方に適しています。 食後の血中中性脂肪の上昇を抑えます。	食用調整油 コーヒー飲料	グロビン蛋白分解物、茶カテキン、コーヒー豆マンノオリゴ糖、難消化性デキストリン、葛の花エキス(テクトリゲニン類)等
血糖値関係	糖の吸収を穏やかにします。 食後の血糖値が気になる方に適しています。	粉末清涼飲料 茶系飲料 乾燥スープ	難消化性デキストリン、小麦アルブミン、ゲアバ葉ポリフェノール、L-アラビノース、ネオコタラノール、大麦若葉由来食物繊維、サラシアエキス末等
血圧関係	血圧が高めの方に適しています。	錠菓 清涼飲料水	ラクトリペプチド、カゼインデカペプチド、杜仲葉配糖体(ゲニポシド酸)、サーデンペプチド等
コレステロール関係	コレステロールの吸収を抑える働きがあります。 コレステロールが高めの方に適しています。	粉末清涼飲料 調製豆乳	キトサン、大豆たんぱく質、低分子化アルギン酸ナトリウム、茶カテキン等
歯、歯茎関係	歯を丈夫で健康にします。	チューインガム	パラチノース、マルチトース、エリスリトール等
コレステロール&お腹の調子、 コレステロール&脂肪関係等	コレステロールが高めで気になる方、おなかの調子が気になる方の 食生活の改善に役立ちます。	粉末ゼリー飲料 清涼飲料水	低分子化アルギン酸ナトリウム、サイリウム種皮の食物繊維、茶カテキン
疾病リスク低減	骨粗鬆症になるリスクを低減する可能性があります。	魚肉ソーセージ	カルシウム
骨関係	カルシウム吸収に優れ、丈夫な骨をつくるのに適した食品です。	清涼飲料水 納豆	大豆イソフラボン、MBP(乳塩基性タンパク質)等
脂肪&血糖値	血中中性脂肪が高めの方、食後の血糖値が気になる方の食生活の 改善に役立ちます。	茶系飲料	難消化性デキストリン
脂肪&お腹の調子	体脂肪が気になる方、おなかの調子が気になる方の食生活の改善 に役立ちます。	清涼飲料水	コーヒー豆マンノオリゴ糖
肌関係	肌が乾燥しがちな方に適しています。	清涼飲料水	グルコシルセラミド
ミネラル&お腹の調子	おなかの調子を良好に保つとともに、カルシウムの吸収を促進します。	卓上甘味料	乳果オリゴ糖、フラクトオリゴ糖
ミネラルの吸収関係	カルシウムを摂取するのに適しています。	清涼飲料水	クエン酸リンゴ酸カルシウム、カゼインホスホペプチド

(参考)機能性表示食品(主な表示内容の例)

機能性関与成分	表示しようとする機能性の例
GABA	本品にはGABAが含まれます。GABAは血圧が高めの方に適した機能があることが報告されています。 本品にはGABAが含まれています。GABAには事務的作業に伴う一時的な精神的ストレスを緩和する機能があることが報告されています。
難消化性デキストリン	本品には難消化性デキストリン(食物繊維)が含まれます。難消化性デキストリン(食物繊維)はお腹の調子を整えることが報告されています。
ルテイン、 ゼアキサンチン	本品にはルテイン、ゼアキサンチンが含まれます。ルテイン、ゼアキサンチンは、眼の黄斑色素量を増加、維持する働きがあり、コントラスト感度(色の濃淡を識別し、ぼやけ、かすみを緩和する視機能)、グレア回復(まぶしさから回復する視機能)のサポート、ブルーライトなどの光ストレス、一時的な精神ストレス、眼の疲労感の軽減に役立ち、睡眠の質を高める機能があることが報告されています。
DHA、EPA	本品にはDHA・EPAが含まれています。DHA・EPAには中性脂肪を低下させる機能があることが報告されています。
ブラックジンジャー由来ポリメトキシフラボン	本品には、ブラックジンジャー由来ポリメトキシフラボンが含まれます。ブラックジンジャー由来ポリメトキシフラボンは、日常活動時のエネルギー代謝において脂肪を消費しやすくする作用により、BMIが高め(BMI24以上30未満)の方のおなかの脂肪(内臓脂肪、皮下脂肪)を減らす機能があることが報告されています。
イチョウ葉フラボノイド配糖体、イチョウ葉テルペンラクトン	本品にはイチョウ葉由来フラボノイド配糖体及びイチョウ葉由来テルペンラクトンが含まれます。イチョウ葉由来フラボノイド配糖体及びイチョウ葉由来テルペンラクトンは、健常な中高年者の加齢によって低下する、認知機能の一部である記憶力(日常生活で見聞きした情報を覚え、思い出す力)の精度や判断の正確さを向上させることが報告されています。
アスタキサンチン	本品にはアスタキサンチンが含まれます。アスタキサンチンは眼のピント調節機能を助けることと、パソコン作業などによる疲労感を軽減することが報告されています。 また、アスタキサンチンは、肌の潤いを守るのを助ける機能性が報告されています。
イヌリン	本品にはイヌリンが含まれます。イヌリンには食後の血糖値の上昇を抑える機能があることが報告されています。
Ｌ-テアニン	本品にはＬ-テアニンが含まれます。Ｌ-テアニンには、夜間の健やかな眠り(起床時の疲労感や眠気の軽減)をサポートする機能があることが報告されています。また Ｌ-テアニンには、一過性の作業によるストレスをやわらげる機能があることが報告されています。
プラズマ乳酸菌(L. lactis strain Plasma)	本品には、プラズマ乳酸菌(L. lactis strain Plasma)が含まれます。プラズマ乳酸菌はpDC(プラズマサイトイド樹状細胞)に働きかけ、健康な人の免疫機能の維持に役立つことが報告されています。

(参考)栄養機能食品とは

- 食生活において特定の栄養成分の補給を目的として摂取する者に対し、当該栄養成分の機能の表示をするもの。
- 栄養機能食品として販売するためには、1日当たりの摂取目安量に含まれる当該栄養分量が定められた上・下限値の範囲内にあることが必要。
- 個別の許可申請を行う必要がない自己認証制。

栄養成分	上限値※ 下限値	栄養成分の機能
n-3系脂肪酸	2.0 g 0.6 g	n-3系脂肪酸は、皮膚の健康維持を助ける栄養素です。
亜鉛	15 mg 2.64 mg	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。
カリウム	2,800 mg 840 mg	カリウムは、正常な血圧を保つのに必要な栄養素です。
カルシウム	600 mg 204 mg	カルシウムは、骨や歯の形成に必要な栄養素です。
鉄	10 mg 2.04 mg	鉄は、赤血球を作るのに必要な栄養素です。
銅	6.0 mg 0.27 mg	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。
マグネシウム	300 mg 96 mg	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。
ナイアシン	60 mg 3.9 mg	ナイアシンは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。
パントテン酸	30 mg 1.44 mg	パントテン酸は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。
ビオチン	500 μg 15 μg	ビオチンは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。

栄養成分	上限値※ 下限値	栄養成分の機能
ビタミンA	600 μg 231 μg	ビタミンAは、夜間の視力の維持を助ける栄養素です。 ビタミンAは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。
ビタミンB ₁	25 mg 0.36 mg	ビタミンB ₁ は、炭水化物からのエネルギー産生と皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。
ビタミンB ₂	12 mg 0.42 mg	ビタミンB ₂ は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。
ビタミンB ₆	10 mg 0.39 mg	ビタミンB ₆ は、たんぱく質からのエネルギーの産生と皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。
ビタミンB ₁₂	60 μg 0.72 μg	ビタミンB ₁₂ は、赤血球の形成を助ける栄養素です。
ビタミンC	1,000 mg 30 mg	ビタミンCは、皮膚や粘膜の健康維持を助けるとともに、抗酸化作用を持つ栄養素です。
ビタミンD	5.0 μg 1.65 μg	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。
ビタミンE	150 mg 1.89 mg	ビタミンEは、抗酸化作用により、体内の脂質を酸化から守り、細胞の健康維持を助ける栄養素です。
ビタミンK	150 μg 45 μg	ビタミンKは、正常な血液凝固能を維持する栄養素です。
葉酸	200 μg 72 μg	葉酸は、赤血球の形成を助ける栄養素です。 葉酸は、胎児の正常な発育に寄与する栄養素です。

消費者への普及啓発の取組【消費者庁】

〔各種パンフレット〕



(URL)

https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/foods_with_function_claims



(URL)

https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/foods_with_health_claims/pamphlets

〔特定保健用食品と機能性表示食品の違いについての動画〕



(URL)

https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/foods_with_function_claims/movie_001

〔保健機能食品の普及啓発動画〕



(URL)

https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/foods_with_health_claims/pamphlets/movie_01.html