
機能性表示食品のリスクと安全性をどのように考えたら良いか

NPO法人食の安全と安心を科学する会（SFSS）理事長

山崎 毅

1. リスクとは、安全とは

「リスク」とは、いま危険という意味ではない。「将来の危うさ加減」「やばさ加減」のことを言う。だから、これまで事故がなかった＝すなわち、今まで危険がなかったからと言って「リスク」が小さいとは限らない。知床での遊覧船事故でも、これまで人身事故がなかったために、運航会社がそこに潜んでいた大きなリスクを見逃していた可能性が高い。一方、「安全」とはこのリスクが社会にとって許容できる（Tolerable）くらい小さいことをいう。一般消費者はよくゼロリスクを「安全」と勘違いするので、「無添加」「無農薬」「遺伝子組換えでない」「放射性物質不検出」などの強調表示や広告宣伝に騙されてしまうわけだが、本来十分なリスク管理&リスク評価の結果、リスクが許容範囲内で将来の事故が起こりえないと専門家が判断すれば「安全」なのだ。

2. いわゆる健康食品と機能性表示食品の生活習慣病リスク低減効果

健康食品は「健康」を標榜して販売されている限り、健康維持に役立つものと期待した多くの消費者が継続利用しているはずだ。しかし、これら健康食品に生活習慣病リスク低減効果がまったく認められないのは問題なので、それ相当の科学的根拠があるものには機能性表示を国が認めようというのが保健機能食品制度（トクホや機能性表示食品等）だ。筆者がとくに機能性表示食品制度を高く評価する理由は、①食品事業者が機能性／安全性の科学的根拠を消費者庁に届出ており、誰でも公開情報を参照できる（国の審査はないが、国が定めた機能性表示ガイドラインをクリアした根拠資料が隠蔽されていない）、②「いわゆる健康食品」が機能性表示食品に昇格することで、臨床介入試験などエビデンスレベルの高い根拠データにより生活習慣病リスク低減効果がより確かになる、③「がんの予防によい」など、医薬品まがいの違法クレームが減り、食品の身の丈に合った機能性表示に収斂する、などだ。筆者が事務局長を務めるASCON科学者委員会は、機能性表示食品を中立的に評価する消費者団体であり、数千におよぶ機能性表示食品の科学的根拠の強さをABC判定で評価した成績を公表し、消費者市民の合理的選択の一助としていただいている（<http://ascon.bz/>）。

3. 機能性表示食品のリスクと安全性を綿密に評価することの重要性

令和2年6月に施行された食品衛生法改正において、特別の注意を必要とする成分等（厚生労働大臣が指定；現時点で4成分：プエラリア・ミリフィカ、コレウス・フォルスコリー、ドオウレン、ブラックコホシュ）を含む食品について、食品事業者は健康被害情報を都道府県等に届け出ることが義務化された。医薬品のように生活習慣病の治療効果／予防低減効果が大きい場合には、副作用のリスクをある程度許容せざるをえないが、健康食品／機能性食品の場合にそうはいかない（5年後に「発がん性がわかりました…」では許されない）。その意味で、機能性表示食品の届出者は「毎日食べても安全」を担保するため、開発初期にリスク評価／安全性のチェックをきびしく実行していただきたいものだ。機能性食品の評価で筆者が大切にしているクリテリアは「機能性には寛容に、安全性にはきびしく」である。なぜなら「効果は限定的でも副作用の心配はない」というのが、食品の食品たるゆえんだからだ。

【講演者の紹介】山崎 毅（やまさき・たけし）1960年広島市生まれ、1983年東京大学農学部卒、1985年同大学院修了、同年湧永製薬㈱入社、6年間米国にてサプリメントR&Dに従事、2011年SFSSを創立、現在に至る。

日本食品科学工学会・産官学連携委員、認定NPO法人ファクトチェック・イニシアティブ（FIJ）理事、

（一社）消費者市民社会を作る会（ASCON）科学者委員会・事務局長、食生活ジャーナリストの会（JFJ）事務局長