

令和4年度熊本県「食の安全セミナー」

主催：熊本県、共催：くまもと食の安全安心県民会議、消費者庁

日時：2022年12月7日（月）13:30～15:40

場所：熊本県庁地下大会議室



# 健康食品と正しく付き合うために リスクとベネフィットを考える

NPO法人食の安全と安心を科学する会 (SFSS)

理事長／獣医学博士

山崎 毅 (やまさき・たけし)



[@NPOSFSS\\_event](#)

食の安全と安心

と検索してください。

<http://www.nposfss.com/>





SFSS入会のご案内

SFSS寄付/広告協賛のお

<http://www.nposfss.com/>

食の安全と安心

と検索してください！

top

SFSSとは



活動報告

- » 徳島県リスコミ講演会（テーマ：ゲノム編集食品、令和4年2月27日）
- » ホビークッキングフェア2022にて食品添加物のリスコミ講演を実施しました
- » 記者会見：食品添加物不使用表示に関する食品安全有識者による見解の発表（2022年4月6日）

» 一覧を見る

活動予定



T.Yamasaki (SFSS食の安全と安心) #  
食の安全と安心フォーラム@2021.2.  
『食品ロス削減&SDGs』

#食品ロス削減 #SDGs  
[nposfss.com/cat9/sfss\\_foru...](http://nposfss.com/cat9/sfss_foru...)



キーワードを入力 | Q

- トップ
  - 速報
  - ライブ
  - 個人
  - オリジナル
  - みんなの意見
  - ランキング
- 主要 | 国内 | 国際 | 経済 | エンタメ | スポーツ | IT | 科学 | ライフ | 地域

# 放射性物質を含む水の処分は「安全。でもゼロリスクはない」。その言葉の真意

2019/12/14(土) 11:07 配信  



## 「ゼロリスクはない」



Kensuke Seya / BuzzFeed

ALPSには62種類の放射性物質を取り除く能力があるものの、1種類取り除けないものがある。それが「トリチウム」だ。

東電は、処理水を環境に放出する場合、浄化処理（2次処理）を行い、トリチウム等の放射性物質の量を可能な限り取り除く方針を示している。

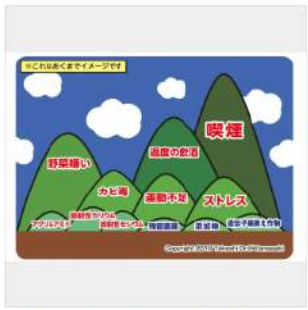
ところが、トリチウムだけは残ってしまう。トリチウムを含む処理水の処分方法に対して、国内外から懸念の声が出ている。

「処理水を海洋放出したとして、それによるリスクがあるか、ないかというリスクはある。トリチウムが放射線（ベータ線）を出す限り、ゼロリスクではない」と話す。

BuzzFeed Newsにそう語るのは、リスクコミュニケーションを専門とする山崎毅氏だ。

「リスクコミュニケーションの基本は『相手はどう捉えるか』を意識することです。伝える側には、専門性だけでなく、誠実性も必要だと考えています」

### 誠実さとは「情報を隠さず議論する姿勢」



発がんリスクを大小で示したイメージ

誠実性が必要なのは、信ぴょう性につながるからだという。

人は情報のみならず、「情報を伝えてくれる相手が信頼できる人物か」を基準に安全・危険を見極める。さらに、安全だと理解することに加え、信頼があって初めて「安心」が成り立つというのが、山崎さんの見解だ。

「私は相手の立場になって、まず何を不安に感じているのかを傾聴し、共感することから始めます。そのあと、『これくらいのリスクなので、どうですか?』とアプローチしていきます」

<https://news.yahoo.co.jp/articles/0e7f86a69d06d85b3a746faf3a68adbf8986405d>

T.Yamasaki (SFSS食の安全と安心) @NPOSFSS\_event

BuzzFeed Japan さんの取材を受けた記事 福島原発処理水のリスクについてお答えしました:



news.yahoo.co.jp

もある。というの、情報発信者によって、受け手の捉え方が変わってきた。

# 食品中の健康リスクはどの程度？

\*いまの日本で人体への直接的健康リスクが最も大きいと思われるものを、以下より3つ選んでください。



- ① 食品の微生物汚染による健康リスク
- ② 食品の化学物質汚染による健康リスク
- ③ 食品の異物混入による健康リスク
- ④ 食品の放射能汚染による健康リスク
- ⑤ 食品添加物による健康リスク
- ⑥ 食品の残留農薬による健康リスク
- ⑦ 遺伝子組換え／ゲノム編集食品による健康リスク
- ⑧ 食品の誤表示による健康リスク
- ⑨ 食品テロ(意図的犯罪)による健康リスク
- ⑩ 食品そのもの(健康食品を含む)による健康リスク

キーパーソンコラム  
Keyperson

# 山崎 毅

YAMASAKI TAKESHI

## プロフィール

1983年 東京大学農学部卒。獣医学博士、リスク学者。1985年 湧永製薬  
入社。米国ロサンダ大学医学部客員研究員を経て、1994年にWakunaga



ある有名割烹料理店でノロウイルスによる集団食中毒が発生し、営業停止になったという。料理長は「食材の調達管理も従業員の衛生管理もしっかりできており、開店から20年間、食中毒など一度も出したことがなかったのに…」と落胆のコメントを残した。これまで事故がなかった(すなわち、いままで「危険」はなかった)からと言って、食中毒のリスクが小さかったとは限らない。リスクとは「将来の危うさ加減」「やばさ加減」であり、不確実性をともなうものなので、本当は大きなリスクがあったけれども、事故以前は運がよかっただけかもしれないのだ。

- 「リスク」は、将来どの程度危険なのかというものさしなので、不確実性をともなう。
- 危険とは健康被害もあれば、経済的損害・価値や名誉の損失などもありうる。
- 将来起こりうる危険の「頻度」×「重篤度(深刻度)」でその大きさを計る。

いま危険という意味ではない

リスクとは「将来の危うさ加減」

# 安全（Safety）の定義

- 人への危害または損傷の危険性が許容可能な水準に抑えられている状態
- 受け入れることのできないリスクからの開放（ISO／IECガイド51）

許容可能なリスク(Tolerable Risk)＝残留リスクが残っている状態でも、「安全」と言える。  
ゼロリスクではない。



# 安心は主観的も別のリスクあり

- **安心は主観的なものであり、判断する主体の価値観に依存する**
- **人により、状況により、国により、文化により異なる**
- **安心は“信頼する” “信じる” という人間の心と強く関係している**
- **安心の反対概念は、心配ないしは不安**

# 食のリスクコミュニケーション (リスコミ)の基本

1. 食品中ハザードのリスク評価&リスク管理が綿密にできているか
2. その健康リスクが当該消費者にとって許容範囲か(安全か)どうか

この2点をわかりやすく伝えれば、消費者自身が安全か否かの判断ができるはずだが、不安な消費者へのリスコミはそう容易ではない… 何故か？





なぜなら・・・

# 消費者のリスク認知には バイアスがある（リスク誤認）



フードインフォマフィラキシー  
食品情報過敏症

**食の安全と安心** と検索してください。

<http://www.nposfss.com/>



# 不安な市民の気持ちに寄り添う “やさしい”リスクコミのコツ

消費者市民の不安や恐怖心を必要以上に煽らず、**冷静にリスクの大小が理解できる**ようなコミュニケーション手法が重要。

【ポイント】リスク認知バイアスの要因となる**不安助長因子を逆手に**とったコミュニケーションが効果的



@NPOSFSS\_event

食の安全と安心 と検索してください。

<http://www.nposfss.com/>



# 消費者のリスク認知バイアス①

安全

OR

危険

無添加

OR

添加物

消費者が態度を  
決めるときは  
二者択一になりがち



# リスクのトレードオフの実例

(比較的小さなリスクを回避することで、さらに大きな実害に遭ってしまうケース)

- 飛行機事故の死亡リスクを恐れて、自動車長距離運転の末に交通事故で死亡！
- 野球で投手が四球を出すのを恐れて、ストライクをとりにいき決勝ホームランを被弾！
- 食品添加物の健康リスクを恐れて、添加物不使用の野菜を食べてO157で死亡！
- 高齢者が加工肉の発がんリスクを恐れて、サルコペニアやフレイルで寝たきりに！
- HPVワクチンの副作用(死亡例なし)を恐れて接種せず、子宮頸がんを発症して死亡！

リスク回避のポイントは『リスクのトレードオフ』  
～子宮頸がんワクチン問題を考察する～ 2017年12月  
<https://blogos.com/article/266066/>



[@NPOSFSS\\_event](#)

# 実際のリスク比較は・・・

**安全・安心**  
リスク評価済み

OR

**安全・安心？**  
リスク未評価

**化学合成**  
**添加物**

OR

**天然の**  
**食品成分**

**消費者が態度を  
決めるときは  
二者択一になりがち**





SFSS入会のご案内

SFSS寄付/広告協賛

<http://www.nposfss.com/>

食の安全と安心

食のリスクコミュニケーション・フォーラム2022 (4回シリーズ)

## 消費者市民に対して説得ではなく理解を促すリスコミとは

【開催日】4月24日(日)、6月26日(日)、8月28日(日)、10月30日(日)

各回13:00~17:30

【開催場所】当面コロナ禍対応のためオンライン開催 (Zoom)

\*東京大学農学部中島董一郎記念ホールが使用可の場合、ハイブリッド開催に移行

【主催】NPO法人食の安全と安心を科学する会 (SFSS)

### 第1回 4月24日 日

#### テーマ：食品添加物の不使用表示について

- ① 宇野 真麻 (消費者庁食品表示企画課 課長補佐)  
『食品添加物の不使用表示に関するガイドラインについて』
- ② 佐々 義子 (くらしとバイオプラザ21 常務理事)  
『“〇〇でない表示”で広まるリスク誤認』
- ③ 小島 正美 (食品安全情報ネットワーク (FSIN) 共同代表)  
『無添加・不使用表示のこれから (仮題)』



[フォーラム2021 \(4回シリーズ\) 活動報告](#)

» [食の安全と安心フォーラム第20回 \(2/21\) 活動報告](#)

» [一覧を見る](#)

[2022/02/26: いはなゼンファクトリーエッセイのからい  
〜リスク情報の真偽を見極める批判的思考のコツ〜](#)  
2022/02/23: [【参加費無料】徳島県 令和3年度 食の安全  
安心に向けたリスクコミュニケーション \(2/27、ハ  
イブリッド\)](#)

2022/02/20: [SFSS食の安全と安心フォーラム第22回  
「食の安全と安心を科学する会」の活動報告](#)

# 消費者のリスク認知バイアス②

## リスク・イメージの因子分析 (Slovic)

因子Ⅰ：恐ろしさ因子

因子Ⅱ：未知性因子

因子Ⅲ：災害規模因子

不安を助長する  
3因子

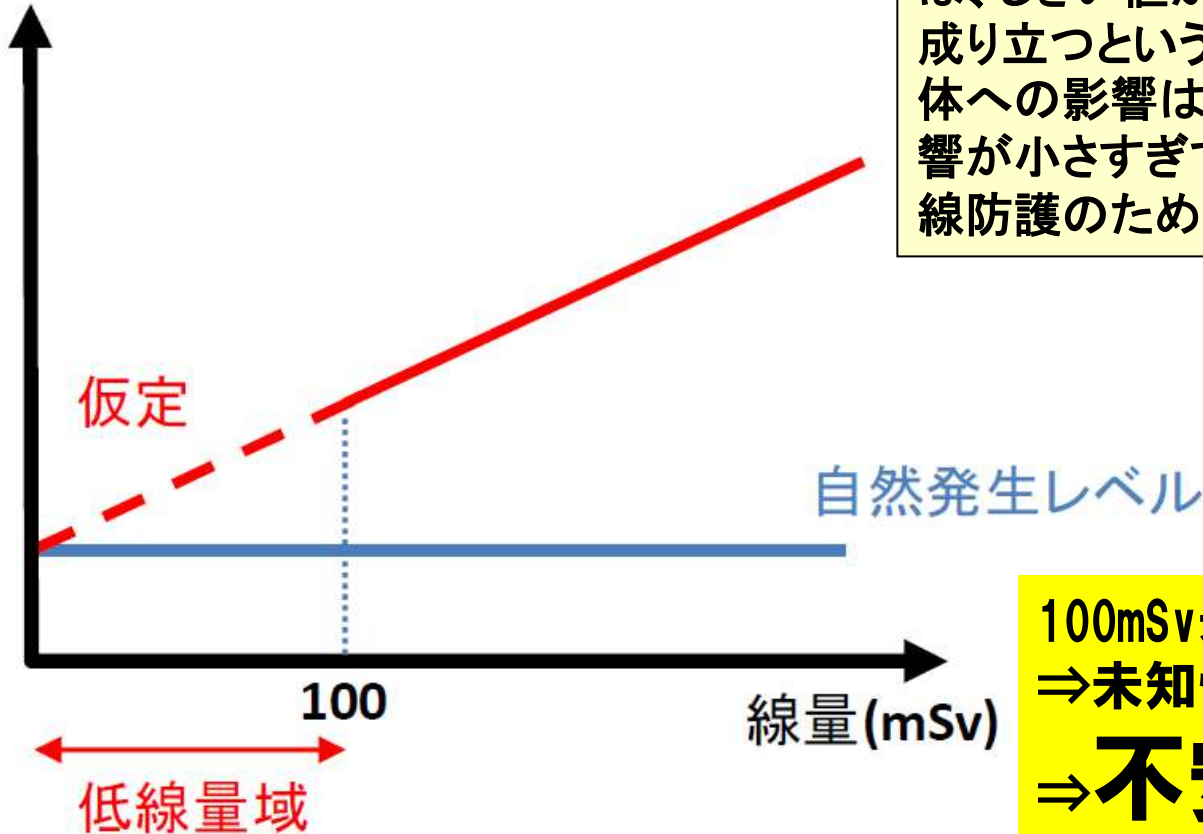
やっぱり放射能は怖い。  
どのくらいの放射線で  
癌になるのかわからないなら、  
子供たちに放射能汚染  
食品は絶対与えないわ。



# LNT 仮説

しきい値なし直線仮説の模式図

がんによって死亡する人の割合



しきい値無し直線仮説 (Linear Non-Threshold : LNT 仮説) とは？

放射線の被ばく線量と影響の間には、しきい値がなく直線的な関係が成り立つという考え方。放射線の人体への影響は100mSv以下では影響が小さすぎて見えないので、放射線防護のために、この仮説を用いる。

100mSv未満はわからない  
⇒未知性因子を刺激  
⇒**不安**



**Q(消費者):福島県産の農産物や食品の放射能レベルは気にすべき健康リスクなののでしょうか?**

**A(SFSS):まったく心配する必要のない放射線レベルで、我々が毎日摂取している通常食品からの被ばく量と変わらず、許容範囲のリスク(=安全)です。**

消費者庁ホームページ:『食品と放射能Q&A 第10版』より

図1

### ■天然の放射性物質による被ばく

食品中のカリウム40のおおよその量



食品中の放射性カリウム(K-40:天然の放射線)は、のきなみ数十ベクレル/kgから数百ベクレル/kgなのに、同じ放射線を出す放射性セシウムを100ベクレル/kg以下に抑えるための放射能検査をする意味があるのか?海外の食品中放射性セシウムの基準は1,000ベクレル/kgだが、それならば天然の放射線被ばくを超える可能性が出てくるため、規制する意味が理解できる。



**SFSS**  
science of food  
safety and security

NPO法人

食の安全と安心を科学する会

食の安全と安心

と検索してください

● 消費者・市民団体・研究者・自治体のみなさまへ

● 食品企業のみなさまへ

● 報道関係(メディア)のみなさまへ

[www.nposfss.com/](http://www.nposfss.com/)

**フェイクニュースに騙されないコツは  
批判的思考でエビデンスを調べること  
すなわち、ファクトチェック**



我々は「食の安全と安心の最適化」を目指します

『リスク認識をゆがめる“マーケティング・バイアス”』

理事長雑感2016年2月号

[http://www.nposfss.com/blog/marketing\\_bias.html](http://www.nposfss.com/blog/marketing_bias.html)

**意図的な虚偽(フェイクニュース)を  
流すのは誰だ！**



Dr.K

top

■ SFSS

» 発起人・理

» ごあいさ

» 当NPOのミ

» 研究中のテーマ

» 組織概要

■ 活動報告

» [食の安全・食肉まつり ～なごの町  
で食肉について考える～](#)

» [食の安全と安心フォーラムVII ～我が  
国における食物アレルギーのリスク管  
理と低減化策～](#)

» [食育シンポジウム『減塩と健康』](#)

» ニ

■ 活動予定

» [食の安全と安心フォーラムVII](#)

» [第2回ペットと人のインター](#)

# 「ファクトチェック・イニシアティブ」発足記者会見(2017/6/21) (FactCheck Initiative Japan, FIJ)



BuzzFeed NEWS / REPORTING TO YOU Menu

Search

## 「デマ・虚偽情報の検証を」ジャーナリストや研究者、弁護士らが団体を発足

「ファクトチェック・イニシアティブ」(FIJ)が発足

2017/06/21 12:20



Kazuki Watanabe  
坂辺一樹 BuzzFeed News Reporter, Japan



デマや真偽不明の情報がSNSなどで拡散する中、その情報の大事さが再認識されている。6月21日、ジャーナリストや「ファクトチェック・イニシアティブ」(FIJ)を立ち上げ、都内で

FIJ事務局長の楊井人文氏は「メディア関係者は、ファクトだ」と強調し、設立目的を次のように語った。



・「記者会見を開催しました」(FIJ)

[http://fij.info/archives/news\\_event/17062101](http://fij.info/archives/news_event/17062101)

ファクトチェックとは

リツイート済み



T.Yamasaki (SFSS食の安全と安心) @NPOSFSS\_event · 6月30日

食の安全と安心フォーラム@2022.2.20

いまなぜファクトチェックなのか

～食のリスクにかかわる誤情報に立ち向かうために～

[nposfss.com/cat9/sfss\\_foru...](https://nposfss.com/cat9/sfss_foru...)



<https://fij.info/introduction>

ホーム ▶ ファクトチェックとは

NPO法人 F I J ・ 早稲田大学ジャーナリズム大学院 共同主催  
F I J 設立記念ファクトチェック・シンポジウム

# 「ポスト真実」時代における ファクトチェックの可能性

**4/22** 13:00~

@早稲田大学  
国際会議場



モデレーター  
小島慶子



ゲストスピーカー  
アーロン・シャロックマン  
(PolitiFact 事務局長)

登壇予定 (敬称略)

古田大輔  
(BuzzFeed Japan 編集長)

林尚行  
(朝日新聞政治部次長)

下村健一  
(白鷗大学客員教授)

坂本旬  
(法政大学教授)

ほか

B! 0

いいね! 135

シェア

ツイート

LINE LINEで送る

## ファクトチェックとは

基本的な考え方

コミックでわかるファクトチェック

リーフレットで知るファクトチェックの考え方

国際的なルール

F I J のガイドライン

F I J のレーティング基準

国際ファクトチェック・デー

世界のファクトチェック活動

日本のファクトチェック活動

## ファクトチェックとは

ファクトチェックとは、社会に広がっている情報・ニュースや言説が事実に基づいているかどうかを調べ、そのプロセスを記事化して、正確な情報を人々と共有する営みです。一言でいえば、「真偽検証」です。

● 消費者・市民団体・研究者・自治体のみなさまへ

● 食品事業者のみなさまへ

● 報道関係(メディア)のみなさまへ

[top](#) > [今気になる食の安全と安心情報](#)

## ■ SFSSとは

- » [発起人・理事長あいさつ](#)
- » [ごあいさつ\(服部幸應\)](#)
- » [当NPOのミッションと事業活動の概略](#)
- » [研究中のテーマ](#)
- » [組織概要](#)
- » [About SFSS\(NPO, Science of Food Safety & Security\)](#)
- » [Our NPO's Missions and Activities](#)
- » [Fact-checking of Food, Health, and Medicine](#)
- » [Chairmans BLOG](#)

## ■ 活動報告

- » [食の安全と安心フォーラム第19回\(7/26\)活動報告](#)
- » [食のリスクコミュニケーション・フォーラム2020  
第1回：『ゲノム編集食品～新た](#)

### <対象範囲と選択基準>

ファクトチェックの対象は以下の範囲とします。国内のマスメディア/ソーシャルメディアにおける食・健康・医療に関する科学報道や言説のうち、検証可能な事実を対象とします。有識者等の発言を引用した報道や著作物であっても、当該発言内容が検証可能な事実に関するものであれば対象とします。

また対象範囲の言説の中から、市民に対する影響が大きいものを優先的にファクトチェックし、**事実検証することの公益性が高いものを選択することを原則とします**(重箱の隅をつつくような検証は行わない)。

### <判定基準>

SFSSは、本ファクトチェックの結論として、以下の判定(レーティング)基準を用いて発表します：

レベル0 (正確)	言説は、科学的根拠が明確な事実に基づいており正確である。
レベル1 (根拠不明)	調査の結果、事実かどうかの科学的根拠が見いだせなかった場合。なお、科学的根拠を示すべき責任は言説の発信者にあるものとする。
レベル2 (不正確)	事実に反しているとはまでは言えないが、言説の重要な事実関係について科学的根拠に欠けており、不正確な表現がミスリーディングである。
レベル3 (事実に反する)	言説は、科学的根拠を欠き事実に反する。
レベル4 (フェイクニュース)	言説は事実に反すると同時に、意図的な虚偽の疑いがある。

### <訂正方針>

SFSSの記事に誤りがあった場合には、当該記事の末尾に訂正日付とともに明記します。ただし、誤字脱字の修正など、内容に影響しない軽微な表現上の修正を除きます。

### <運営主体>

本ファクトチェックプロジェクトはSFSS(特定非営利活動法人食の安全と安心を科学する会)が運営しています。SFSSは主に、正会員・賛助会員の入会金・年会費、ならびに一般からの寄付金によって事業活動を行っています。SFSSの定款・役員名簿・事業報告など事業活動の概要については「[組織概要ページ](#)」にてご参照ください。

\*編集責任者：山崎 毅 (SFSS理事長)  
スタッフ：SFSSの理事、正会員、事務局職員など

SFSS入会のご案内

SFSS寄付/広告協賛のお願い

講師派遣のご案内

食のリスクに関するご質問はこちら

top » 今気になる食の安全と安心情報 » 食・健康・医療のフ  
も」⇒「フェイクニュース(レベル4)」

[http://www.nposfss.com/cat3/fact/w\\_josei\\_20211019.html](http://www.nposfss.com/cat3/fact/w_josei_20211019.html)

～SFSSが週刊女性記事(2021年10月19日号)をファクトチェック!～

## ■SFSSとは

- » [発起人・理事長あいさつ](#)
- » [ごあいさつ\(服部幸應\)](#)
- » [当NPOのミッションと事業活動の概略](#)
- » [研究中のテーマ](#)
- » [組織概要](#)
- » [About SFSS\(NPO, Science of Food Safety & Security\)](#)
- » [Our NPO's Missions and Activities](#)
- » [Fact-checking of Food, Health, and Medicine](#)
- » [Chairmans BLOG](#)

## ■活動報告

- » [記者会見：食品添加物不使用表示に関する食品安全有識者による見解の発表\(2022年4月6日\)](#)
- » [食の安全と安心フォーラム第21回『食物アレルギーのリスク低減を目指して』\(7/11\)活動報告](#)
- » [食のリスクコミュニケーション・フォーラム2021\(4回シリーズ\)活動](#)

## 食・健康・医療のファクトチェック

「遺伝子を破壊した野菜や魚『ゲノム編集食品』は安全審査なし、発がん物質の発見も」⇒  
「フェイクニュース(レベル4)」

～SFSSが週刊女性記事(2021年10月19日号)をファクトチェック!～



SFSS *Fact-checking of Food, Health, and Medicine*  
science of food  
safety and security

レベル4  
週刊女性記事(2021年10月19日号)

「遺伝子を破壊した野菜や魚「ゲノム編集食品」は  
安全審査なし、発がん物質の発見も」

新たな育種技術である「ゲノム編集」により作出されたトマトが国内市場に初登場して話題となっているが、これには昨年ノ  
ーベル化学賞を受賞された2人の研究者、エマニュエル・シャルパンティエとジェニファー・ダウドナが開発した「CRISPR-

ライフ

2022/3/3

## ゲノム編集食品のリスクとベネフィットを考える「なぜ安全性審査の対象外なのか」

健康 ビジネス 食品

週刊女性PRIME

印刷 ツイート



シリアンアンルージュ・ハイギャバ (写真提供/サナテックシード社)

今回の取材で、ゲノム編集に出しており、SDGsに必要な農産物の生産を向上させるのうながりが出ています。

取材・文/山崎悦 NPO食の安全



江面浩先生

<https://www.jprime.jp/articles/-/23313>

ライフ

2022/3/3

## ゲノム編集食品のリスクとベネフィットを考える「なぜ安全性審査の対象外なのか」

健康 ビジネス 食品

週刊女性PRIME

印刷 ツイート

次に、マダイとトラフグというゲノム編集魚類の実用化に世界で初めて成功した京都大学農学研究科准教授でリージョナルフィッシュ株式会社 CTOの木下政人先生にZoom取材した。

ー今回発売されたゲノム編集のマダイとトラフグについて、わかりやすくご説明いただけますか？



木下政人先生

【写真】ゲノム編集マダイ

木下「はい。マダイ・トラフグ、ともにゲノムの狙った位置をCRISPRで切断して、特定の遺伝子(※)を欠損させた新品種になります。単純にいうと、ゲノム編集で魚の成長に関連する遺伝子の機能を調整すると、肉厚の魚に変身するということです」

(※) マダイでは「ミオスタチン」、トラフグでは「レプチン」



ゲノム編集マダイ (写真提供/リージョナルフィッシュ社)

安全性が高い育種技術



T.Yamasaki (SFSS食の安全と安心) #Masks4all @NPOSFS... · 2月25日 ...

遺伝子組換え/ゲノム編集食品のリスクはどの程度？！  
～ノーベル賞学者リチャード・ロバーツ氏の一問一答～

[http://www.nposfss.com/blog/richard\\_roberts.html](http://www.nposfss.com/blog/richard_roberts.html)

#GMO #遺伝子組換え作物 #ゲノム編集食品 #ノーベル賞



まずロバーツ氏の講演タイトルから、ズバリ核心をついている  
:"150 Nobel Laureates support GMOs" すなわち、「150人のノ  
ーベル賞学者たちは遺伝子組換え作物(GMOs)を支持してい  
る」という意味だが、ほとんど「それでもあなたたちはGMOsが  
危険だと思うの？」と問いかけているようだ。

遺伝子組換え/ゲノム編集食品のリスクはどの程度？！～ノーベル賞...  
"リスクの伝道師"SFSSの山崎です。本ブログでは、毎月食の安全・安心  
に係るリスクコミュニケーション(リスコミ)のあり方を議論してお...

SFSS理事長雑感 2019年11月30日

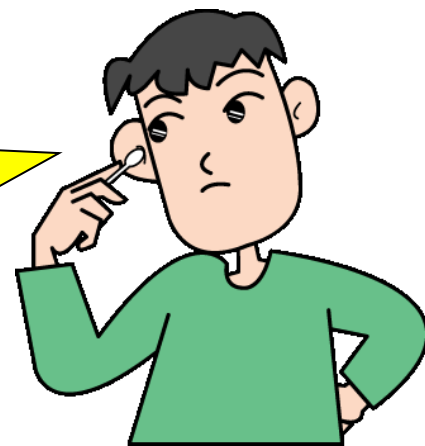


# 消費者のリスク認知バイアス③

## 確証バイアス

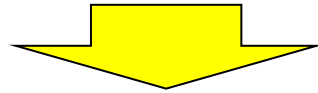
消費者は「危険重視の本能」があり、危険情報の方を信じる。一度「食品添加物は危険」という判断を行うと、それが先入観になる。そして、自分の判断の正しさを証明する情報ばかりを集めて、そうでない情報は拒絶するという「確証バイアス」に陥り、さらに先入観が増長される。

無添加食品の方が添加物を使用した加工食品よりリスクが小さいのは当然だ？！



# 『**確証バイアス**』に陥った消費者

自分の信じた危険情報ばかりを集めて、  
リスク認知バイアスが深刻な状態③



## 不安助長因子を逆手にとった スマート・リスクコミュニケーションとは

- まずはその消費者が「**確証バイアス**」の要因となっている信念や仮説にいたった原因に共感した設問を投げかける。
- そのうえで、学術的理解を与える科学的根拠をわかりやすく提供することで、「**説得する**」のではなく「**理解**」につながる。

「**確証バイアス**」を補正するスマートリスコミとは  
～食品添加物は不健康とした消費者の79%が「加工食品を安心して食べる」と回答～  
理事長雑感2018年11月19日 [http://www.nposfss.com/blog/smart\\_risk\\_comi.html](http://www.nposfss.com/blog/smart_risk_comi.html)



# 食品添加物のおはなし (YouTube)

<https://t.co/Fa9Bce6eKD>



私たちは大小の発がんリスクの山の中にいる。  
いつのまにか「どんぐりの背比べ」になっていないか？

※これはあくまでイメージです



悪玉

# コレステロールを 下げる食品の選び方

コレステロール値が気になり始めると、思わず目に飛び込んでくるのが、食品パッケージに書かれた「悪玉コレステロールを下げる」などの文字。なるべく薬に頼りたくないからこそ、心得ておきたいことがあります。

お話・監修 山崎 毅 NPO法人食の安全と安心を科学する会理事長、獣医学博士



『栄養と料理』2020年8月号より

## トクホも機能性表示食品も 薬」ではないことに注意

近年、コレステロール値の改善をはじめ、糖の吸収をおさえる」高めの血圧を下げる」などの機能をうたった、大手の食品会社や製薬会社の食べ物や飲み物をあちこちで見かけるようになりました。科学的根拠に基づいてこのような表示をすることが許されている食品には、次の3種類があります ↓↓↓次スライド

# 「食品」と「医薬品」の区分



私たちが食べたり飲んだりするものうち、「医薬品」と「医薬部外品」以外はすべて「食品」。「食品」には、「機能性の表示ができるもの」と「できないもの」があり、法律によって表示のルールが定められています。

## 食品

### 一般食品

→ 機能性の表示ができない

健康目的をまったく標榜しない通常の食料品のほか、健康目的を標榜する「いわゆる健康食品」（「栄養補助食品」「サプリメント」「健康補助食品」「栄養調整食品」などと表示）も多く市販されています。

### 保健機能食品

→ 機能性の表示ができる

特定保健用食品（トクホ）

→ 個別許可制

栄養機能食品

→ 自己認証制

機能性表示食品

→ 届出制

### 医薬品

### 医薬部外品





# いわゆる健康食品が機能性表示食品に格上げするとなぜ医療費抑制になるのか

いわゆる健康食品



毎日クッキリ・明るい毎日  
ビルベリーエキスがたっぷり40mg  
芸能人の〇〇が絶賛



機能性表示食品  
届出番号:A199



眼精疲労を緩和: 査読つき臨床論文あり  
ビルベリーエキス160mg  
GMP基準施設にて製造

Effective ? ⇒ Questionable

Possibly Effective

# 機能性表示食品の届出情報検索(消費者庁ホームページ)

<https://www.fld.caa.go.jp/caaks/cssc01/>

## 機能性表示食品の届出情報検索

### 機能性表示食品の届出情報検索

届出番号	<input type="text"/> ~ <input type="text"/>
届出年度	<input type="text"/> ~ <input type="text"/> (西暦)
届出日	<input type="text"/> ~ <input type="text"/> (入力例:2018/04/01)
届出者名	<input type="text"/> ※部分一致検索 ※株式会社、(株)、社、有限会社などの法人の形態を示す文字の入力は不要です。
届出者の住所	<input type="text"/> ※部分一致検索
商品名	<input type="text"/> ※部分一致検索
食品の区分	<input type="text"/>
機能性関与成分を含む原材料名	<input type="text"/> ※部分一致検索
機能性関与成分名	<input type="text"/> ※部分一致検索
表示しようとする機能性の①	<input type="text" value="コレステロール"/> ※部分一致検索
表示しようとする機能性の②	<input type="text"/> ※部分一致検索
機能性の評価方法	<input type="checkbox"/> 最終製品を用いたヒト試験(ヒトを対象とした試験)により、機能性を評価している。 <input type="checkbox"/> 最終製品に関する研究レビュー(一定のルールに基づいた文献調査(システマティックレビュー))で、機能性を評価している。 <input type="checkbox"/> 最終製品ではなく、機能性関与成分に関する研究レビューで、機能性を評価している。
販売中の食品のみ表示する	<input type="checkbox"/>

※各検索項目は、単一のキーワードのみ入力が可能です。複数のキーワードによる検索は行えません。

検索

データ出力 (全139件)  
(CSV出力)

届出番号	届出日	届出者名 (法人番号)	商品名	食品の区分	機能性関与成分名	表示しようとする機能性	販売中	変更	撤回
A49	2015/05/28	大塚製薬株式会社 (7010001012986)	大麦生活 大麦ごはん	加工食品(その他)	大麦β-グルカン	本品には大麦β-グルカン(食物繊維)が含まれます。大麦β-グルカンには糖質の吸収を抑える、血中コレステロールが高めの方の血中コレステロールを低下させる、おなかの調子を整える機能があることが報告されています。	<input type="checkbox"/>	2021/03/18	<a href="#">詳細</a>
A50	2015/05/28	大塚製薬株式会社 (7010001012986)	大麦生活 大麦ごはん 和風だし仕立て	加工食品(その他)	大麦β-グルカン	本品には大麦β-グルカン(食物繊維)が含まれます。大麦β-グルカンには糖質の吸収を抑える、血中コレステロールが高めの方の血中コレステロールを低下させる、おなかの調子を整える機能があることが報告されています。	<input type="checkbox"/>	2021/03/18	<a href="#">詳細</a>

1-10件表示/139件中 << 前へ 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 次へ >>



消費者庁のウェブサイトで公開されている  
「届出食品の科学的根拠等に関する基本情報（様式I）」例

『栄養と料理』2020年8月号より

1. 安全性に関する基本情報

様式I：届出食品の科学的根拠等に関する基本情報（一般消費者向け）

届出食品に関する機能性表示食品の科学的根拠等に関する基本情報

商品名	プロシアニジン含有食品
商品の区分	加工食品中の粉
届出食品の成分名	プロシアニジン含有食品
届出食品の原料	本品はプロシアニジン含有食品です。プロシアニジン含有食品は、食品中のプロシアニジン含有量が定められています。本品は、食品中のプロシアニジン含有量が定められています。本品は、食品中のプロシアニジン含有量が定められています。
届出食品	プロシアニジン含有食品

1. 安全性に関する基本情報

(1) 安全性の評価方法

届出者は当該食品について、  
①理化学的評価により、十分な安全性を確認している。  
②既存食品による食生活の評価により、十分な安全性を確認している。  
③既存食品による安全性試験結果の評価により、十分な安全性を確認している。  
④安全性試験の実施により、十分な安全性を確認している。

(2) 無添加食品の安全性に関する科学的根拠の評価

【食生活の評価（理化学的評価による食生活の評価）】  
提供されていない。  
【食生活の評価（既存食品を用いた評価）】  
機能性成分であるプロシアニジン含有食品は、古くからの食品原料であると考えられる。また、機能性成分の成分となる原料である植物性原料について、その成分である植物性原料は、古くからの食品原料であると見られる。  
【安全性試験に関する評価（既存食品による安全性試験の評価）】  
プロシアニジン含有食品について2段階の試験を行ったが、該当する情報は見当たらなかった。信頼性試験については、食品中のプロシアニジン含有食品の安全性が評価されている。信頼性試験の結果により、十分な安全性が認められ、健康、口内炎を生じる可能性が2段階に認められた。出典とされた研究は、いずれも食品原料に由来しているものとは異なる植物性原料によるものである。プロシアニジン含有食品に関する安全性試験について信頼性試験を行った結果、当該食品に由来する成分は、十分な安全性を有していることが確認された。そこで、信頼性試験に関する評価を併せて実施することによってプロシアニジン含有食品の安全性を確認した。当該食品に使用している植物性原料（フラクトオリゴ糖）に関する安全性試験について信頼性試験を行った結果、信頼性試験の結果は、いずれも安全性について懸念となる結果は認められなかった。また、信頼性試験と同様にプロシアニジン含有食品を配合し、プロシアニジン含有食品の原料に由来する成分に関する安全性試験を行ったところ、信頼性試験の結果は、いずれも安全性について懸念となる結果は認められなかった。

(3) 製造・製造及び品質管理に関する情報

製造方法は、HACCP、ISO 22000、FSSC 22000に基づいて実施している工場である。

2. 生産・製造及び品質管理に関する情報

製造方法は、HACCP、ISO 22000、FSSC 22000に基づいて実施している工場である。

3. 機能性に関する基本情報

3. 機能性に関する基本情報

(1) 機能性の評価方法

届出者は当該食品について、  
①信頼性試験を用いた評価（ヒトを対象とした試験）により、機能性を評価している。  
②信頼性試験に関する研究レビュー（一定のルールに基づいた文献調査（システマティックレビュー））で、機能性を評価している。  
③信頼性試験ではなく、機能性成分に関する研究レビューで、機能性を評価している。

(2) 無添加食品の機能性に関する科学的根拠の評価

ア、信頼性試験  
プロシアニジン含有食品は、プロシアニジン含有食品に関する研究レビューにより、機能性を評価している。  
イ、既存  
プロシアニジン含有食品は、プロシアニジン含有食品に関する研究レビューにより、機能性を評価している。  
エ、信頼性試験  
プロシアニジン含有食品は、プロシアニジン含有食品に関する研究レビューにより、機能性を評価している。  
オ、信頼性試験  
プロシアニジン含有食品は、プロシアニジン含有食品に関する研究レビューにより、機能性を評価している。  
カ、信頼性試験  
プロシアニジン含有食品は、プロシアニジン含有食品に関する研究レビューにより、機能性を評価している。  
キ、信頼性試験  
プロシアニジン含有食品は、プロシアニジン含有食品に関する研究レビューにより、機能性を評価している。  
ク、信頼性試験  
プロシアニジン含有食品は、プロシアニジン含有食品に関する研究レビューにより、機能性を評価している。  
ケ、信頼性試験  
プロシアニジン含有食品は、プロシアニジン含有食品に関する研究レビューにより、機能性を評価している。  
コ、信頼性試験  
プロシアニジン含有食品は、プロシアニジン含有食品に関する研究レビューにより、機能性を評価している。  
ク、信頼性試験  
プロシアニジン含有食品は、プロシアニジン含有食品に関する研究レビューにより、機能性を評価している。  
ケ、信頼性試験  
プロシアニジン含有食品は、プロシアニジン含有食品に関する研究レビューにより、機能性を評価している。  
コ、信頼性試験  
プロシアニジン含有食品は、プロシアニジン含有食品に関する研究レビューにより、機能性を評価している。

変更履歴

(2019/06/12) 様式Ⅲ、別紙様式（Ⅲ）

(2019/08) 様式Ⅵ、表示

変更履歴

様式Ⅰ 安全性評価
様式Ⅱ 生産・製造及び品質の管理
様式Ⅲ 健康被害の情報収集体制
様式Ⅳ 機能性の科学的根拠
様式Ⅴ 表示の内容/表示見本
様式Ⅵ 食品関連事業者及び届出食品に関する基本情報/別紙様式

2019/06/12	様式Ⅲ、別紙様式（Ⅲ）	1. 表示の見本
2019/08/08	様式Ⅵ、表示見本	表示見本の作成
2019/08/08	様式Ⅵ、別紙様式（Ⅲ）	1. 表示の見本

様式II~VIIはここから

ここまで公開...  
でもどれが安全？  
よくきくのは？



# 様式Ⅱ：安全性評価

商品名

伊右衛門プラス325コレステロール対策

## ■ 既存情報を用いた評価

### ② 2次情報

公的機関のデータベース情報

あり  なし

民間や研究者等が調査・作成したデータベースの情報

あり  なし

(データベースに情報が「あり」の場合：食経験に関する安全性の評価の詳細については、下記、「別紙様式(Ⅱ)－1 評価の詳細」を参照してください。)

評価が十分  評価が不十分

### 【機能性関与成分に関する評価】

機能性関与成分（プロシアニジン B1 及び B3）の食経験について、2次情報の調査を行った。その結果、以下の報告があった。

・食品においては、カカオやナッツ、りんご、ぶどうなどに多く含まれている<sup>1)</sup>。

以上より、機能性関与成分であるプロシアニジン B1 及び B3 は一般に食用とされている果実等に広く含まれていると考えられる。しかしながら、2次情報に摂取量に関する記載がなく、当該食品に含まれている機能性関与成分の3倍量までの喫食実績については不明であることから、評価が不十分と判断した。

(検索語：プロシアニジン、procyanidin)

### 【松樹皮抽出物に関する評価】

併せて、機能性関与成分の主な由来となる原材料である松樹皮抽出物の食経験についても、2次情報の調査を行った。その結果、以下の報告があった。

(検索語：松樹皮抽出物、pine bark)

- ・マツは古代からさまざまな部位が薬用として使用されてきた<sup>1)</sup>。
- ・マツ樹皮は北米先住民が古くから利用しているもので、外皮（コルク）を除去した後に乾燥させた内側の樹皮が使用部位になっている<sup>1)</sup>。
- ・松樹皮抽出物は、欧米においても広く使用されており、2018年4月時点で465品目以上の製品に対し使用実績がある<sup>2)</sup>。

以上より、松樹皮抽出物について、その基原である松樹皮は古くからの食経験を有すると考えられる。しかしながら、2次情報に摂取量に関する記載がなく、当該製品に含まれている機能性関与成分の3倍量までの喫食実績については不明であることから、評価が不十分と判断した。

(データベース名)

1. 国立研究開発法人 医薬基盤・健康・栄養研究所 国立健康・栄養研究所  
「健康食品」の素材情報データベース
2. Therapeutic Research Center  
Natural Medicine Comprehensive Database

# 様式Ⅱ：安全性評価

商品名

伊右衛門プラス325コレステロール対策

## ⑤ 1次情報

(「あり」の場合の詳細については、下記、「別紙様式(Ⅱ)－1評価の詳細」を参照してください。)

### 1次情報の有無

あり  なし

### 安全性の評価

評価が十分  評価が不十分

既存情報の機能性関与成分と届出をしようとする機能性関与成分の  
考察している。

(調査時期)  
2019年1月22日

(検索条件)  
【機能性関与成分に関する評価】

検索①  
データベース：PubMed  
キーワード：(“procyanidin B1” or  
“procyanidin B3”) and ( “safety” or  
“toxicity” )

検索②  
データベース：JDreamIII  
キーワード：(“プロシアニジン B1” or “プロ  
シアニジン B3”) and ( “安全性” or “毒性” )

【松樹皮抽出物に関する評価】

検索③  
データベース：PubMed  
キーワード：” flavangenol” and ( “safety”  
or “toxicity” )

検索④  
データベース：JDreamIII  
キーワード：松樹皮抽出物 and ( “安全性” or  
“毒性” )

(最終的に評価に用いた件数と除外理由)

【機能性関与成分に関する評価】

最終評価に用いた件数：0件

除外理由：

・安全性評価に関する情報がないため 19件

【松樹皮抽出物に関する評価】

最終評価に用いた件数：3件

除外理由：

・安全性評価に関する情報がないため 4件

(安全性の評価)

【機能性関与成分に関する評価】

データベースを用いた検索結果より直接評価に  
使用することができた文献は0件であった。そこ  
で、機能性関与成分の主な由来となる原材料であ  
る松樹皮抽出物に関する評価を併せて実施するこ  
とで、機能性関与成分の安全性を確認することと  
した。

# 機能性表示食品の届出情報を検証する 第三者機関: ASCON

(一社)消費者市民社会をつくる会 (ASCON) 科学者委員会  
委員長: 鈴木勝士、事務局: 山崎毅



<http://ascon.bz/>

ASCON科学者委員会 機能性表示食品の根拠に関する評価判定表(抜粋) 出典: <http://ascon.bz/>

消費者庁への届出情報				ASCON科学者委員会による総合評価判定			届出者と科学者委員会の交信履歴				
届出番号	商品名	届出者名	区分	機能性成分と成分名	表示しようとする機能性	ASCON 総合評価判定	科学者委員会の質問・要望(1回目)	科学者委員会の質問・要望(2回目)	届出事業者からの回答(1回目)	科学者委員会の質問・要望(3回目)	届出事業者からの回答(2回目)
			加工	γ-オリエンタン 5.5g	本品にはγ-オリエンタンが含まれます。γ-オリエンタンは血中コレステロール値や悪玉(LDL)コレステロール値を低下させる作用があることが報告されています。本品はコレステロールの蓄積の妨げに効果的な食品です。	◎	特になし。		特になし。		
			加工食品(その他)	「プレミアガセ」(Liposan CP2305)	本品には「プレミアガセ」(Liposan CP2305)が含まれており、腸内環境の改善に役立つ効果が期待されます。	◎	特になし。		特になし。		

届出者自身による評価判定				機能性の根拠 (届出事業者による要約)				安全性・品質の根拠 (届出事業者による要約)					
審査(1回目)	届出事業者からの回答(2回目)	届出者評価判定	区分	添付文書数	試験法(1)の有無	試験法(2)の有無	試験法(3)の有無	添付文書の有無	総合判定(添付文書)	安全性試験要約	品質試験要約	安全性試験要約	品質試験要約
0	0	◎	健康食品	4	有	有	有	4	1	本品は日本全国において製造・販売されている食品であり、安全性は十分に確保されている。また、本品は食品衛生法に基づき製造されているため、品質は十分に確保されている。	本品は日本全国において製造・販売されている食品であり、安全性は十分に確保されている。また、本品は食品衛生法に基づき製造されているため、品質は十分に確保されている。	本品は日本全国において製造・販売されている食品であり、安全性は十分に確保されている。また、本品は食品衛生法に基づき製造されているため、品質は十分に確保されている。	本品は日本全国において製造・販売されている食品であり、安全性は十分に確保されている。また、本品は食品衛生法に基づき製造されているため、品質は十分に確保されている。



一般社団法人 消費者市民社会をつくる会  
代表理事 阿南 久

# 機能性表示食品の届出情報を検証する 第三者機関: ASCON

(一社)消費者市民社会をつくる会 (ASCON) 科学者委員会  
委員長: 鈴木勝士、事務局: 山崎毅



<http://ascon.bz/>

- 「**A**」: 有効性について十分な科学的根拠がある (RCT論文が5報以上あり、有効の判定が75%以上、もしくはシステマティックレビューで有効の場合、あるいは最終製品での肯定的RCT論文が2報以上の場合)
- 「**B**」: 有効性についてかなりの科学的根拠がある (RCT論文が2報以上あり、有効の判定が65%以上の場合、あるいは最終製品でのRCTが1報の場合)
- 「**C**」: 有効性についてある程度の科学的根拠がある (RCT論文が1報のみ、あるいは2報以上で有効と無効が拮抗する=有効の判定が65%未満の場合)
- 「**保留**」: 消費者庁ガイドラインへの適合性ととも、統計学の利用法などガイドラインに詳細を明記されていない事項に関して有効性の科学的根拠が不足しており、委員会の独自基準(ABC判定)をクリアしていない場合に、届出者からの追加資料を待つという意味で評価判定を保留とする。



# 機能性表示食品の届出情報を検証する 第三者機関: ASCON

(一社)消費者市民社会をつくる会 (ASCON) 科学者委員会  
委員長: 鈴木勝士、事務局: 山崎毅



<http://ascon.bz/>

届出番号 (機能性区分)	商品名	届出者名 (略称)	区分	機能性関与成分名 & 1日用量(複数の成分なら その配合根拠も併記)	表示しようとする機能性	ASCON 総合評価判定 (届出者の根拠情 報要約による 自動判定成績)	論文区分	査読有 論文数	試験数	RCT数	被験者 10人以上 の論文数
G173(LDLコレステ ロール)	フラバンサプリメントN	東洋新薬	サプリ	松樹皮由来プロシアニジンB1及びB3 2.46 mg	本品には、松樹皮由来プロシアニジンB1及びB3が含まれます。松樹皮由 来プロシアニジンB1及びB3には、悪玉(LDL)コレステロールや総コレステ ロールを下げる機能が報告されています。	B			研究レビュー		2
G173(総コレステロー ル)	フラバンサプリメントN	東洋新薬	サプリ	松樹皮由来プロシアニジンB1及びB3 2.46 mg	本品には、松樹皮由来プロシアニジンB1及びB3が含まれます。松樹皮由 来プロシアニジンB1及びB3には、悪玉(LDL)コレステロールや総コレステ ロールを下げる機能が報告されています。	B			研究レビュー		2



# いま市場に出ている 血中コレステロール値の改善をうたう 機能性表示食品はどのくらいありますか？

**A** 2020年6月18日現在で**29**件あります。

商品名	機能性関与成分名	届出者名
<b>サプリメント形状のもの</b>		
ディアナチュラルゴールド 松樹皮由来ポリフェノール	松樹皮由来プロシアニジン*	アサヒグループ食品(株)
エバーライフ [コレステロール・中性脂肪]	リコピン、DHA・EPA	(株)エバーライフ
カゴメリコピンコレステファイン	リコピン	カゴメ(株)
ヘルス スイッチ コレステロール	松樹皮由来プロシアニジン*	(株)協和
LDLコレステロールが高めの方のサプリ	松樹皮由来プロシアニジン*	(株)銀座・トマト
コレステ生活	松樹皮由来プロシアニジン*	(株)全日本通販
キトサンと葉酸がとれる よくばり明日葉青汁	キトサン	(株)ディーエイチシー
オリーブのちから	オリーブ由来ヒドロキシチロソール	東洋カプセル(株)
メディコレス	松樹皮由来プロシアニジン*	(株)東洋新薬
フラバンジェノール	松樹皮由来プロシアニジン*	富士フィルム(株)
<b>生鮮食品</b>		
サラダボウルのごちそうトマト (ファイトリッチ)	リコピン	(株)サラダボウル
<b>その他</b>		
まるごと健康粉末茶 濃いみどり	ガレート型カテキン	(株)伊藤園
大麦生活 大麦ごはん	大麦β-グルカン	大塚製薬(株)
大麦生活 大麦ごはん 和風だし仕立て	大麦β-グルカン	大塚製薬(株)
ヘルシア プロシアニジン ポリフェノールの力	松樹皮由来プロシアニジン*	花王(株)
カゴメトマトジュース食塩無添加	リコピン、GABA	カゴメ(株)
カゴメトマトジュース低塩	リコピン、GABA	カゴメ(株)
カゴメトマトジュース高リコピントマト使用低塩	リコピン、GABA	カゴメ(株)
カゴメトマトジュース高リコピントマト使用食塩無添加	リコピン、GABA	カゴメ(株)
カゴメトマトジュース食塩無添加190g	リコピン、GABA	カゴメ(株)
カゴメトマトジュース低塩190g	リコピン、GABA	カゴメ(株)
伊右衛門プラス500コレステロール対策	プロシアニジンB1およびB3	サントリー食品インターナショナル(株)
エキストラヴァージンオリーブオイル プラチナナベル 小豆島産	オリーブオイルポリフェノール	小豆島ヘルシーランド(株)
コレスクア キトサン青汁	キトサン	大正製薬(株)
大麦シリアル5.5	大麦β-グルカン	豊橋糧食工業(株)
もっちり麦	大麦β-グルカン	永倉精麦(株)
アマニオイル	α-リノレン酸	日本製粉(株)
アマニ習慣	α-リノレン酸	日本製粉(株)
大麦効果	大麦β-グルカン	(株)はくばく

(消費者庁「機能性表示食品の届出情報検索」での検索結果に基づく)

\*プロシアニジンB1として

—— サプリから生鮮食品まで  
いろいろあるんですね。

錠剤やカプセルだと、薬のようにも見えますね。でも、機能性表示食品はそもそも病気ではない人を対象にした「食品」です。薬と違い、特定の病気を治したり防いだりする「効能」はありません。

—— でも、はつきり「LDLコレステロールを下げる」と書かれた製品も。薬に近い印象を与えるような表示は避けることが望ましいのですが、同時に、科学的根拠となる論文で認められた機能性と齟齬が生じないようにしなければならぬのが、表示のむずかしいところ。食品として「身の丈に合った表示」を引き続き検討しなくてはならないでしょうね。

—— 根拠となつている  
研究結果と同程度の効果はあると考えるといいですか。

医薬品と同じようなクリアな効果を期待されるとガツカリするかもしれませんね。あくまで食品なので、効果は限定的で、だれでもすぐ効果が出るものではありません。地道に継続する食事療法という感覚で、科学的根拠に基づき合理的に選択するのがよいでしょう。

・「悪玉コレステロールを下げる」「善玉コレステロールを増やす」など、機能性は製品により異なります。



消費者はリテラシーを。  
事業者は安全性の  
さらなる確保を。

お話 山崎 毅



機能性表示食品は、消費者の選択肢を広げるために登場した、と初めに触れました。健康を意識するようになった人が新しい健康習慣を確立するための「きっかけ」として、科学的根拠がより明確な選択肢が多くあれば、より多くの人々が健康長寿を手にする可能性が高まります。また、食べ物で生活習慣病のリスクを低減していく意識が高まれば、運動や休養にも関心が高くなるであろうことは想像にかたくありません。やがてそれが国民全体の健康寿命延伸にもつながるとすれば、たいへん大きな意味のあることです。だからこそ、安全性や機能性の確かさが問われます。

機能性表示食品では、企業の裁量による「届出制」をとっているため、ある意味どうしても「性善説」に基づかざるをえない面があります。けれども、これまで私がASCONの検証事業に携わって機きた実感では、機能性に関しては9割がた、届出内容の科学的根拠は許容できるものです。ただしそれは、あくまで「食品の機能性」です。コレステロールを下げる機能性表示食品を食べていれば脂質異常症が治るわけではありません。野菜や魚と同じように「劇的な効果はないけれど、毎日適量を食べ続ければ、改善を助ける可能性がある」という食事療法の一環という感覚でとらえてください。



# 機能性表示食品と医薬品の 生活習慣病に対するリスク影響は？

医薬品  
コレステロール  
低下剤



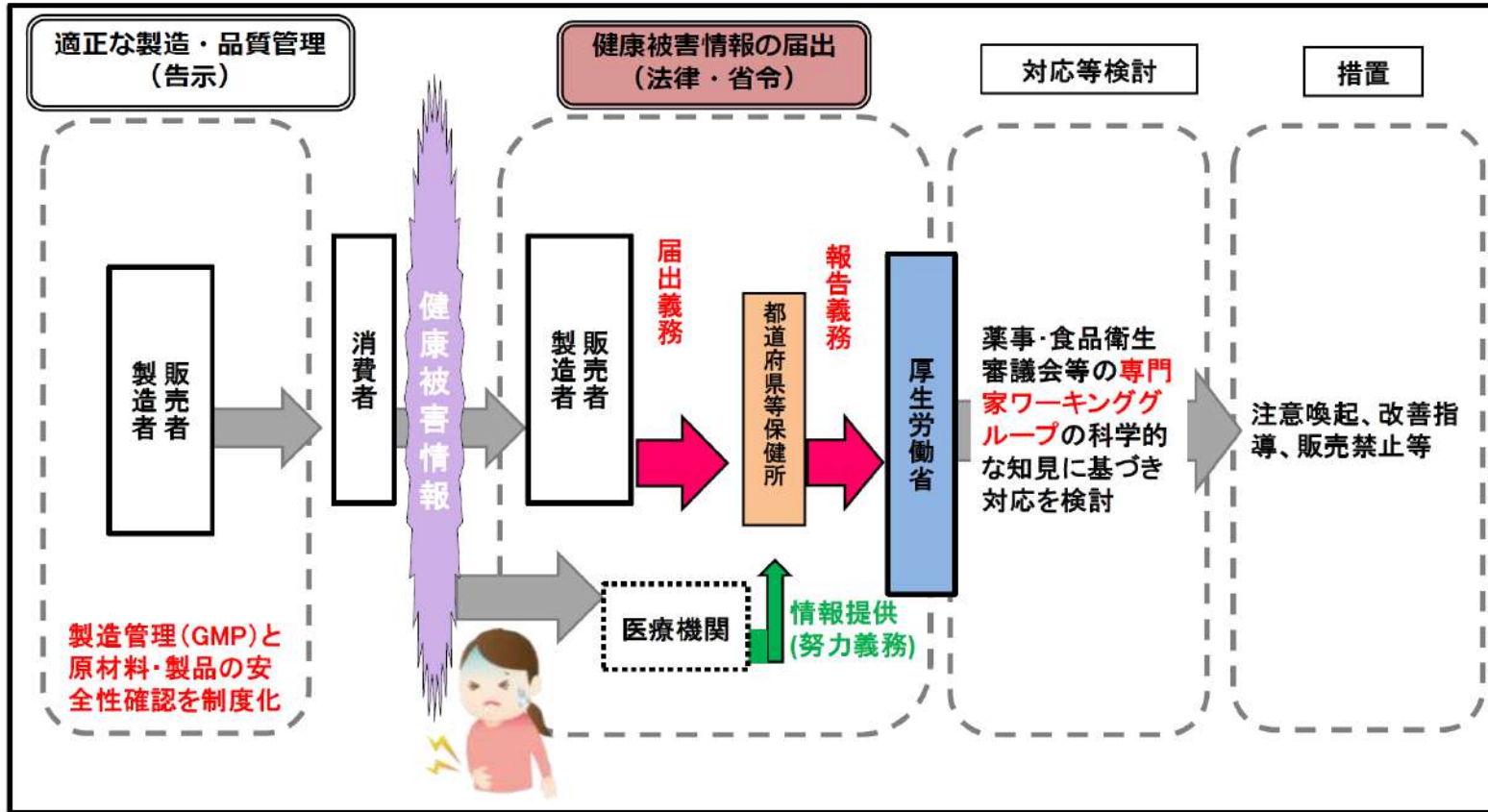
機能性表示食品  
LDL低下作用



大	リスク低減効果	小
小~中	副作用リスク	極小

副作用リスク  
が「小」以上だと、  
摂取するメリットなし

# 食品衛生法第8条に基づく 健康被害情報報告の対応



※ 指定成分等を含む食品以外の、いわゆる「健康食品」による健康被害情報については、引き続き、通知に基づき、任意の情報収集を行う。

# 指定成分等含有食品との関連が疑われる健康被害情報⑥ (令和2年6月1日～令和3年12月31日)

## 【主な症状】

含有する指定成分等	主な症状
コレウス・フォルスコリー	下痢(軟便を含む)、腹痛、かゆみ・発疹、 検査値の異常(肝機能)、便秘、頭痛 等
ドオウレン	健康被害報告なし
プエラリア・ミリフィカ	不正性器出血、月経不順、かゆみ・発疹、 胸の張り、腹痛 等
ブラックコホシュ	胃痛(胃の不快感を含む)、かゆみ・発疹、月経不順、 検査値の異常(肝機能)、頭痛 等
プエラリア・ミリフィカ +ブラックコホシュ	不正性器出血、月経不順、かゆみ・発疹、腹痛 等

# 「指定成分等含有食品等との関連が疑われる健康被害情報への対応ワーキンググループ」(第1回) 議事概要について

薬事・食品衛生審議会食品衛生分科会  
新開発食品調査部会新開発食品評価調査会  
「指定成分等含有食品等との関連が疑われる健康被害情報への対応  
ワーキンググループ」(第1回)(オンライン会議)

日時: 令和4年2月7日(月)

17:00~19:00

場所: AP虎ノ門会議室

## 議題

- (1) 指定成分等含有食品等との関連が疑われる健康被害情報について(報告)
- (2) その他

## 議事概要

- 事務局から、届出されている指定成分等含有食品等との関連の疑われる健康被害情報について報告した。
- 報告のあった食品と健康被害との因果関係に係る検討、PIO-NET(全国消費生活情報ネットワークシステム)の情報等を踏まえ、指定成分等含有食品及びその他のいわゆる「健康食品」とも、現時点においては、新開発食品評価調査会における更なる検討・審議が必要な健康被害事例等は無いと判断される。引き続き、健康被害情報の収集等に努め、必要な場合には速やかに対応していく。
- いわゆる「健康食品」との関連が疑われる健康被害情報の取り扱いについては、薬事・食品衛生審議会食品衛生分科会新開発食品調査部会にて、より幅広い見地からのご意見を伺うことも必要であるとのご意見があった。

※当該WG議事要旨、一部抜粋

19

今川正紀(2022)「指定成分等含有食品による「健康被害情報の届出」の現状報告」  
厚生労働省「改正食品衛生法の施行に関する説明会」(令和4年3月16日(水))より

# 令和2年度第1回 東京都食品安全情報評価委員会

## <資料3> 令和2年度第1回「健康食品」による健康被害事例専門委員会からの報告

平成18年7月1日から令和2年5月31日までに、東京都内の医師会、薬剤師会が収集したのべ383事例(299人)の集計結果

### オ 症状・異常所見等

症状・異常所見等	患者数
発疹・発赤・掻痒	106
肝機能障害、肝機能検査値異常	43
胃痛・胃部不快感・吐き気	34
下痢・軟便	26
出血、出血傾向	11
頭痛・吐気	11
めまい・ふらつき	8
便秘	8
血圧上昇	7
尿酸値の上昇	4
その他	87 <sup>1)</sup>

症状・異常所見等で最も多かったものは「発疹・発赤・掻痒」の106名で、全体の41.1%を占めている。次いで「肝機能障害・肝機能検査値異常」が43名(16.7%)、「胃痛・胃部不快感・吐き気」が34名(13.2%)であった。

なお、症状・異常所見と製品との因果関係については、疑わしいものとして情報提供を受けたものであるが、確定された事例はなかった。

1) 検査値異常（肝機能検査値・尿酸値を除く）、味覚異常等

※ 複数回答あり

# 食品安全委員会：『「健康食品」についての19のメッセージ』

[https://www.fsc.go.jp/osirase/kenkosyokuhin.data/kenkosyokuhin\\_message.pdf](https://www.fsc.go.jp/osirase/kenkosyokuhin.data/kenkosyokuhin_message.pdf)

③ 同じ食品や食品成分を長く続けて摂った場合の安全性は正確にはわかっていません。

日常摂っている「通常の食品」や食品成分でも、同じものを長期間毎日摂り続けたときの安全性がわかっているものはほとんどありません。

これは、「健康食品」についても同じです。毎日同じ「健康食品」を長く摂り続けて安全かどうかはわかっていないものがほとんどです。

知見が得られている稀な事例として身近なビタミン・ミネラルがあります。例えば、β-カロテンは、がんや心筋梗塞などの心血管疾患の予防の効果があるといわれてきましたが、長期研究では、期待とは逆に、喫煙者の肺がんリスクを上げると報告されています。

The Dose Makes Poison

(毒か安全かは量で決まる)

～パラケルスス (1533) ～



# 植物性イソフラボンは 女性ホルモン様作用を有するため 女性に対する安全性に懸念あり

問19:

大豆イソフラボンの安全な一日摂取目安量の上限値70～75mg/日(大豆イソフラボンアグリコン換算値)は、どのようにして設定されているのですか。

以下の2つの観点から設定しております。

## [1] 食経験に基づく設定

日本人が長年にわたり摂取している大豆食品からの大豆イソフラボンの摂取量により、明らかな健康被害は報告されていないことから、その量は概ね安全であると考えました。そこで、平成14年国民栄養調査から試算した、大豆食品からの大豆イソフラボン摂取量の95パーセンタイル値70mg/日(64～76mg/日:大豆イソフラボンアグリコン換算値)を食経験に基づく、現時点におけるヒトの安全な摂取目安量の上限値としました。

## [2] ヒト臨床研究に基づく設定

海外(イタリア)において、閉経後女性を対象に大豆イソフラボン錠剤を150mg/日、5年間、摂取し続けた試験において、子宮内膜増殖症の発症が摂取群で有意に高かったことから、大豆イソフラボン150mg/日はヒトにおける健康被害の発現が懸念される「影響量」と考えました。摂取対象者が閉経後女性のみであることや個人差等を考慮し、150mg/日の2分の1、75mg/日(大豆イソフラボンアグリコン換算値)をヒト臨床試験に基づき、現時点におけるヒトの安全な摂取目安量の上限値としました。

上記[1]及び[2]から、現時点における大豆イソフラボンの安全な一日摂取目安量の上限値は、大豆イソフラボンアグリコンとして70～75mg/日と設定しました。

食品安全委員会ホームページより

[http://www.fsc.go.jp/sonota/daizu\\_isoflavone.html#21](http://www.fsc.go.jp/sonota/daizu_isoflavone.html#21)

# 機能的表示食品のリスク評価／管理＆ リスクコミはどうあるべき？

1. **機能的関与成分＆それを含有する天然抽出物のリスクアセスメントができる限り綿密に実施されていること**
  - ① 食経験の調査／観察研究／有害事象調査など
  - ② 添加物に近いレベルの安全性試験（in vitro/in vivo/human）
  - ③ 市販後の有害事象情報の収集／評価
2. **機能的関与成分が安定的に有効／安全に働くことを担保する製造・品質管理（リスクマネジメント）**
  - ① 第三者認証によりリスク管理状況が文書化されていること
  - ② サプリメント形状の場合、GMP認証の義務化が望ましい
3. **上記のリスク評価／管理情報が消費者市民にわかりやすく開示されていること（消費者庁HPの届出情報だけでなく、双方向のリスクコミも必要）**





消費者はリテラシーを。  
事業者は安全性の  
さらなる確保を。

お話 山崎 毅



薬が必要な人が服薬せず自己判断で機能性表示食品に頼ったら、投薬の機会損失により命にかかわるリスクが生じます。病気の治療中の方は、かならず医師に相談するようにしましょう。機能性表示食品の届出事業者の皆さまには、「毎日食べても安全」を担保するために、安全性のチェックをいっそうきびしく行なっていただきたい。機能性食品を評価するクリテリア(規範)として私がたいせつにしていること。それは「機能性には寛容に、安全性にはきびしく」です。なぜなら「効果は限定的でも副作用の心配はない」というのが、食品の食品たるゆえんだからです。

そして私たち消費者は、食品ゆえの限界を正しく理解したうえで、合理的な選択をしていきましょう。機能性表示食品の品質を認証するGMPマークも、その目安の一つになるでしょう。

「ご存じですか？」

### GMPマーク

GMP(適正製造規範)とは、原材料の受け入れから製造、出荷までの全過程で、製品が「安全」に作られ、「一定の品質」が保たれるようにするための製造工程管理基準。GMPを順守していると認定された国内の工場で作られた製品には、右のどちらかのマークがついています。



# 食品安全委員会：『「健康食品」についての19のメッセージ』

[https://www.fsc.go.jp/osirase/kenkosyokuhin.data/kenkosyokuhin\\_message.pdf](https://www.fsc.go.jp/osirase/kenkosyokuhin.data/kenkosyokuhin_message.pdf)

⑬ 「健康食品」は薬の代わりにはならないので医薬品の服用を止めてはいけません。

「健康食品」は医薬品ではありません。

医薬品に似た作用があるとされる「健康食品」をその医薬品を止めて代わりに摂っても医薬品のような効果は期待できません。医薬品の服用を中止すると病気の進行（悪化）につながる恐れがあります。安全性や有効

性が評価されている特定保健用食品も、病気でない方の健康増進を目的としており、病気を治療するものではありません。

病気の人が「健康食品」を摂っていることを医療関係者に伝えずにいると、適正な治療が出来なくなることもあります。病気治療中の方は、原則的に、健康食品を摂らないようにし、どうしても摂る場合は医師・薬剤師に相談してからにしてください。

↑ ↑ ↑ ↑

**おそらくこれが最も大きな  
健康食品のリスクです！**

**⇒寿命を短くした方が多いはず**



# リスク情報の送り手で 最も説得効果が高いのは？



SNS対策  
にも有効

• **魅力的** ⇒ 好感度が高い

• **受け手と類似性が高い**

⇒ 市民との交流、ボランティア活動、SNS等

• **信憑性がある**

⇒ 信頼性（中立な立場で情報提供しているという信念）

⇒ 専門性（メッセージについて専門的知識をもっているという信念）

# 安心＝安全×信頼

「安心」は社会全体として創りあげていくもの。

食品事業者は「安全第一」を基本として、リスク評価&リスク管理を綿密に行ったうえで、すべての消費者市民に「安全情報」を正直に開示していく使命がある。また、お客様の価値観に依存する「安心情報」も、ご要望に応じて誠実にお伝えすることで、信頼が得られ、社会全体の「安心」につながる。

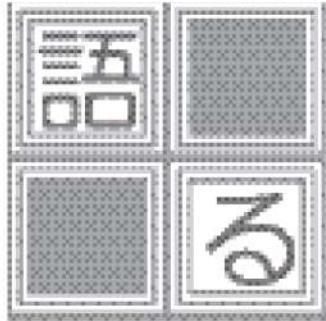


[@NPOSFSS\\_event](https://twitter.com/NPOSFSS_event)

食の安全と安心 と検索してください。

<http://www.nposfss.com/>





## 安全第一，安心は二番目であるべき

皆さまは「安全」と「安心」の明確な切り分けができているだろうか。最近の企業／行政の広報ページに、「安心・安全の〇〇」という文言をよく見かけるが、そのたびに私は眉をひそめている。なぜ「安全」よりも「安心」を先に表記するのか。お客さまの「安心」を大事にする組織であることを強調したいのかもしれないが、「安全」が二番目であることに抵抗感を覚えるのは私だけだろうか。

SFSSは2011年に設立された比較的歴史の浅いNPOだが、食の安全・安心に係るリスクをどう伝えるか（リスクコミュニケーション：リスコミ）継続して取り組んできた。ここであらためて「安全」と「安心」の違いを少し解説してみたい。

「うちの加工食品は添加物を一切使ってないので、ご安心ですよ」⇒「少し食べてから冷蔵庫に保管しておいたら酸っぱいみたい。これ安全なの？」⇒「お客さま、開封したらすぐ食べていただかないと、無添加なんだから腐りますよ……」このようなエピソードは大変バカバカしくみえるだろうが、皆さまの職場でも似たような事件が起こっていないだろうか。

「安全」はリスクが許容可能（Tolerable）な水準に抑えられた客観的状态をいうのに対して、「安心」はリスクを判断する主体の主観（リスクイメージ）に依存しており、人により、状況により、国により、文化により異なる。リスクが無視できるイメージのときには「安心」、リスクが不快感をもって顕在化したときには「不安」となる。

[@NPOSFSS\\_event](#)





【一橋ビジネスレビュー】 2019年度 Vol.67-No.3 2019-12-10  
特集:安全・安心のイノベーション  
論文Ⅷ『安全・安心とリスクコミュニケーション 食品分野を中心に』  
山崎毅(SFSS 理事長)

<https://iir.hit-u.ac.jp/blog/2019/12/10/br67-3-2019/>