


栄養補助食品

日常生活で不足しやすい栄養成分の補給や特別な保健の用途に適する食品のうち、少量で栄養がとれる飲み物やゼリー類などがあります。

高齢者では、「食欲がなく体重の減少が心配」、「食が細くなってきて食べてほしいが食べられない」など困っている場合があります。そのような場合は市販の栄養補助食品も選択肢に入れ、適切に利用しましょう。

保健機能食品

国の基準等を満たしている場合、健康の保持増進効果を表示できる食品で、「特定保健用食品」、「機能性表示食品」、「栄養機能食品」の3つがあります。

	特定保健用食品（トクホ）	機能性表示食品	栄養機能食品
	健康の維持増進に役立つことが科学的根拠に基づいて認められており、「お腹の調子を整える」などの表示が許可された食品	事業者の責任において、科学的根拠に基づいた機能性を表示した食品	一日に必要な栄養成分が不足しがちな場合、その補給・補充のために利用できる食品
認証方式	国による個別許可	事前届出制 ※販売前に、安全性及び機能性の根拠に関する情報等国への届出が必要	自己認証 (国への届出不要) ※対象成分及び含有量の基準は国が策定
対象成分	体の中で成分がどのように働いているか、という仕組みが明らかになっている成分	体の中で成分がどのように働いているか、という仕組みが明らかになっている成分（栄養成分を除く。）	ビタミン13種類 ミネラル6種類 脂肪酸1種類
判別ポイント	許可マークと許可表示が表示されている 	「届出番号」が表示されている	「栄養機能食品〇〇」という表示がある

参考：「消費者の皆様へ 機能性が表示されている食品を購入する際は、キャッチコピーだけでなく、パッケージの表示をしっかりと確認しましょう！」（消費者庁 http://www.caa.go.jp/foods/pdf/foods_161004_0005.pdf を加工して作成

特別用途食品

特別用途食品には、病者用食品、妊産婦・授乳婦用粉乳、乳児用調製粉乳及びえん下困難者用食品があります。国が表示の許可に当たっては、許可基準があるものについてはその適合性を審査し、許可基準のないものについては個別に評価を行っています。

