

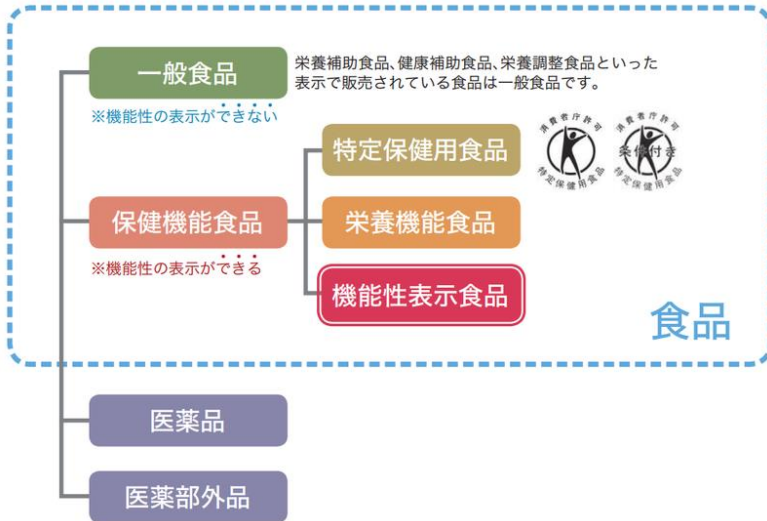
# 機能性表示食品

## 機能性表示食品とは

事業者の責任で科学的根拠をもとに商品パッケージに「おなかの調子を整える」「脂肪の吸収を穏やかにする」などの機能性を表示するものとして、消費者庁に届けられたものです。消費者の皆さんは、表示された機能性を見れば、その食品にどんな機能があるのか、何によいのかなどを簡単に知ることができます。

## 機能性表示食品の位置づけ

食品の機能を表示するには、法律上で様々な決まりがあります。機能を表示することを許された食品は、**保健機能食品**と言います。



## よく聞く「トクホ」との違いはなに？



大きな違いはこのマークがあるかどうか！

「許可証票」という名前で、特定保健用食品にのみ、表示が義務付けられています。消費者庁の許可をもらい、このマークを取得するまでには、第三者機関である消費者委員会による**効果の判断の調査**、食品安全委員会による**安全性の審査**、登録試験機関による**関与成分の量が正しく含まれているかどうかの審査**など、いくつもの厳重な審査が行われます。

## 機能性表示食品の注意点

食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスをとることが大切です。たくさん摂取すれば、より多くの効果が期待できるというものではありません。パッケージには、**摂取目安量・摂取方法**などが書かれていますので、よく読んでから摂取しましょう。

また、以下に当てはまる方は、薬剤師・管理栄養士などの専門家に相談した上で摂取してください。

- ・疾患をお持ちの方
- ・未成年の方
- ・妊娠している方（妊娠を考えている方も含む）
- ・授乳中の方

フォーラルの各薬局では、毎日健康相談を承っています。色々な食品や情報があふれている世の中ですが、それが正しいかどうか迷ったときは、ぜひ薬局にいらしてくださいね。

正しく利用して、日々の健康を維持しましょう！

