

# 食品の機能性表示に関する制度

平成25年4月4日

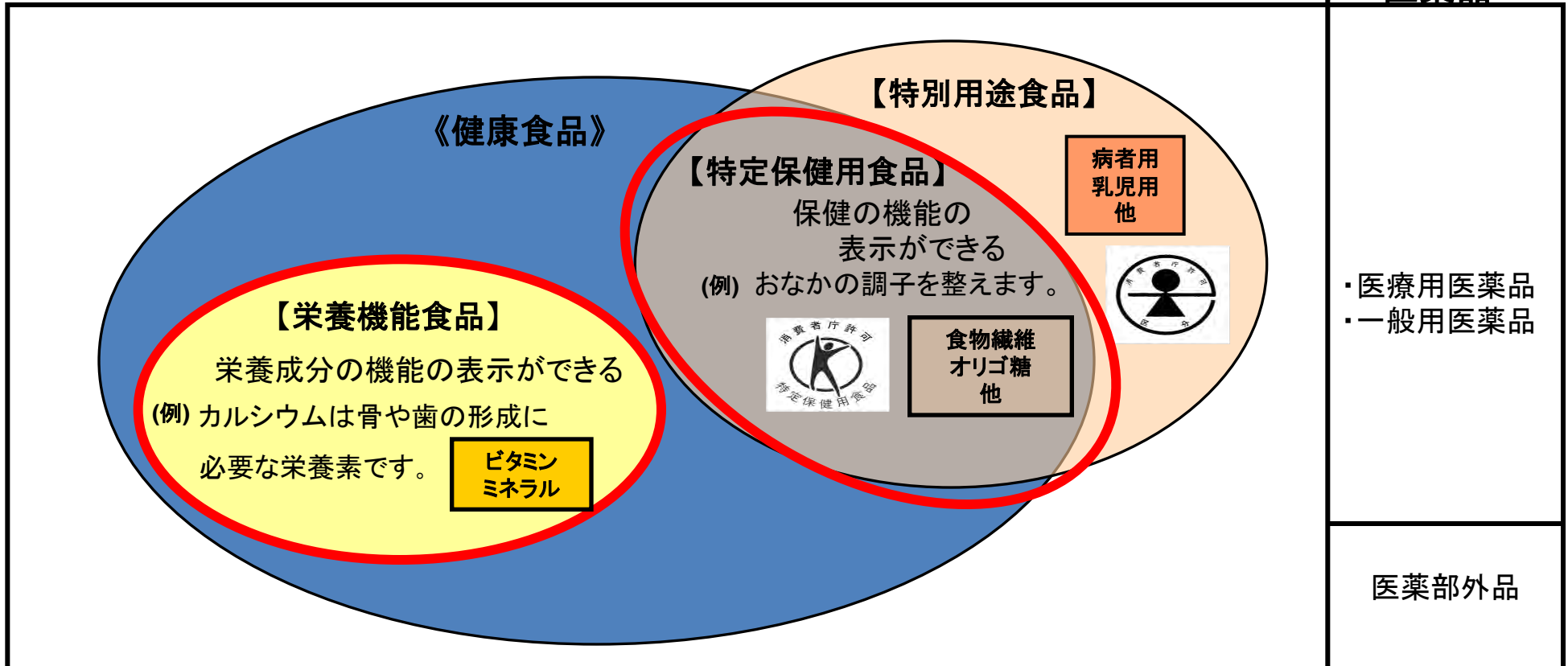
消費者庁

# 保健機能食品制度

- ・「特定保健用食品」には、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ことができる。
- ・「栄養機能食品」には、栄養成分の機能の表示をすることができる。

食品

医薬品



# 栄養機能食品

- 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成分量が定められた上・下限値の範囲内にある必要がある。
- 個別の許可申請を行う必要がない自己認証制度となっている。



## 《パッケージ表示例》

商品名: ●▲ **栄養機能食品(ビタミンC)**

**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。  
「食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。」**

名称: ビタミンC含有食品  
原材料名: …、…、…  
賞味期限: 枠外〇〇に記載  
内容量: 〇〇g  
製造者: △△株式会社

**栄養成分表示: 1粒当たり**

エネルギー〇kcal、たんぱく質〇g、脂質〇g、炭水化物〇g、ナトリウム〇g、ビタミンC〇mg

**1日当たりの摂取目安量: 1日当たり2粒を目安にお召し上がり下さい。**

**摂取の方法及び摂取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。

**1日当たりの摂取目安量に含まれる機能の表示を行う栄養成分の量の栄養素等表示  
基準値に占める割合: ビタミンC 〇%**

**調理又は保存の方法: 保存は高温多湿を避け、開封後はキャップをしっかりと閉めて  
早めにお召し上がり下さい。**

**本品は、特定保健用食品と異なり、消費者庁長官により個別審査を受けたものではありません。**

# 栄養機能食品の表示①

栄養機能を表示するための基準が定められている栄養成分は、現在のところ、**17種類(ビタミン12種類、ミネラル5種類)**

(ビタミン) : ナイアシン、パントテン酸、ビオチン、ビタミンA、ビタミンB<sub>1</sub>、ビタミンB<sub>2</sub>、ビタミンB<sub>6</sub>、ビタミンB<sub>12</sub>、  
ビタミンC、ビタミンD、ビタミンE、葉酸  
(ミネラル) : 亜鉛、カルシウム、鉄、銅、マグネシウム

## <栄養機能表示及び注意喚起表示の例>

栄養成分	栄養機能表示	注意喚起表示
ナイアシン	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。	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。
パントテン酸	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。	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。
ビオチン	ビオチンは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。	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。
ビタミンA	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。	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。 妊娠3か月以内又は妊娠を希望する女性は過剰摂取にならないよう注意してください。
ビタミンB <sub>1</sub>	ビタミンB <sub>1</sub> 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。	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。

# 栄養機能食品の表示②

## <栄養機能表示及び注意喚起表示の例>

栄養成分	栄養機能表示	注意喚起表示
ビタミンB <sub>2</sub>	ビタミンB <sub>2</sub> は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。	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。
ビタミンB <sub>6</sub>	ビタミンB <sub>6</sub> 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。	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。
ビタミンB <sub>12</sub>	ビタミンB <sub>12</sub> は、赤血球の形成を助ける栄養素です。	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。
ビタミンC	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。	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。
ビタミンD	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。	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。
ビタミンE	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。	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。
葉酸	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。	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。 葉酸は、胎児の正常な発育に寄与する栄養素ですが、多量摂取により胎児の発育がよくなるものではありません。

# 栄養機能食品の表示③

## ＜栄養機能表示及び注意喚起表示の例＞

栄養成分	栄養機能表示	注意喚起表示
亜鉛	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。	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。1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。
カルシウム	カルシウムは、骨や歯の形成に必要な栄養素です。	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。
鉄	鉄は、赤血球を作るのに必要な栄養素です。	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。
銅	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。	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。乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。
マグネシウム	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。	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。1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。

# 特定保健用食品

- 特定保健用食品とは、体調調節機能を有する成分(関与成分)を含み、健康増進法第26条第1項の許可を受け、その摂取により、特定の保健の目的が期待できる旨の表示(保健の用途の表示)※をする食品。
- 現在、1,037件の食品が特定保健用食品の許可等を受けている。  
※ 保健の用途の表示とは・・・「お腹の調子を整える」「コレステロールの吸収を抑える」「食後の血中中性脂肪の上昇をおだやかにする」等の表示が挙げられます。



## 《パッケージ表示例》

**特定保健用食品** 商品名: ●▲●▲

名称: 粉末清涼飲料 原材料名: …、…、…  
賞味期限: ○○/△△/×× 内容量: ○○g

許可表示: ●▲●▲には△△が含まれているため、便通を改善します。  
おなかの調子を整えたい方やお通じの気になる方に適しています。  
「食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。」

栄養成分表示: 1袋当たり  
エネルギー○Kcal、たんぱく質○g、脂質○g、炭水化物○g、ナトリウム○g、関与成分△△○g

1日当たりの摂取目安量: 1日当たり2袋を目安にお召し上がりください。  
摂取方法: 水に溶かしてお召し上がりください。  
摂取をする上での注意事項: 一度に多量に摂りすぎると、おなかがゆるくなることがあります。  
1日の摂取量を守ってください。

調理又は保存の方法: 直射日光を避け、涼しいところに保存してください。

製造者: ○○○株式会社 東京都△△区……

(1日あたりの摂取目安量に含まれる該当栄養成分の量が栄養素等表示基準値に占める割合: 関与成分が栄養素等表示基準値の定められた成分である場合)



## 【条件付き特定保健用食品の表示例】

許可表示:  
「○○を含んでおり、根拠は必ずしも確立されていませんが、  
△△に適している可能性のある食品です。」



# 特定保健用食品の類型

## ・特定保健用食品



## ・特定保健用食品（規格基準型）

特定保健用食品としての許可実績が十分であるなど科学的根拠が蓄積されている関与成分について規格基準を定め、消費者委員会の個別審査なく、事務局において規格基準に適合するか否かの審査を行い許可する特定保健用食品



## ・特定保健用食品（疾病リスク低減表示）

関与成分の疾病リスク低減効果が医学的・栄養学的に確立されている場合、疾病リスク低減表示を認める特定保健用食品



## ・条件付き特定保健用食品

有効性の科学的根拠が、通常の特保健用食品に届かないものの、一定の有効性が確認されている食品を、限定的な科学的根拠である旨の表示をすることを条件として許可する特定保健用食品

