

健康食品も問題あり

平成 20 年 6 月 29 日に池袋の豊島区民センターにおいて、薬剤師 沖山敏子さんの講演会が開催されました。NPO 法人医療を考える会「東洋医療を活かした健康づくり」のための集い第 6 回目のあつまりでした。

お話の中心は、健康ブームにのり売り出されている「健康食品」についてです。トクホ、トクホと国が認定した特定保健用食品が大幅に売り上げを伸ばしているが、注意が必要と問題点についてお話がありました。

- ① 一時的にブームを利用するサプリメント業界の体質を見逃してはいけない。
- ② トクホとトクホの相互作用、トクホと医薬品の相互作用についての指導など不十分で制度に問題がある。
- ③ トクホ許可審議の議事録、会議資料の情報公開が必要である。
- ④ 栄養の過剰摂取が問題の場合もある。摂取の仕方を明確に表示の必要がある。
- ⑤ 食経験のないものは慎重な対応が求められる。新商品安全評価を行うべきである。

特定保健用食品として、栄養補助食品の宣伝に国の認定が利用されています。食べていけば健康になるような「油」の宣伝や、飲んでいけば健康で過ごせるようなお茶の宣伝が、テレビやインターネットで毎日大量に流されています。

テレビや雑誌の宣伝をそのまま受け入れているのは問題です。正しい知識を持ち、自分の体をよく知って健康食品を有効に使用できるようにしましょう。買わされる消費者はやめ、必要な物を選べる消費者になりましょう。



(講演する沖山敏子薬剤師)