

健康食品は医薬品ではありません

健康食品のなかには、錠剤やカプセル形状のものなど、見た目が医薬品と似ているものがあります。しかし、健康食品と医薬品とは使われる目的が異なるため、健康食品を医薬品のかわりに使用することはできません。今回は、健康食品と医薬品の違いについて紹介します。

健康食品の種類

日本では、健康食品と呼ばれるものについて、法律上の定義はありません。広く健康の維持・増進のための食品として販売・利用されるものが健康食品と呼ばれています。

このうち、国によって制度化されているものには保健機能食品があり、それ以外はいわゆる健康食品とよばれています。

保健機能食品であっても、いわゆる健康食品であっても、医薬品のように病気の治療に用いることはできません。

食品

一般食品

健康食品

国の制度に基づき
機能表示等ができる

保健機能食品

特定保健用食品
(通称トクホ)



栄養機能食品

機能性表示食品

機能表示は
認められていない

いわゆる健康食品

サプリメント

栄養補助食品

健康補助食品 など



健康食品と医薬品の違い

医薬品は、病気の方が治療のために使用するものです。実際に病気の人を対象とした臨床試験が実施され、病気の患者さんが安全に使用でき、効果が得られることが証明されています。

一方、健康食品は、健康が気になる方が、健康の維持・増進のために使用するものです。多くの場合、利用する方の自己判断で選択、使用されています。

健康食品は、あくまでも食品であり、病気の治療には使えません。医薬品のかわりにと健康食品を摂取することは避けましょう。

健康食品と医薬品の特徴

	健康食品	医薬品
利用する人	健康が気になる方	病気の方
利用の目的	健康の維持・増進	病気の治療
利用環境	消費者の自己判断で利用されることが多い	安全に使用するための情報が充実している
品質	同じ製品でも品質が一定とは限らない	製造管理と品質管理の基準に従って、一定の品質の製品が製造されている

健康食品を安全に使用するために

健康食品を健康維持や増進などの目的のために役立てるためには、まずは健康的な食事、適度な運動、適度な休養のバランスを整え、あくまでもそのサポートとして使用するようにしましょう。また、健康食品の表示をしっかりと確認して、記載されている注意事項を守ること、そして使用状況や使用中の体調変化について記録をとることが大切です。

より詳しい情報はこちら

- 厚生労働省 [「健康食品」のホームページ](#)
- 食品安全委員会 [いわゆる「健康食品」について（冊子）](#)
- 消費者庁 [健康食品5つの問題（リーフレット）](#)
- 国立健康・栄養研究所 [「健康食品」の安全性・有効性情報](#)



食品安全セミナー開催のお知らせ

令和5年1月19日（木）に食品安全セミナーを開催します。今回は、食品安全委員会の脇 昌子委員にオンライン上で御講演いただきます。県庁内会場とMicrosoft Teamsを活用したオンラインによる同時開催です。テーマは「健康食品の安全性について」です。ぜひ、お申し込みください。※参加には事前の申込みが必要です。



講師：食品安全委員会
脇 昌子委員

内 容：「輸入食品に関する情報提供」 群馬県食品・生活衛生課
「健康食品の安全性について」 食品安全委員会 脇 昌子委員
「質疑応答」（質問は会場内の方に限らせていただきます）

日 時：令和5年1月19日（木）13:30～15:30（13時より受付開始）

場 所：群馬県庁22階北側 222会議室、Microsoft Teams（オンライン）

主 催：群馬県

定 員：会場20名程度 オンライン50名程度（申し込み多数の場合は抽選）

参加費：無 料 ※どなたでもご参加いただけます。

申込先：〒371-8570 群馬県前橋市大手町1-1-1

事務局 群馬県健康福祉部食品・生活衛生課安全推進・表示対策係

TEL：027-226-2431

電子メール：shokuseika@pref.gunma.lg.jp

申込期限：令和5年1月10日（火）必着

※参加希望の方は電話・電子メール等で上記申し込み先にお申し込みください。

オンライン受講を希望される方は、ぐんま電子申請システムからお申し込みください。

（オンライン受講を希望される方にはセミナー終了後、セミナーの録画動画のURLを送付いたします。）

QR

ぐんま電子申請システムQR

ご意見・ご感想
お問い合わせは
こちらへ

〒371-8570 前橋市大手町1-1-1
群馬県健康福祉部 食品・生活衛生課 食品安全推進室
TEL：027-226-2424 FAX：027-243-3426
電子メール：shokuseika@pref.gunma.lg.jp

★群馬県HPでバックナンバーをダウンロードできます。

（<https://www.pref.gunma.jp/05/d6200163.html>）【フェイスブック】【ツイッター】

★公式フェイスブックとツイッターで情報発信中！ぜひフォローをお願いします！

フェイスブック（<https://www.facebook.com/gunma.shokuanzen/>）

ツイッター（https://mobile.twitter.com/gunmapref_shoku）

