

# 消費生活

No. 115

平成28年1月31日

編集発行 成田市消費生活センター ☎23-1161 成田市花崎町760 市役所2階



## ●健康食品について正しく理解しよう!

**お知らせ** 第43回消費生活展を開催します。

**お知らせ** 平成28年度消費生活モニターを募集します。

## 消費生活モニターが活躍しています!

通信販売の注意点を  
実際のチラシ広告で  
確認しました。



キッコーマン野田  
工場へ視察研修に  
行きました。



消費生活モニターは、悪質商法などの消費生活に関する講義や意見交換会のほか、私たちの暮らしに関わる商品の製造工場の視察などを通じて学習しています。また、活動で得た知識や情報を活かし、消費者の代表、そして消費者と行政のパイプ役として、市民への情報提供や啓発活動をするなど日々活躍しています。

クーリング・オフの  
はがきを実際に書  
いてみました。



市民の皆さんと一  
緒に消費者講座に  
参加しました。



ここで一句!

# オレオレに 自立をせよと 意見する

作:平成27年度成田市消費生活モニター



# 健康食品について 正しく理解しよう!



## 「健康食品」とは?

健康食品という言葉は法律上、はっきりと定義づけられていません。健康の保持、増進に役立つものとして販売、利用されているものを一般に「健康食品」と呼んでいます。私たちが口から摂取するものは、食品と医薬品(医薬部外品を含む)に分けられ、健康食品は食品に分類されます。

健康食品の中でも機能性(食品の持つ、健康に役立つはたらき)の表示ができる「保健機能食品」と機能等の表示はできない「いわゆる健康食品」に分けることができます。

保健機能食品は、以前①特定保健用食品(トクホ)、②栄養機能食品の二種類でしたが、平成27年4月から③機能性表示食品が加わりました。

### 食品に機能性表示が可能な範囲

一般食品	①特定保健用食品(トクホ)	②栄養機能食品	③機能性表示食品	医薬品 (医薬部外品を含む)
<b>いわゆる健康食品</b> ・サプリメント ・栄養補助食品 ・健康補助食品 ・自然食品等	保健の機能の表示ができる 国による許可が必要   【表示例】 おなかの調子を整えます	栄養成分の機能の表示ができる 国への届け出不要 対象成分及び含有量の基準は国が確定 【表示例】 カルシウムは骨や歯の形成に必要な栄養素です	企業等の責任において保健の機能の表示ができる 販売前に国への届け出が必要 【表示例】 目の健康をサポート	病気の治療・予防を目的とするもの

参考:消費者庁(2015)「機能性食品表示」って何?

## 「健康食品」を利用する前の注意点

### 1.健康食品は病気の治療や予防に使えません

健康食品は薬ではなく、あくまで食品です。病気を治すことや予防することはできません。健康食品と治療薬を摂取することにより、相互作用(健康食品が薬の効果を強めたり弱めたりする)で健康被害を受ける可能性もあります。疾病のある方は必ず医師の診断を受け、健康食品を摂取される際は、医師、薬剤師に相談の上摂取しましょう。

## 2.食品だから安全？

食品だから安心、天然や自然という言葉が付いていれば安全、といった考えで安易に利用しないようにしましょう。健康食品素材の中にはアレルギーなどを起こす成分や、過剰摂取により過剰症を引き起こす成分が含まれる可能性もあります。特に疾病のある方、小児、妊産婦、高齢者などでは健康被害を起こしやすいため注意が必要です。

## 3.表示や広告をよく確認しましょう

製品を選ぶ際には、成分名、含有量、問い合わせ先などの表示や広告をよく確認しましょう。また「〇〇が治った」「〇〇に効く」など過度の期待を思わせる広告にまどわされないようにしましょう。医薬品的効能・効果をうたった表現は法律違反です。

## 「健康食品」をめぐる消費者トラブル例

- 健康食品を食べたら発疹がでた。事業者にお問い合わせすると「効果が出ている証拠、好転反応」と使用の継続をすすめられた。  
→体調に異変が生じたら、**すぐに摂取を中止しましょう**。体調が悪くなるのは健康食品が体にあっていない証拠です。
- インターネットで「お試し価格800円」の健康食品を購入した。1回だけ注文したつもりが定期購入になっていて、高額な請求を受けた。サイトをよく確認すると、ただし書きに「複数回購入が条件、次回からは5千円」との記載があることに気がついた。  
→事前に契約を確認し、複数回購入が条件の場合、**支払い総額に気をつけましょう**。
- 「お米と卵1パック2点で100円」という折り込み広告を見て、販売事業者が主催する健康講座に行った。お米と卵と一緒に、持病に効くと言われ、初回は1,000円で健康食品を購入した。行くとたびに100円で色々な商品が買えるため、何度も通っているうちに高額な商品をすすめられるようになり、30万円分の健康食品を購入してしまった。  
→安易に会場に近寄らないようにしましょう。勧誘されても不要な商品の購入はきっぱり断りましょう。特定商取引法の適用になる場合、**8日以内であればクーリング・オフによる無条件解約ができます**。また不適切な勧誘があった場合など問題があれば交渉が可能です。
- 頼んでもいない健康食品が突然送られてきた。  
→消費者が承諾していないにもかかわらず一方的に商品を送り付けられた場合、代金支払いの義務はなく、受け取る必要もありません。送り主の住所氏名を控えてから、**受け取り拒否をしましょう**。

**健康の基本は「栄養バランスのとれた食事、適度の運動、休養」です！  
「健康食品」が必要かどうか、よく考えて利用しましょう。**

**困ったときは、消費生活センターへご相談ください。**

参 考：厚生労働省(2013)「健康食品の正しい利用法」

厚生労働省他「健康食品による健康被害の未然防止と拡大防止に向けて」

消費者庁「機能性食品表示に関する情報」

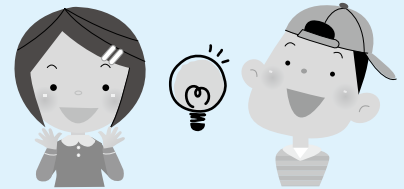
〈<http://www.caa.go.jp/foods/index23.html>〉2015年11月10日アクセス



# 第43回 成田市消費生活展

## 主役はあなた! ~目指せ、暮らしのリーダー~

暮らしのヒントがいっぱいの消費生活展。今年も、皆さん一人一人が賢い消費者になれるような情報をご紹介しますので、ぜひお越しください。



**日時** 平成28年 2月20日(土)・21日(日)  
午前10時～午後4時

**会場** ユアエルム成田店 1階センタープラザ  
(成田市公津の杜4-5-3)  
※会場にお越しの際は、公共交通機関をご利用ください。

**内容** 各出展団体によるパネル展示・PRコーナー  
クイズに答えて巡る「スタンプラリー」  
うなりくん風船のプレゼント



待ってるよ～♪  
うな。



成田市観光キャラクター  
うなりくん  
©成田市2009

## 平成28年度の「成田市消費生活モニター」 を募集します

消費生活モニターは、消費生活に関する学習会や意見交換を中心とするモニター会議(毎月1回程度)や工場視察などを行い、賢い消費者になることを目指すものです。また、地域の消費者のリーダー、そして消費者と行政のパイプ役として、得た知識や情報を広く啓発することも重要な役目です。



通信販売に関する学習会の様子

**募集人数** 12名以内(選考あり)

**申込期限** 2月29日(金)

**申込方法** 所定の申込書に必要事項を記入のうえ、  
成田市役所商工課に直接提出してください。  
申込書及び募集要項を希望される方は、商工課ホームページ  
(<http://www.city.narita.chiba.jp/sisei/sosiki/shoko/index.html>)  
または商工課(Tel:20-1622)までご連絡ください。

消費生活に関するトラブルでお悩みの方、お気軽にご相談ください。

相談日時/月曜日～金曜日(祝日、年末年始を除く)午前9時30分～午後4時30分

● 成田市消費生活センター(市役所2階) 23-1161 ●