

# ひまわり薬局だより

発行者 (株)ファルマやまがた ひまわり薬局

〒998-0044 山形県酒田市中町3丁目7番1号 TEL(0234)22-2662 FAX(0234)22-2683

## 健康食品について

現在、テレビやチラシなどで様々な健康食品の宣伝広告を見かけます。  
今回は健康食品についてお話したいと思います。



## 医薬品と健康食品の違い

医薬品と健康食品の最も重要な違いは品質です。医薬品は流通している全ての製品がGMPという、原材料の入荷から製造、最終製品の出荷にいたる全ての過程において、製品が安全に作られ、一定の品質が保たれるように定められた省令に準じて製造されています。

一方、健康食品と呼ばれるものは、法律上の定義はなく、広く健康の保持増進に資する食品として販売、利用されるもの全般を指します。そのうち、国の制度としては、国が定めた安全性や有効性に関する基準等を満たした「保健機能食品制度」があります。

## 保健機能食品とは

保健機能食品とは国が認めた健康食品の制度であり、「栄養機能食品」、「特定保健機能食品」、「機能性表示食品」の三つの食品で構成されています。

### \*栄養機能食品

13種類のビタミン、6種類のミネラル、またはn-3系脂肪酸のいずれかを下限量～上限量の範囲内で含有していれば、国の審査、許可を受けることなく、定められた機能を表示し、販売することができる規格基準型の食品です。

## \*特定保健機能食品

いわゆるトクホと呼ばれるものです。この食品は国が安全性および有効性を認めた上で表示許可を出している製品です。国が有効性を認めていますが、医薬品のようなはっきりとした効果は得られず、あくまでも生活習慣を改善した上で利用するのが前提です。

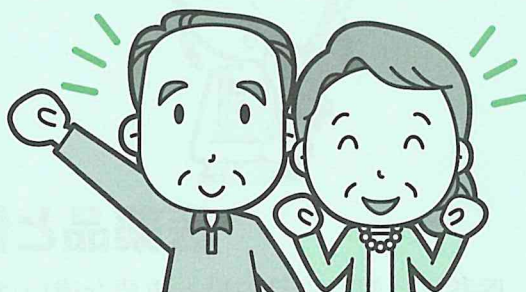
## \*機能性表示食品

機能性表示食品は特定保健機能食品と似ていますが、安全性、有効性に関して国は審査をしません。事業者の責任において特定の保健の目的が期待できる旨を表示するものとして、消費者庁に届け出されたものです。



## 健康食品を適切に利用するために

健康食品は病気の治療を目的に作られたものではありません。上記の三つに入らないものも数多く流通しています。健康維持のため、食生活、運動習慣の見直しをしたうえで、役立つかどうかを考えて利用しましょう。



## 職員紹介



薬剤師 茂木達哉

4月よりひまわり薬局で働かせていただいております茂木達哉といたします。出身は鶴岡で石川県の大学で学んできました。私の趣味は、昔からずっと好きで続けてきたバレーボールと大学時代にコツコツ貯めたバイト代で買ったカメラで色々な写真を撮ることです。山形は自然が多いのでどんな写真が撮れるか楽しみにしています！まだまだたいした写真は撮れませんがいつか綺麗な写真が撮れたらみなさんに見せることができればいいなと思っています。

せっかく薬剤師になることができたのでこれまで学んできた知識を活かし、少しでもみなさんの役に立てるように努力していきますのでよろしくお願ひします！