

まつくり院長通信

骨ドックの受付を開始しました！

ご希望のかたは看護師にお声がけください！

今週の花・言・葉

✿ アンセリウム

煩惱

✿ スターチェリー

欲望

✿ ヒペリカム

きらめき



松田院長からあなたへ 耳より情報！！

◆健康食品の新常識！ その1.

今年4月から新たな食品制度「機能性表示食品制度」が始まりました。選択肢が広がり、何を选ぶか今まで以上に正しい知識が求められています。利用者の中には健康食品を医薬品のように使うなど「誤認」や「誤用」がみられます。

■そもそも「健康食品」とは？

健康食品は一般に、「何かしらの健康効果が期待できる食品」と捉えられ、事業者も消費者も健康食品という言葉を実際的に使っています。しかし、**法令上の定義は一切ない**のです。行政では「健康食品」を機能などの表示において、法令上定義のあるものとならないものに分け、定義のないものをいわゆる健康食品と呼んでいます。

■「機能性食品」とは？

健康食品よりももう少し意味が狭く、健康維持に役立つ何かしらの機能性成分が含まれている食品といった捉え方をされています。形状が錠剤・カプセル型で、栄養補助食品やサプリメントと呼ばれるものもあります。

★院長よりメッセージ

これらは定義も規則もないので、機能性成分がほとんど入っていなかったり、違法な医薬品成分が入っていたりして、**経済被害や健康被害が起こり、問題**になっています。むやみな思い込みは危険ですね（^^）