



健康食品とは？

通信販売などでよく耳にする「健康食品」ですが、その意味をきちんと理解して消費者トラブルの回避につなげましょう！

健康食品と言っても沢山の種類があるんだね…



一般食品

健康食品

その他健康食品

- サプリメント
- 栄養補助食品
- 健康補助食品
- 自然食品 など

保健機能食品

- 特定保健用食品(トクホ)
- 栄養機能食品
- 機能性表示食品

医薬品

医薬部外品を含む

特定の部分に対する効能への期待

高

健康食品の問題点

○健康食品による健康被害

粗悪製品の利用、過剰摂取、アレルギー体质の人の利用、医薬品との相互作用等が被害の原因となる場合があり、特に病気の人は身体の機能が落ちているため、成分の有害な作用を受けやすかったり、医薬品が効きにくくなるなど、副作用が出やすくなる場合があります。

○根拠のない健康食品の広告

「有名人が利用している」「特許取得」など魅力的なうたい文句は製品の安全性や有効性を保証するものではありません。

○経済的被害

高額な製品ほど効果が期待できると誤解される傾向にありますが、価格は販売者が決めるものなので、効果が保証されるものではありません。



誇大広告事例

〃ポイント〃

健康の維持・増進は「栄養バランスのとれた食事、適度な運動、十分な休養」です。健康食品を利用する場合でもあくまで補助的なものとして、上手に利用することを心がけましょう。

「この契約大丈夫？」、「これって怪しい？」など不安な時は相談してください！



当別町消費生活相談窓口 ☎ 0133-23-3209

当別町役場1F(平日午前8時45分～午後5時15分)

過去の見守り情報