保健機能食品

保健機能食品は、特定保健用食品、栄養機能食品、機能性表示食品の 3 つの食品カテゴリーからなる。平成 3 年に特定保健用食品が創設されたのち、平成 13 年厚生労働省により栄養機能食品が新設され、その際に、特定保健用食品と合わせて保健機能食品制度が創設された。その後、平成 27 年に消費者庁により機能性表示食品が新設され、保健機能食品の中に位置付けられた（食品表示法）。保健機能食品は、人びとの健康の保持・増進を目的とし、国が定めた基準にしたがって販売されるものである。

特定保健用食品は、「食生活において特定の保健の目的で摂取する者に対し、その摂取により当該特定の保健の目的が期待できる旨の表示をするもの」と定義されている。からだの生理学的機能に影響を与える食品成分（関与成分）含むもので、販売するには、食品毎に消費者庁長官の許可を受けなければならない（個別許可制）（健康増進法第 43 条第 1 項）。

栄養機能食品は、特定の栄養成分の補給を目的として利用される食品で、栄養成分の機能を表示するものである。栄養機能食品は国が定めた規格基準を満たしていれば、国の審査や許可なく販売することができる。対象栄養成分は、不飽和脂肪酸 1 種類、ミネラル 6 種類、ビタミン 13 種類である（自己認証制）。

機能性表示食品は、事業者が食品または機能性関与成分の安全性と機能性に関する科学的根拠などの必要な事項を、販売前に消費者庁長官に届け出ることにより、その食品に機能性を表示することができる食品である。安全性と機能性について、食経験や研究レビューあるいは当該食品を用いた試験などにより評価を行い、事業者の責任において適切な機能性表示をするものである（届出制）。図に保健機能食品の枠組みを示す。

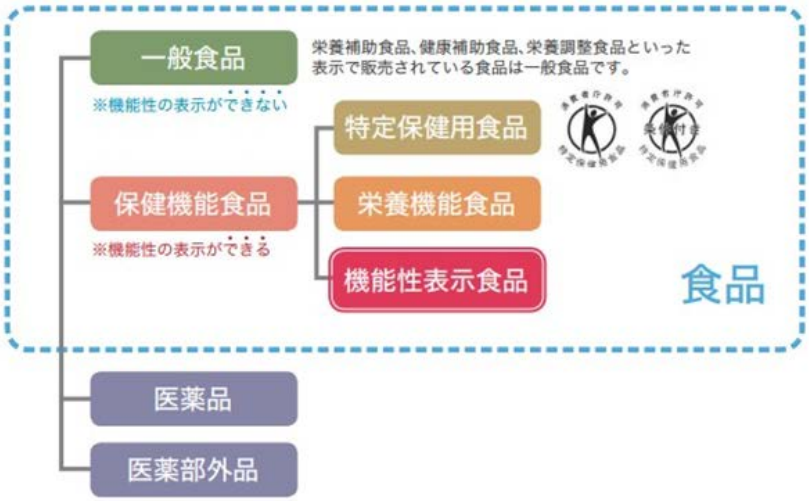

図.　保健機能食品の種類（消費者庁ホームページより）.

（石見　佳子）2024. 3