本海新聞　（第3種郵便物認可）

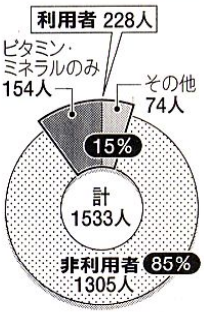
幼児にサプリ 保護者の15%

6割、栄養補給が目的

過剰摂取「有害の恐れ」

2008. 7. 7

幼児へのサプリメントの利用状況



幼稚園や保育所に通わせている保護者の15%が、ビタミンなど特定の成分を濃縮した健康食品のサプリメントを、子どもに与えていることが6日、国立健康・栄養研究所（東京）が初めて実施した調査で分かった。

国立健康・栄養研が初調査

保護者の6割は「栄養補給」が利用目的と回答。食生活に何らかの改善が必要と感じて、サプリに頼る実態が浮かんだ。

研究所は、幼児への有効性や安全性など検証したデータは乏しいとし「身体に必要な成分でも安易に与え続けると過剰摂取につながり、幼児に有害な作用が出る恐れがある」と注意喚起している。

調査は2007年5月から9月に青森、山形、茨城、栃木、埼玉、千葉、香川の7県の幼稚園や保育所計21カ所で実施。子どもの年齢は6歳までで、保護者2125人のうち1533人から回答を得た。

結果によると、口の中で溶ける錠剤や粉末、カプセルなどのサプリを、15%に当たる228人が子どものため利用したことがあると答えた。

利用者のうち68%の154人が「ビタミンやミネラルのみ与えている」と回答。32%の74人は「そのほかも利用」と答え、33人は、脳の発達に良いなどと宣伝されるドコサヘキサエン酸（DHA）を含有する魚油系のサプリを利用。次いでプロテイン、キシリトールが各7人、ハーブが6人などだった。

利用目的（複数回答）では「栄養補給」が140人で最多。「健康増進」58人、「病気予防」42人、「体質改善」27人と続いた。また106人が「たまに利用」と回答。「以前に利用」が90人、「毎日利用」は32人いた。

使い始めた時期で最も多かったのは、ビタミンやミネラルは3歳からが59人、DHAなどそのほかのサプリは1歳からが19人だった。購入商品は「幼児用サプリ」が多かったが、成人用を使っているケースもあった。

誇大広告が増加の傾向

コンビニやインターネットで買え、市場が拡大したサプリメント。商品の宣伝や表示をめぐっては「1週間でやせる」といった誇大広告が増加傾向にあるという。

サプリを含む健康食品分野は大手の食品、製薬会社のほか中小メーカーも参入、市場規模は7千億円を超すとされる。

医薬品でないため、効果や効能を表示できないが、「体脂肪が減る」「がんに効く」「身長が伸びる」と宣伝する商品も。ネット上では子ども向けも「集中力や学力UP」などと紹介される。

表示や販売手法をめぐり、国民生活センターには昨年だけで約1300件の相談や苦情が寄せられ、誇大広告は増加傾向とみる。公正取引委員会も2月、体臭を消すとの効果に根拠がないとし7社に排除命令を出した。

メーカーなどでつくる日本健康・栄養食品協会は成分や表示を審査、認定する制度を設ける。

食生活改善が第一

調査主任で国立健康・栄養研究所の梅垣敬三情報センター長の話　子どもの栄養が足りないという親の錯覚や責任感、偏食への悩みが、サプリメントの利用につながっていると思う。子どものころからサプリを飲んでいると、食事で栄養を取るという基本を忘れ、サプリに頼り切った食生活になる。常用が一般化している米国では子どもの利用率が30～50%と高く、日本でも利用が増加する可能性がある。まずは食生活の改善が第一で、バランス良く1日3食きちんと食べていれば栄養不足にはならない。