

「サプリメント」について考える

「内臓脂肪を減らす」「健康に過ごせる」等、健康増進をうたうサプリメント。気軽に手に入ることもあり、愛用する人も少なくありません。現在、サプリメントについて新たな規制も検討されています。

1 サプリメントの新しい規制とは？

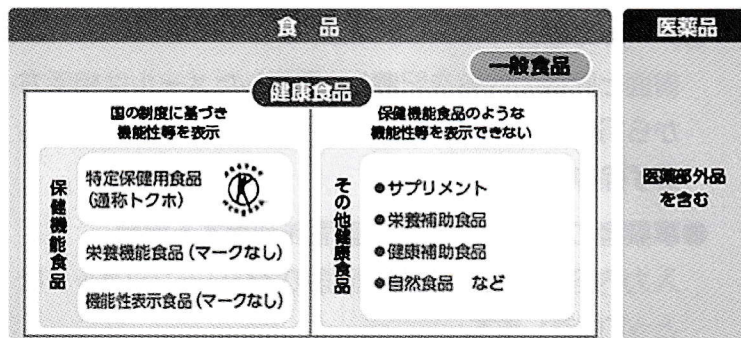
これまでサプリメントは、図のように「一般食品」に分類されていました。

令和8年4月消費者庁は「サプリメント」を

- ①食品に含まれる成分が製造工程において濃縮されたもの
- ②錠剤、カプセル剤、液剤、粉末剤等の摂取の容易な形状であるもの
- ③過剰摂取のおそれがあるもの

と定義しました。

また、消費者が適切な商品選択ができるために、「サプリメント固有の法制度が必要である」との消費者庁食品衛生審議会の提言を受け、サプリメントを規制する方針を出しました。



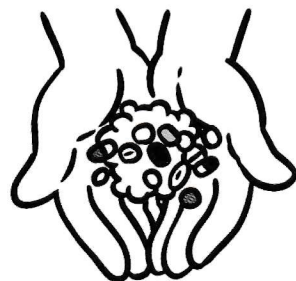
提言1 一般食品との違いの明確化

サプリメントには以下のような特性があり、一般食品とは異なる危険性を有している

- ①継続的な使用：簡便な摂取により固有の栄養素を継続的な使用となる
- ②過剰摂取しやすい：購買履歴情報のある18歳以上の日本人モニター2002人を対象に調査した結果、健康食品やサプリメント利用者の約2割がメーカーが示す摂取目安量を超えて過剰摂取し、その過剰摂取者の約6割が、健康リスクがないとされる「耐容上限量」を超えた栄養素を取っていた

(東邦大など2024年11～12月に調査)

- ③濃縮された成分（原材料）の使用：天然物、若しくは天然由来の抽出物を用いて精製・濃縮、または、化学的反応等により天然に存在するものと成分割合が異なっている



提言2 品質と安全性の確保

品質や安全性を確保するために、メーカーには製造・管理に関する対応を義務付ける

提言3 健康被害発生時の公表と報告

リスク情報の開示の遅れにより、被害の拡大が懸念されることから被害情報の公表と、製造元の報告が速やかに行われる

