

キタバ



第23回 通信

特定保健用食品について

特定保健用食品とは体の生理学的機能に影響を与える成分を含んでいて、特定の保健の目的(血中コレステロールを正常化する。など)が期待できることを表示できる食品のことを言います。有効性と安全性が科学的に証明されている食品で、消費者庁官の許可を受けており、人が背伸びをした独特なデザイン。「トクホマーク」がついています。平成3年に

発足した制度で、健康が気になる方、普段の生活に不安を感じている方が対象で、ヨ



グルト、黒酢、シリアル、食用油からお茶、コーヒー、コラーなどなど。平成

24年12月の時点ですでに1029

●キタバ薬局

メディカルスクエア店 富田林市向陽台2-1-12
0721-28-7423

津々山台店 富田林市津々山台2丁目10-1-104
0721-40-2267

河内長野店 河内長野市西之山町7-2
0721-50-0085

金剛西口店 大阪狭山市半田1丁目622-1
072-366-0131

西山台店 大阪狭山市西山台3-5-16
072-365-0399

●キタバ

エコーロゼ店 富田林市向陽台3-1-1
0721-28-3654

向陽台店 富田林市向陽台2-1-12
0721-28-3479

河内長野店 河内長野市西之山町7-2
0721-50-0016

ホームページは

キタバ薬局 検索

品目が許可を受けていたそうです。表示内容も「おなかの調子を整える食品」「虫菌の原因になりにくい食品」などから、「血圧が高めの方に適する食品」「血糖値が気になる方に適する食品」「体脂肪がつきにくい食品」など特に中高年が気になるような文章も並んでいました。自分にはどの効果が必要か、どんな食生活をしているのかよく考えて選びましょう。

1日の摂取量や摂り方は

必ず守るようにしましょう。

過剰に摂取することで逆に有害になることもあります。特保はい

くら国が有効性を認めているからといって、あくまで食品の一種。それだけで期待する効果は得られませ

ん。生活習慣を見直すことが大切です。医師の治療を受けている方は、まず、主治医に相談して下さい。

私の家族も結構、カロリーやコレステロールを気にしています。冷蔵庫の中にも低カロリー、減塩、脂肪ゼロなどの文字が増えてきました。先日、ふと思いついて特保のお茶を数種類購入してみました。ところ、「これはいける。」「これは飲みにくい。」「などと言いながら飲み比べをしていました。いつまで飲んでくれるか分かりませんが、多少は効果があれば…。」と思っています。

キタバ薬局 薬剤師

亀井 央行