

平成 29 年度第 3 回かながわ食の安全・安心キャラバン意見交換の主な内容

講義で学んだことや今後の健康食品との付き合い方に関して、グループディスカッションを行いました。その概要は次のとおりです。

Aグループ

問 1 講義を聞いてよかったこと、わかったこと

- ・ 自分で選択する判断力が必要ということが分かった。
- ・ サプリメントで信用できるものがない。

問 2 講義を聞いても解決できなかったこと

- ・ 基準や規制がしっかりしていない。早く整備するにはどうすればよいか？
- ・ 誇大広告はやめさせられない？

問 3 今後、どのように健康食品と接しますか

- ・ 健康食品に対する信頼度が上がれば使用するかもしれない。
- ・ 使用するにもどれを使ってよいか、選択するのが難しい。

Bグループ

問 1 講義を聞いてよかったこと、わかったこと

- ・ 食事、運動、サプリメントのバランスがとれて使用すれば体にいいかも？
- ・ 健康食品に過度の期待はしてはいけない。

問 2 講義を聞いても解決できなかったこと

- ・ 表示があっても分かりにくい。本当に大丈夫なのか不安。

問 3 今後、どのように健康食品と接しますか

- ・ 色々試してみて自分に合うものを使う。
- ・ 今あるサプリメントがなくなったら使用は控えようと思う。
- ・ 今日の講義であった話を身近な人に伝えたい。

Cグループ

問1 講義を聞いてよかったこと、わかったこと

- ・ 特定保健用食品、機能性表示食品について分かってよかった。
- ・ 機能性表示食品の「安全性・有効性」について消費者庁が内容を確認していないことがショックだった。

問2 講義を聞いても解決できなかったこと

- ・ 専門家でも、健康食品についてよく理解していないのではないか。
- ・

問3 今後、どのように健康食品と接しますか

- ・ メーカーから与えられた情報だけでなく、自分から調べて選んでいく予定です。
- ・ 健康食品は基本的に使わず、食事で。
- ・ 運動と食事与健康になろうと思う。

Dグループ

問1 講義を聞いてよかったこと、わかったこと

- ・ 日々の食事のバランスが大切。
- ・ 特定保健用食品等について理解できた。
- ・ 広告にすぐのらない様にする
- ・ 健康食品はあくまで食品であること。

問2 講義を聞いても解決できなかったこと

- ・ 心理面からのサプリメントの位置づけ。

問3 今後、どのように健康食品と接しますか

- ・ 害にならなければ、続けて摂取していきたい。
- ・ 長く使ってみて、自分に合うかどうか試してみるしかない。
- ・ 何を使うかの判断を自分でできるようにする。

以上