

付表32 栄養補助食品・健康食品に対する意見・要望一覧

便利でよいと思う。 本来なら食べ物でとるべきだがげんかいがある。サプリメントなら手軽かつ経済負担も少ないのでおおいにとるべきであると思う。 ある程度の法規制が必要（成分、効能など）住民への健康教育（特にこれら薬品について） 1日30品目を食材の中から、体に摂り入れるのは、時間がなかったりと忙しく大変むずかしいですが、栄養補助食品は、不足しているものを手軽にいつでも、どこでも摂りいれられるのが、良い点だと思います。でも、健康に良いと思っていても、それを毎日かかさず摂取したるする為には、もちろん、その食品を買う事を維持しなければならない為、金額的にも、大変さを感じます。又、たくさんの栄養補助食品等がいろいろな会社から出されていますが、その食品のつくられている工場、又は、その材料にもなるものがどんなところでつくられているか疑問に思うこともあります。体には副作用がないといえども、添加物が含まれている食品の数が多いのも現実で3回の食事で体を維持できぬ場合はプラスαは良いと思っている。健康食品に片寄っては絶対ならないと思っている。栄養素がすべてまかなえるからそれは良いという問題ではない。食事を作る楽しみ、食べる楽しみを土台にしてすすまないと人間形成の上から問題となるであろう。 60才前後になったら友人達は、何かを飲んでいる。（健康な人達）「カキエクス」や「卵油」や「リポビタン」「オロナミンC」やいろいろ。一緒に、ミニバレーをしていて飲んでいる人達は元気がよくて、疲れないうし、若々しく見える。 Caや鉄薬などであれば、有効利用するものもよいと思います。 あくまでも、補助であり“その食品ばかり摂っていれば健康でいられる”という思い違いをしているユーザーが多いので、必要な栄養素は食事から摂り、不足する分を補助食品で補うべきである事をもっと強くアピールして欲しい。 あくまでも、補助食品であって、やはり、口から食べよくかむ事で、脳を刺激する事が、いい事だと思います。一日の食事をそれだけですます人がいますが、体にはよくないと思います。 あくまでも、補助的な使い方をすれば良いと考えている。 あくまでも栄養補助食品と考えるなるべく3度の食事を充実させ少し体力をつかい過ぎたとかカゼを引きそうとかの場合つかうようにしている。栄養バランスと運動がくずれると体調がおかしくなる。そういう場合補助的な意味でつかうようにしている。 アメリカはビタミン剤を子供のうちから飲む事が習慣づけられているのです。 アリナミン以外服用したことなく、また今後も、いまのところ必要と思ってません。病気などして医者にすすめられれば服用するかもしれません。 日常の食事では、パーフェクトではないので、体調に依り不足な栄養を簡便に摂取することができるので、大変に、ありがたい存在であると思います。 年と共に又食事を考えて食べていますが片寄る事も有りますので栄養補助食品のプラスも必要と考え摂っています。 年を重ねると健康に自信が無くなって来て「一年前まではこんなじゃ無かった体力がおちているのをつくづく感じる」年になりました。ワラにもすがりたい思いがします。そんな時栄養補助食品健康食品と聞けばつつい手が出ます。 年令が増してくると、自分では若いつもりでいても、内臓の機能もおとろえて来ていると思われる。日頃から健康維持、増進のために。スポーツは続けていますが、栄養のバランスを補うために、栄養補助食品としてコンスタントに常飲しています。勿論、一番大切なのは、毎日の食生活必要な時だけ 表示をよく確認し、「病は気から」という言葉もあるので、毎日の食事や生活で、うまくいかない日があれば「効くかも？」位の気持ちで、利用するのも一つの手段と思う。けして、過信しないことと、その食品でどんな具合になるのか注意して使用すればいいのでは、と思う。 普段通りの食事をしていて、気分的にとか、時間のない時にとることはかまわないと考えてま補助なのだから大量にとることはよくないことなので継続しないで単発的にとる方がよいと思う補助をする食品を考えている程度。 あまりいいイメージはありません。結局、体が弱っているところを無理矢理、栄養を補給して体を動かそうというわけであるから、「健康のために・・・」という訳ではないと思います。また最近、日常的に摂取している人が増えているようですが、これも栄養過多になるのではないで あまり良いイメージは無い。 うかうか利用できないと思っている、信用できないのが多い気がする。会事、健康増進、健康維持の為には食品の素材を使って料理したものを食べるのが一番いいと考え努力している。 おそろしいと思う。 難しいことはあまりわからないけれど、私が栄養補助食品（カロリーメイト）を摂っていたのは、あくまでも学校の授業の間の休み時間にお昼までに腹がすいて困る時の腹ごなしであるし、それは、変える気はない。基本的に私は栄養は、そのままの型（例えばニンジンからとか）で摂るものだと思っているので、足りなければ、一品食べ物を増やせばいいと思うので「栄養補助食品」という名をできれば、何か他の名称にするべきだと考える。 毎日定期的にのめば効果的だと思うが、面倒でなかなか実行できない。

付表32 栄養補助食品・健康食品に対する意見・要望一覧

物によってはすごく安く売られる物と、またそのままで売られる物と有りますので、安いと何か効果がない様に思います。
素晴らしいと思う。もっと拡まるべきです。
良い事も悪い事も全部パッケージに会ってほしいね。
良いところばかり強調するのではなく、どんな人にもわかるように安全性だとか、他のものと併用するとどんな危険があるのかなど購入者によく理解してもらう宣伝などがまだ不十分ではない本当に良い食品を自信をもって売り出してほしいです。
養命酒を家族と飲んだ時期があるだけ。その時の体調は変わらないので止めた。
養命酒を毎日食前食後に主人がのんでいます。すごく若さを保たれて元気であるように思いま
やっぱ薬とかで栄養をおぎなうのはあまりよくないことだと思う。
あるてい度流行が有るのではと思いますジャパンローヤルゼリーを主人と飲んで5年に成ります
特に変わった事はない様です
これからは、物を排出するとか抗ガンのため免疫を上げる作用に流行すると思う。
カルシウム食品を選んで飲もうと思いますが種類が多くて分かりません。どの様な選び方をしたら良いか教えて下さい。
余りにも種類が多い為、整理、統合して欲しい。
余りにも多種多量で選択できないでいる。
類以品があまりにも沢山出ているので、買う場合は、大変こまることがある。
余りにも種類が多い。ある人は良い ある人は効めがないなど判断にまよう。価格も高い。
100%安全性があり、手軽に利用できたら愛用したいと思う。最近、種類が多いせいか、どこかで問題点が発生してるみたいですが。
あまりにも似た食品が多くて、どれをえらんだら良いかわからない
あまりにも多い数なので実際どれが自分にあっているのかわからない。価格も千差万別なので
いろいろありすぎて一度ファンケルのをとったとき顔がまっかになり以後とめられました。
どれも変りない。キキメがわからない。
にたような薬があつてどれを選んでいいか分らなくなる。もっとそれぞれがここにいいんですよとちゃんとってほしい。
これらの食品に不安感とか信頼感がない要因の1つに含有量のはっきりした明記がないことで
す。たとえばクロレラ入りなど書いてあつても1%入っていても70%~99%入っていても
クロレラ入りはクロレラクロレラ入りでまちがいはないでしょう。でも効き目は?という疑問
です。そのためやはり出所のはっきりしたしっかりした信頼のできる所を…となってしまう
これらの食品はあくまでも補助食品であり健康を保つためには食事が基本と考えています。消費
者に誤解を与えないようあまりにも多大な宣伝はひかえるべきではないかと思います。
これらの食品は健康な人には摂っていいと思いますが、病弱の人には、やはり、医者と相談して
摂ったほうがいいと思います。
これらの食品を摂ってどれだけの効果があるのか全然わからないので現在は摂っていません。よく
クロレラ食品についてのお電話がありますがとても気が重いです。
コンニャクゼリーなんかはお菓子として見ているのですが、おなかに良いなどといわれています。
健康食品になるのでしょうか。
コンビニで売られるように(種類が豊富)なり、手ごろになった。なるべく普通の食事でもとりた
いと思っていますが、体調によって、手軽にプラスしたい時もあるのでうまくとり入れていき
たいと思っています。
コンビニなど手軽に手に入れられるようになったが、健康食品や補助食品にたよりすぎないように
することが大切。やはり健康は毎日の食事が中心という事を忘れてはいけないと思う。
しばらく続けてみるつもり。
ずっと飲みつづけた方がいいのか、良くなったのでやめたらいいのかそのさかい目が知りたい。
すべてよくないという考え方ではなく、自分の栄養的に不足している部分を補う意味で使うのは
悪くないと思う。期本的には食物からとるのが良いと思うのでそのように気をつけている。
スポーツ時の代謝の際に持久力が違う。
そのものの効果を信じていくことが体によいと思う。
その人にあったもので安全かつ持続できるもの、特に金額的にも飲用できるものでないといけな
いと思う
その人に良かったら(合うと思ったら)摂れば良いと思いますが
その物を摂るとこんな良い事があるといい事づくめの説明ばかり、副作用や毒性発ガン性の事な
ど全く説明なし、集団で説明を受け体験談等を聞いてしまうとその気になってしまう・鈍感な
のか効果が見られず止めた。飲み方が足らないと言われたが毎日の食事を良い食材で自分自身で
作ろうと思いました。はっきり栄養補助食品と言わないところがイヤでした。
ダイエット食品など、どうしても、メディアニ影響されやすい、状態にあります。周囲でも、こ
ういったダイエット関係がはやっていて、健康に無理があると私も含めて、周りも思っている
と思います。

付表32 栄養補助食品・健康食品に対する意見・要望一覧

たくさん、いろんな種類が出回っているので、一度にいろいろみると、どれが良いか（どんなものが自分に合うか）わからなくなってしまう。
たまに病院に行ってもらってくる薬はのみますが栄養補助食品健康食品はあまりと言うよりほとんどのんでません
ちょうど良い量が取れば、すごく良い事のみだと思っていた。発ガン性が有るのなら、考えなくては！と思う。
チアシ等でダイエットに効果があると体験談が載っていたりしますが、安全性など心配です。又、電話での案内等もひんぱんにあります。〇〇の病気が治った、効果があると言った広告の一層の取り締まりを国として、しっかりやっていただきたいと思います。
データが得られにくい
ビタミンB・C以外のものは使用はしていない。
ビタミンやミネラルをその食品に含ませるための手段や、そのとき使わものの成分に疑問があります。効果以上に派手な宣伝をしている様な気がします。
ビタミン剤など、錠剤やカプセルで足りない栄養素を、その分だけ補うだけならいいと思いますが、食事をバランス良くとらないでビタミン剤にばかりたよってしまっている人もいるみたいなので、そういう点では、あまり良くないと思います。健康食品や栄養補助食品じたいが悪いわけではないので、これからいろんな食品（体にいいもの）が出てくればいいと思います。
ビタミン剤は医薬品であると思う。テレビの宣伝には、いつわり過剰なものがあると思う。
ビタミン剤は興味があり知人の薬剤師や栄養士の話の聞いたりして取り入れているがその他の補助食品に関しては、やはり添加物等心配がある
ビタミン類など摂取過多で害の有る物等について説明が不十分であり、効果を誇大で表示しているほとんど効果はないと思うが気分的に安心感が得られる程度だと思う。
むやみに飲んだり、食べることは賛成しないが、ある程度自分の判断で、身体に良いと思うものは、とってもいいのではないかな。年令が高くなるにしたがって食事から取ることに限界を感じるから、私は自分で納得出来れば何種類かは取りたいと思っています。
メーカーによって価格がかなり違う。同じ様な成分なのに何が違うのか不思議です。
メーカーによって価格がずいぶん違うが、品質がどの程度違うのかよくわからない。統一された規格（たとえば天然成分〇〇%といってもどのような天然なのか、純度はどうなのかe t c）の表示があると、よくわかると思う。現状でメーカーの広告しか情報が手元にないのでわかりにメーカーにより金額がまちまち。あまりにも種類が多く、混乱する。
メーカに対して、過剰なPRはしないでほしい。ある（栄養補助食品や健康食品）食品一つをとっていけばすべてOKのようなPRもやめてほしい。
もし、栄養補助食品で害があるとすれば、それもマスコミ等で具体例を出して報道してもらいたい。正直のところ、あまりにも、はん乱しすぎて何を摂ればよいのか少し不安でもある。
もし発ガン性のものがあるのなら、なぜそんなものを売るのが不思議でたまらない。
もっと、安くして欲しい。過剰症の危険性をもっと、提言すべきだと思う。
水溶性ビタミンであろうとも、所要量の300倍摂取したりすると過剰症が起こる。でも、消費者は懸命に、これらに依存するのであるから。
もっといっぱいおいしく食べれて体に良い物を作ってください。
もっとちゃんと、くわしく説明をいれて欲しい。値段を安くして欲しい
もっとリーズナブルになれば食べ続けたい。
やっぱり、自然的の方が体に気持ちいい。人工的はあまりいい気持ちがない。
安価で効果的で副作用の少ない物を正確に情報を得られるようなシステムがあればと思っている
安全性、有効性について正しい情報が得にくい。マスコミなどにあおられてブームになっているもの“ねこもしゃくしも”状態はどうかと思うのに、ついのせられてしまったりして…。
以前、お腹が冷えることがあったが、知人に教えてもらった健康食品を朝と帰宅に服用するようになってから、3年近く経過した。現在では、お腹が冷えないようになった。また、風邪もひきにくくなったし、毎日、遠赤外線サウナに入っているの、体の調子がよくなっているような気
以前、病院で栄養士をしていた頃、患者さんに「こういうものを続けてんだけど、どうなのか？」とよく質問されて困った覚えがある。栄養補助食品についてまとめた出版物が世間一般に出してくれるようになればいいなと思ったことがある。（低価格で）
胃とタンウを切除手術をして満5年になりました。手術後通院しましたが思わしい回復が見られないので健康補助食品に切り替えました。現在元気で暮らしています。出費は大変ですが続けて医師の指示のもと、慎重かつ、安全に、利用するのであれば、手軽に、栄養素の補給ができるので良いと思う。
医薬品ではないので、本当に効果があるのかどうか疑問に思う。
医薬品とそうでないものの差がはっきりと分からない。
医薬品とちがいで、消費者が使用量、効能等について判断しなければならない場合、適量の文献があれば、安全に使用する参考になると思います。どの成分は何に効果があるといった表現が、消費者にとって使い役いと思います。

付表32 栄養補助食品・健康食品に対する意見・要望一覧

医薬品との境界があいまいなものがある。（または、表現があいまいだ。）メリットのみが強調され、デメリットの情報は得にくいような感じがします。
医薬品と医薬部外品の違いがわかりません。P. S このアンケートに生年月日までの記載の必要性がわかりません。年齢のみで良いのでは？
医薬品と食品との表示の違いや、天然物が合成物か、などの違いについて無知な消費者が多い。製造元がきちんとしたメーカーなのか、わけのわからない会社なのか知らずに、広告に踊らされている消費者も多い。買う側がもっと正しい知識を得て、商品を選ぶようになるべき。
医薬品に類似させないでもらいたい誇大広告はしないでほしい
医薬品はもろ刀の剣で副作用はつきものなので、医師の処方以外は使用せずVitamin剤、プロポリス等は一応医師に聞きながら服用している。（慢性疾患をもつものとして何とか現状（と云っても特に自覚的症状はなく血液検査によるGOT, GPT数値（45-80）の上下で安定させたい）の改善を願いたく…）
一時的な栄養補給などには良いと思うが、とり過ぎなどの弊害が心配いされる。さらに、食品の安全確保や表示どおりの効果についても不安である。いづれにしても普段の食品からバランスの良い食事をとることが必要である。
一時的な疲労回復及びそれにより精神的に気持が楽に感じる効果あり
一長一短があるはずなので“短”の方の説明をしっかりと行ってほしい
一度に何種類か服用することで効果が減少したり、体の他の部分に副作用がでたりしないか不安が残る。
一日必要量以上の成分が入っているものが多い。広告等宣伝の効能が大げさ
一般の人から「〇〇に効く食品は？」「△△は（△△を食べると）〇〇にいいんですね。」という聞かれ方（決めつけ方）をされることが多い。あくまで食品は食品であって薬物とは違うこと、個人差があること、生活スタイル（食習慣を含めた）が大切なこと等をその都度話すが、TVからの健康食品情報のインパクトがすさまじく、誤解をとくのが大へんである。（中にはプロの栄養士までいる。）特に心配なのがコンビニエンスストア等に陳列されたサプリメント類で、いったいどんな知識に基づいて購入し、どんな摂り方（食事との関係も含めて）をしているのか、と案じられてならない。プロの（今の現状では管理栄養士か？）
一般食品も残留農薬遺伝子組み替え食品等不安なものが多いですね、でも、なるべく多くの食材を使ってバランスの良い食品をとるようにしています。が、子供に至るまでろくでもない食生活をしていることが多いですね
一般的には、薬店等の販売が増加しているように思われます。過剰なエネルギー摂取と同じように栄養についても、過剰についての健康問題など、表示や注意書き、PR等必要があるように思います。（かなり大事なことはと思いますが、今後は必要かと思えます。）柄
一般的に価格が高いものが多いので、コンスタントに摂りつづけることは難しいと考えられま
一般的に値段が高いようです。もう少し安くなるといいと思っています。なかなか、ながく続けられないのです。
印刷物の規制は、しやすいですが、TV、ラジオなど音声媒体の規制についても、はっきりさせていく必要があると思います。
飲まなくても食品（生きている食べ物）から摂取したいと思います。
飲みたい人は飲めばいいし、イヤな人は飲んでいい。本当に、効果がある物を売ってほしい。
飲みだしたら続けた方が効果的
飲み方、食べ方をくわしく、もっときちんとかいて欲しい。安全性が心配。値段が高い。
飲み方について具体的に説明してほしい
飲んでいる栄養補助食品どうしの組み合わせが適当かどうか不安である。
栄養ドリンクには、お酒のようなまずいにたものはいっていて、そのおかげで、疲れがとれたよう思える 実際は体がよっているだけとききました。本当ですか？
栄養ドリンクを少し飲みやすくしてほしい。
栄養剤、薬などはなるべく控えめに取る様心がけたいと思います。
栄養剤をジュース感覚で飲んでいるので体に害があるのか、ないのかももう少し考え直した方がよいかなあとと思いました
栄養士、医師の指導を受けて各自の体に適した補助食品を仕用する出来るだけ日常の食事の中で栄養が攝れる様に心掛けたい。
栄養士である為、特有名称等理解できますが一酸の方には分かりづらい気がします。そういった意味的でテレビ放映「あるある大事典」等の番組は導入されやすいと思います。
栄養食品には何の魅力もない。それより食品として口より取りたいと思います。
栄養食品は誰もが信じて飲むということですから勧められたので年令も多くなって少しはと思い、つい飲みはじめましたが結果的に医者様にも止められました。以後一切飲んでおりません。病気も快方に向かっております。
栄養表示とおりの栄養価があるのか、含有量が正しいのかをはっきり「正しい」と認識できるようにしてあったらいいなと思います

付表32 栄養補助食品・健康食品に対する意見・要望一覧

栄養補給食品は、あくまでも栄養等を補助するものであって、主なる食品ではないと考えます。日常の食事の中で、栄養分を工夫し、調理したものを摂取することが本来の理想と思います。錠剤をいくつか組み合わせ、たくさんの数の補助食品を飲み続けることは、安全性の上でもまだ、先にならないと結果がわからない現状である今、とても心配でもありますので、多数組み合わせた摂取法は行っていません。
栄養補助食品（ドリンク剤）は以前に少しのんだことはありますが、本効果があるのかどうかは疑問です。最近では栄養補助食品を摂れば大丈夫と思わせるコマーシャルが多いのではないかと思います。栄養補助食品、健康食品に限らず、人体に不適切な添加物等は、徹底的に調査して、皆が安心して食事が出来る様御指導下さい。又、消毒剤（野菜果物他）等、生産農家は、自宅消費は、別に消毒していると聞きます。人間は皆一緒です。危険度の少ない消毒剤を節にお願いします。
栄養補助食品、健康食品の実質効果に懸念をもつ毎日の食品栄養バランス及び摂取量に留意して栄養補助食品、健康食品の流行があつて、たくさんの種類がどんどんでくるので、商品が沢山ならんでいる。そのため、選ぶ時は、TVのCMや店とうでおススメと書いてあるものや、安売りしてあるものを買うけれど、どの商品が一番よいかわからない。
栄養補助食品、健康食品は、情報がありすぎて全て把握しきれず、必容時にその食品との出会いになってしまいます。ですから他にまっとよいものがあつたとしても、わかりません。
栄養補助食品、健康食品の種類が多く出回っているの自分と合う品物を決めるのに困難です。
栄養補助食品、健康食品についての勉強会の機会を設けて欲しい。
栄養補助食品、健康食品に依存せず食品から摂取する方が安心だと思うので購入していない。
栄養補助食品、健康食品に対し、厚生省で害がないか調べて許可を出して欲しい。テレビや雑誌、新聞の広告に電話で申し込みと出ています。直接申し込み、テレビに流れている公放放送しているもの、本当に害がないのでしょうか。まず、うたがってしまいます。今は、何でも商売にしてしまう時代、マスコミを通じ、本当に栄養になるのか、どうか調べてくれる機関はないので
栄養補助食品、健康食品の効果にたよりすぎることはよくない。
栄養補助食品、健康食品はどこのメーカーも全く効き目なしです。（私はコレステロールが高い値にてすすめられたのですが値は下がりません）
栄養補助食品、健康食品は身体によいでしょうかに思っています
栄養補助食品、健康食品は摂っていません。
栄養補助食品、健康食品等いくら取ってもバランス良い食事に勝るものはないと思います。手抜きしない様に作りたいものです。
栄養補助食品、健康食品に関する毒性や発ガン性の有無副作用の有無の情報がありましたら是非お知らせ頂きたい。
栄養補助食品、健康食品の種類が多く出回りすぎて、安全性がしんぱいになる。安全性のチェック充実を望む。
栄養補助食品・健康食品には毒性や発ガン性があるのですか？全く聞いた事がないのです
栄養補助食品・健康食品等の安全性がくわしく知りたい。長くっていると害になるのか、本当に効果があるのかが知りたいです。
栄養補助食品が次から次と新商品が出るのでまよいます。
栄養補助食品だといって、訳のわからない物売っている店が多くなっているので、説明の出来る人がいない店では、置かない様にしてほしい
栄養補助食品で健康になれば良いと思いますが、経済的に大変で困る。もっと安く出来ればと思っています。
栄養補助食品について、詳しい知識があつて、服用している訳ではなく、これぐらいは飲んで良かなあ、少しは効果があるかなあと安易に取り入れている。
栄養補助食品については、読んで字のごとく、不足しがちな栄養素を補うことができる可能性があるかと考えるか？健康食品と称されるものについては、その作用機序など、さぞかなものが少なく、全く信じてよいものかわからないものがある。情報その他今少し専門的なものが
栄養補助食品には、全然たよっていない。たまには利用してもよいという程度。
栄養補助食品には天然自然の物から作られたい。化学物、石油等を原料とした物は、ヤメていただきたい。
栄養補助食品に思うことは、わざわざ錠剤などで補うことはないと思います。栄養ドリンクは色がついているものがあるのは、自分ではいやだと思います。
栄養補助食品に特別な効果は、期待していません。気分的に飲んでみようかと思う程度です。ひとつの食品にこだわることは、あまりいいとは思えません。
栄養補助食品のとりすぎ、又、まちがったとり方をしている等、よく聞きますが、情報が方よつていて、一般には、わかりづらいと思います、説明書などに効能や害なども表示されていれば良いのにと考えます。
栄養補助食品の効果は具体的にどういう変化がおこるのか目で見えてはわからないので説明等を知りたい。

付表32 栄養補助食品・健康食品に対する意見・要望一覧

栄養補助食品は、それだけで食事を摂るのはいけないが、食事もとりながら補助食品にたよるのはよいと思う。
栄養補助食品は、外国に比べて高価である。
栄養補助食品は自然の物で毎日の食事の補助であって効果効能ではないと思う
栄養補助食品は全く摂っていない
栄養補助食品は必需品と思っています。
栄養補助食品は便利だと思います。しかし、あまり、使わないようにしている。
栄養補助食品も多種類出廻っているようなので何が本当に安全なものか、保証する方法があった方がよいのではないかと思います。
栄養補助食品も低価格で購入出来ると長続きするのではないかと思います。
栄養補助食品や健康食品がすべて良いという事でなく、又、それ一辺倒であってはならないと思いますが、全く否定はしません（中には否定したいものもありますが）上手に使用すれば良いものと思いますが、何と言っても、食から摂るべきものと思っています。
栄養補助食品や健康食品に使用されている着色料が気になりました。
栄養補助食品や健康食品は「本当に効果があるのか」副作用などはあの知りたい。
栄養補助食品や健康食品はコストが高いので、若い時はう。あまり購入できず30中ばになって常に摂ることができるようになりました。継続しないと意味がないので、根気強く摂ってゆこう
栄養補助食品や健康食品は金額が高いと思います。毎日となると、大変です。やはり食物から栄養をとりたいと思っています。
栄養補助食品等はいつ頃飲めば効果があるのかex食事前・後がいいのか。朝（起きてすぐ）夜（眠る前）教えてほしいです。
何でも気のもちようで食品から栄養をとるのが一番いいが時間がない時は、栄養補助食品で補ってもよいと思う。しかし、何でもかたよりすぎ、たよりすぎく、よくないと思う。カプセルなどを飲んで健康になった気がするなら、ある程度は飲めばいいと思う。
何で危険そうなものまで健康食品になっているのですか。
何となくあやしげな感じがあるが、良いと言われると良いのかなとも思う。
何をどれだけ摂ればいいのかわからない
価格が安くなり、どこでも買えるようになるといいと思う。コンビニで売っている少量入りのビタミンなどは、量が少ない。
価格が割高である。
価格が高い為いろいろ試めせない。
家族にすすめたことがあるがはっきりとした結果（こうか）はわからなかった。
科学的データにもとづいた表示が少ない
過ぎた効果を表示するのを止めてほしい。
過剰広告にふりまわされざみ（購入しなくても飲んだら効果があるだろうかな（？）と思ってしまう。）
過剰症が気になりますが、情報が少なすぎる。国でもっと指針を出してほしい。
過剰摂取による副作用等の記述を要する。
過大広告が気に樺かかります。あくまで、“食”を支えるものとして、“従来の食”を忘れずにいたいと思う。
過大広告、評価をやめてほしい（まどわされる）
過大宣伝（テレビの映像等で表現がオーバーすぎる）と思われるが、子供がそれを見て、その通りの効果があると感じがいている。
外来の患者さんによく見受けるのが、日々の食事よりも、健康食品に気をとめている方がおり、私としては、健康食品についての知識が不足しているのか、世間で過大に健康食品が評価されすぎているのではないかと思います時がある。
害のないものを！
各メーカーから色々出ているので判断がむずかしい。金額的にもピンからキリがあり高いから良いとも思えない。人からすすめられたものを買うようにしている。
各種いろいろなものがでているが値段が製品が同じものでも格差があるのはなぜか？。ほんとうに安全性が保障されているのかどうか不安である。
各食品の具体的な毒性や発ガン性の有無をしりたい。
確かに効果のあるものがあるが、高価で続ける事ができなかった。有効なものも考えてほしい。
確実に効果があるといううらづけのもと販売してほしい。あまりにも数が多いので、専門書雑誌などでは用途別に分かりやすく表示してほしい。
甘さを少しおさえたほうがよい。（大塚製薬などのカロリーメイト、エネルゲン、ポカリスエットなど）
簡単に栄養が取れるのは良いけど食事のかわりは良くないと思う
危険性のある商品は、テレビ新聞等ら依り例具体的に公表してほしい。

付表32 栄養補助食品・健康食品に対する意見・要望一覧

基本的な生活習慣・食生活習慣が健康的に営まれている上で、尚不足するものを補うという立場で一般市民消費者へのPRをして下さい。
基本的には、とらないで食事をしっかりと摂ることを考えたい。
基本的には食事で栄養をとるのがよいと思う。現代人は忙しく働いていて食事をするのが大変な人もいるが健康食品をとってればよいと考えるのはよくない気がする。きちんと医師や専門家が必要と診断し、処方されるものはよいかもしれない。又、健康茶や常用しても無害なものは、食事をきちんととった上で使用するのには抵抗は感じない。
基本的に栄養補助食品・健康食品は問題があるから嫌いです。でも、植物発酵食品というと全部他のもののはいってしまうと思うのですが。遺伝子組み換え食品、農薬など、考えなければならぬことが多くて困ります。
基本的に食事をきちんとしていれば補助食品は必要ないと思うので知人にすすめられたり、ギリで買う事がある。
気やすめ程度にはなる
気休めで飲んでいる。安全性には、特注意してほしい。
気分的なものが大部分で、単に気安めに過ぎないと思う。しかし、それだけでも何らかの効果があるかも知れない。
気分的に効果があった様に感じるだけ。
記名の必要性はないのではないのでしょうか。
疑って飲むと全く効果はない様に思う。信じて飲むとなんとなく効いているという感じである。
気分の持ち様である。
去年はじめて大腸のポリープを取りましたが、食事の外に栄養補助食品、健康食品など摂取しなければ…と思ったことはありません。
筋肉増量または筋肥大に役立つサプリメントがもっと格安になってくれたらありがたいです。
金額が高い。いろいろ試めしてみましたが、どちらかと言えば、私にはあわない。
金額が高い。友達と仲間で買って安くなるのでよい
金額と効果との関係がイコールかどうか。種類は豊富だが消費者は安心して効果のあるものを選んでいるのか。
金額の高価な品物が多く、品質もたしかな物である保障がよく解りません。
具体的なDataが少ないので対象者へ説明しにくい
継続して摂るのに不安がある。できればそれ以外の食品で栄養をとりたいと思う。
継続して利用できるように値段をもう少し割安にしてほしい。たくさんありすぎて何もえらばよいのかよく分からない
継続は力なり
結果が良いと、やはり摂ってよかったと思ってしまう。けれども、医薬販売するよりも健・食としての方が簡便なので（厚生省の認すその他の）健・食としている商品もあることを知っている。副作用・発ガン性等について健・食にはこわいものがあるとは思っています。
健康である今は不要だが、疲労、老化、病弱時は摂取したいと思う。
健康で普通に食事が出来るのなら、補助食品はいらないと思う。旅行、その他の都合で、一時的に補う程度にして、出来るだけ自然の形で食品から取るべきだと思う。
健康に害がでることがあるなら、大きく示すべきだ。
健康に貢献出来とは思えない。価格も高く、中にはインチキ臭いものもある。健康補助食品は全く信用していない
健康に対してあまり必要以上に考えないため、どうこうゆうことはない。
健康に良いと進められつい買ってしまふ
健康のためにとっているものが、害があつては何もならないので多くとりすぎたりするとどういふ症状がおきることまで明記してほしい。
健康志向の強い時代、人によっては、テレビなどの影響をうけやすくすぐ購入する人がいる反面、絶対に使用しない人も多いが、良い品もあるので指導する必要性を感じています。ただし値段は高く、一般向きでない面もあると思います。病態指導には医師の判断によりますが実際には使用している方が多く、効果についてもう一つ不安があります。
健康食品、栄養補助食品の安全性の行政上の管理を充分にしてほしい
健康食品で効果があるといわれ、飲んでいる人を見かけるが、自然のものでないものを、合成されたもの（？）一定期間、長期に飲みつづけるということは不安です。又、ひとつのものを多量にとってアンバランスな状態にして体のはたらきがうまくいくとは考えられません。何十年後に副作用があるのではないかと不安です。
健康食品というネーミングから、健康になれるというイメージがあるが、実際添加物とか、副作用とかあるのではと思う。ビタミン類などは、結構安全性が高いのかと思うけれど、実際よくわかりません。表示をしっかりとしていただけたら買う方も気をつけたりするのかな。
健康食品として数多く出回っていますがその安全性が心配です。各個人が確認することが基本とは思いますが行政でのチェックが必要ではないのでしょうか？

付表32 栄養補助食品・健康食品に対する意見・要望一覧

健康食品などの副作用の情報などもきちんと伝えて欲しいと思う。
健康食品には興味がない。（知識としては覚えたい）
健康食品に関する情報が余り多いので果たしてどれが…と思うことがありますのでデーターをきちんと調査し、よりよい商品を消費者に提供すべきと思う。
健康食品は種類が多すぎて、自分に本当に必要なものが何なのか分からない。一日3度の食事が今は健康なので、特に必要ない感じがするのですが。
健康食品は食事と信じているから感心がない。
健康食品もつかっていますが、他の食品も安いところがありますので、わかりません
健康食品や補助食品を摂って効果があるのかいまいち疑わしい。
健康食品又は栄養補助食品の箱にいろいろ効能等が記されているが、不安です。厚生省等の認定の印等があればと思います。
健康食品類より薬草を自家製に加工して毎日飲用してます。＊プロポリスは半信半疑です？（親と がガンで死んでいるのでのんでる）
健康体の方だから、栄養補助食品、健康食品に対して、ほとんど感心がなく、継続して摂取しているものは何もない様な状況です。栄養バランスを考えた正しい食生活を心得て、日常食品から摂る栄養が一番だと思っています。
見本をください。
原材料の記載をすべてして欲しい。合成と天然食品から抽出しているかの記載を分かりやすくして欲しい。特にビタミン、ミネラルについて。e x、セルロースとある場合何が原材料か知れた原材料の生産地を明示してほしい
原料、素材からこだわった天然のものから、営利目的のみの商品まで、レベルがいろいろあって、消費者にわかりにくい。
原料の内容に対して、異常に高価な物があるのはなぜでしょうか？又、ブームが去ったら急に安価になるのも不安…。
原材料が、自然なものは価格が高くなるのかも知れないが、もう少し休安く、購入できたら、もっと続けたいと思っておりますが、…。
現在、あまりにも多くの栄養補助食品、健康食品が流通している為それを信じ、簡単に服用している気がします。本来の食事、又は生活について考えるのではなく、補助食品を服用すると、それで安心と思う人が多いようにみうけられます。
現在の医学では、改善出来ない事が多い世の中です。（アトピー等）体に害がないものであるならば、頼りたいと思います。私は一人暮らしの為栄養も不十分にしか摂れていないと思うし、便秘がちなので、それに効果のある健康食品があれば、すぐにでも手を出しそうです。アトピーに効果があると聞けば、多少コストが高くてもとりあえず試してみたいです。
現在の食品の中には以前のような、栄養成分は含まれていない。そのため、不足している分を補充するよう摂取している。タバコを吸うため、ビタミンC等も摂取しようと考えている。
現在は健康で過ごしていますがこれから不備な点がでてきたら代謝の良いと思う補助食品を使うかもしれません。そんな意味でも明りょうな表示・効果が必要だと思います。
現在広告やテレビで宣伝している補助食品・健康食品に関しては信じられない物が多いと思っています。健康作りは本来、日々の食生活の中から育て上げて行くものだと思います。病気や特別な理由で自分の本来の体にもどるまでの間は補助的に必要でしょうが、頼りすぎは無責任だと思います。健康な体は、日々の食生活があつてこそで“食”の大切さを考えて行かなくてはいいと思います。補助食品・健康食品に対する過剰な宣伝はやめてほしいと思います。
現在娘が駅伝をしており、部活の先生のすすめられ、アミノバイタルを使用しています。成長期でもありアミノ酸は不可欠な栄養素でもあります。成分栄養補助食を飲んでいて副作用がありはしないかと心配しています。もちろん三度の食事はきちんと食べています。
現有飲用している 山盃茶（コレステロール） 梅山茶（糖尿病） はと麦（美眠に）
個々の食品により、効能、副作用など違いがあると思う。専門的な知識を得られたら良いと思
誇大広告が多いので、公共機関などで公正に調べ、発表してほしい。
誇大広告にならない様
御指導賜りますよう今後共によりしく御願い申し上げます。
効き目が分かりにくい。又、本当に正当に成分が入っているのかわかりにくい。
効き目の欄にいくつも、効果を書いてあるが、各商品、なにに一番効果があるのか、わかりずら
効果、副作用など明確に表示し、一日の摂取量を越えた場合の害もわかるようにして欲しい。
効果、効能の事例（具体的にどの位断続したら効果があるとかe t c）を添付して欲しい
効果があるのか解らないが摂っています。効果のデータを知りたい。
効果があるのか相加物などの不安はないのか見体的なくわしい情報がほしい
効果があるのはわかるが過剰にならない量、他の食品も食べると考えて…。価格も↓使いやすい様にしたい方がいかと。
効果がわからない。商品が多すぎて、どれがいいのかわからない。

付表32 栄養補助食品・健康食品に対する意見・要望一覧

効果が期待できるものに関しては、家族にも勧めて、飲ませる様にしているので、経済的負担が大きい。
効果が実感できないが、摂らないよりはマシかと思って摂っている。食事を作るのがめんどうな時か、時間がない時、少ししかお腹がすいてない時、手軽に摂れるので便利。
効果が目に見えて分からないので長期というのが難しい。
効果と、とくに害についても、説明して欲しい
効果については、科学的なデータを示すことが必要
効果のレベルが一目でわかるようにして欲しい。
効果の期待される物質の内容量の表示。どの程度の効果が得られるのか、公的に確認できるようにする。具合の悪い情報も知る方法を知らせる
効果の目安を書いて（説明文に）ほしい。人により差異があると思うが
効果はアピールしているが欠損的になる部分についても書くべき事例等もあればよい
効果はあまり期待していないが心理的な気安めのために飲んだり食べたりすると思います。
効果ばかりうたって、使用法は大ざっぱなのが多い。1日12つぶといっても、1回12つぶ（いつに？）か、4つぶ×3（食前か後か？）など、医薬品でないからそんなもんかもしれない
効果を期待するが具体的効果がみえにくい。
効果効能についての検査を行ってほしい。
効果等について、権威ある公的機関の見解がほしい。
効果表示の統一をしてもらいたい
効能・安全性の説明をもっとしてほしい。副作用等がないとかの情報が不足している ダイエット食品効果なさそうでかう気がしない
効能があまりないのに、あるように宣伝しているものがある。
効能が誇大に説明されているので正確な効能を記入して欲しい。副作用についての説明がない。
効能はよくわからないがのみつづけている間はダイエット効果があつたような気がする（食事は進んだが体重は減少し標準体重に近くなった）半年くらい続けて中止したが、又、体重が増加しのみ続けると2～3ヶ月くらいで体重が減ってくるという事を体験した。
厚生省認可のマークのものだから安心しています。
口に入るものでありながら、統一された保証がない。栄養補助食品でありながらも、安易にこれだけに頼ろうとする若年層が多いことに、食生活へのバラエティーさに、不安を感じる。
口込みが多く、正確な情報がない。
好き嫌いが激しく十分な栄養を食事から摂れない人には手軽にとれてよいと思うが、実際に補われているのかどうかは分からない。ただ補助食品に頼るのではなくきちんとした食事をする事が大切だということをもっと沢山の人にも知ってもらいたいと思う。
広告に迷わされない様、データーを集めて、2～3ヶ月様子を見ての対応が可、どんな薬も害ありと常に頭に入れて対応してるが・・・
広設などは非常のオーバーに書いてあり、心動かされ購入してみると、そんなに効果がない。あゝいった宣伝は信じられない様な気がします。
更に安全性（クロール問題等）を明記、内容物の明記を正直に。これからの大切な分野だと思う。新たな開発を。
更年期障に効果のあるものがあればと思う。年のせいですね。
高い
高いから、安くしてほしい
高いとは思われているけど1日あたりで計算するとやすいと思います。でも私はそういうものをとらなくても毎日しっかり食事をとっていたらいいと思う。あまり好きではない。
高いので飲み始めは効果を期待してなんとかやっていたがほんとに効果が目に見えるようなことがないためある程度よくなったらやめてしまった。そのよくなったのもその食品のおかげか治る時期であつたのかよくわからない。しかし医者に見離される病気となったら頼ってしまうのでは高いものが多い。
高価な栄養補助食品もあるので継続して使うには少しでも安い方がよい！！
高額で副作用の多い薬（医療）にお金をかけるのではなく、今は未病の時代だと思います。1人1人が病気にならないよう、常に栄養のバランスのとれた食事をするために、品質が高く、安全な栄養補助食品をすすめてほしいと思います。（さらに、効能ばかり訴える悪質な業社を排除し高値すぎる。1品目につき数種のグレードがあるため迷う。結局、値段の高低で決めてしまうが、果たして、それで適切なのか、わからない
国の機関で、もっと真剣に研究、調査してこうした補助食品の有効性を解明して発表すべきである。民間の中では、良いものもあるし、悪いものもあると思う。医薬品は対症療法のため、副作用が大きいので、こうした栄養補助食品（こうした言葉は適当でないようにみえるが）よさを明今、いわれている栄養摂取過多に対しての情報がもっとふえてくればいいと思う
今、気軽に摂れるということで、栄養補助食品を使う人や機会が増えていますが、補助食品にたよりすぎず、やはり栄養は3度の食事からきちんと摂るべきだと思います。

付表32 栄養補助食品・健康食品に対する意見・要望一覧

今の飲んでいる栄養補助食品は自分の体に合っている様に思います。
今は栄養をとりすぎていると思いますが、かめなくなったり、食べる量が少なくなりすぎることが老令期をむかえる時におこりやすくなると思います。その時はサプリメントで補う必要が出て来ると考えています。
今は食べる楽しみがあるが老後、その楽しみもなくなってきた時、総合ビタミンを服用するかも知れないなと思っています。無知な者が服用して危険性のある物には、誰でも分かる様な表示を義務付けてほしいです。
今より太っていた時があって、ダイエットしたくて買ってみたが、あまり効果はなく（1ビンがちょうど1カ月）、こういうものにたよるよりも、日々の食事を気をつけて、身体を動かす方が良かったので、今は何も買っていない。ビタミンなど、普通だったらレモン何十個分も一度にとれないのに栄養補助食品だと、何粒もすぐに摂れてしまうのは、おかしいと思うし、やはり安全性の面でも心配に思うところがある。
今後無記名でおねがいします。
最近、コンビニ、薬局、スーパー、どこでも、手軽に、栄養補助食品、健康食品など買えるようになったがあまりに多くてどれがよいのかわからない。その他薬害、毒性、発ガン性の有無、については不安が残る。逆に情報が多くてわかりにくい。はやりものの様にも見えたりする。今の所、常時飲んでいるものはひとつもありません。
最近の情報で脂肪を焼燃しやすくなる食品が発売されるということなので是非試してみたいと思っている。
最近は健康に関するTVがはやっていて、この成分が入っているとか、商品の売り上げにずいぶん役立っているような番組もあるが、あまりTVで取り上げる成分の多さに、実際分けが分からない。この成分は「いい」と言っても、ある成分と一緒にになると、効果がないとか、取りすぎるとダメだとか、情報の多さに整理しきれない。
最近は全体が健康指向になっているが、究極はバランスのとれた三度の食事と十分な休養、睡眠と適度な運動と思う。栄養補助食品と健康食品も、時として助けてもらえるので柔軟な気持ちで取り込むべきとも思う。しかし派手な宣伝にまどわされずによく調べてなっとくした上で利用すべき。
最近新聞や雑誌の通信販売や又、ドラッグストアなどで、かなり安い値段で栄養補助食品や健康食品が販売されていますが、従来購入していた価格が比較的高いものと比べて効果はどの程度あるのでしょうか。高い価格だから良いとは言えませんが、食品添加物などが入っていないか不安になり購入をためらいます。やはり安心して摂取できるものであれば多少高価でもやむを得ないと思いますが。しかしまじめに摂取すると経済的にはかなり負担になりますので摂取するもの細かく成分を知りたい。例ユンケルーコレステロールなど
昨年第3子を生みましたが、その時ビタミンAの過剰摂取による胎児への影響を知りました。通常の食事では起こらないが、栄養食品などで通常の何十倍ものビタミンAをとることで起きるとは、まだまだ知らない人もいっぱいいるのではと思います。そのことを知ってから栄養補助食品にも副作用や危険なこともあると分かりました。副作用のことについてはほとんど知らないのだからただ売ればいいというのではなくそういうことも含めて売ってほしいと思います。
雑誌、新聞等と同じ種類でもいろいろなメーカーが広告を出している。（例、ローヤルゼリー、カルシウム剤など）規格も記載されているが、メーカーにより吸収のよいもの悪いものもあるし、統一されていないと思う。又、メーカーも大企業から零細企業まであり、記載どおりの成分がほんとうに入っているかの監視してほしい。
雑誌などに「いかにも効くように」体験談などがのっている。医学的知識がまったくない方で、何かしら「病気」（変頭痛から糖尿病、ガンまで）をもっている方たちは、わらをもつかむ思いでそれに頼る。薬ではないこと、またそのキケン性についても、はっきり表示すべきである。また「こういう方は、飲まないで下さい」という表示もすべき。大変なのはわかりますが、今のままでは医療より高額な費用を、ムダに支払っている人が多すぎるので、厳しくすべきであると思三食規則正しく食べて、栄養、運動、休養に心配って、食品30品目をとるように心がけていれば必要がないのではないのでしょうか。
使っていた頃は、月に5,000円以上かかっていました。やはり高額だと…
使用する際に専門の薬剤師医師へ相談して使用している。
使用中の方で、どのような改善が得られたのか結果が分かるといいと思います。
子供のころは親に言われてのんでいたが、自分から買つてのもうとは思わない。普通の食事をしていればB類やCa、Feなどは多少、未たない面もあるかもしれないが、三大栄養素については不足することはないと思う。
市場には、健康食品のカテゴリーとして「いかがわしい」内容が不明。ダイエットとしようしてやせるだの何だのあいまいなものが多すぎる。特に日本では、あいまいな表示で購買意欲をそそる信頼ができない商品が多すぎる。もっと表示の基準や特保食のように厚生省が認めたものという消費者が安心して買えるようなカテゴリーを設定して欲しいです。
市販のもののほとんどは粗悪品が多く分量などはその人にあった飲み方が大切体におこる反応や原材料などについて薬品並に消費者に説明が必要

付表32 栄養補助食品・健康食品に対する意見・要望一覧

指定成分等をだれでも知ってもらいたい
施設内で高齢者向けにカンパックを使用。その昼食時に私個人頂いている状況です。個人で購入してはいないのでこのアンケートの解答に疑問しながら記入しております。
氏名まだ記入する必要があるか？
私が飲んでいるのは、味が好きだったりとあえて健康のために飲んではいない。やはり日々の食事より栄養を摂取することが大切だと思う。なかなか現実ではとても難しいのですが…
私だけでなく家族の者も病弱な為飲んでます。
私の栄養補助食品とは、リポビタミンDのたぐいのもです。1年に1回あるかないかの飲用で答えたものですので御了承下さい。
私の場合、子宮筋腫があり、年齢的に手術の必要なしとの主治医の説明でした。（閉経後、筋腫が小さくなるため）、その間の出血多量による貧血の治療に、主治医が鉄剤をすすめましたが、私は、梅ゼリーの方を選択し、今でも継続しています。
私の場合病気もないのですが、栄養補助食品などを摂ることによる自己満足です。少い安心するのでとっています
私の知りあいで、やたらと売りつけたがる人がいる。こういうものは個人の判断や専門家との相談のうえで使うものだから自分がいいからとむやみやたらに押しつけるド素人の方、かんべんし私の様に時々摂っている位では効果はわかりませんが、長年続けている知人は「すごく効果がある、ちょっときらずと調子が悪い」と言っているのを聞いてこれから続けてみようかなと思います
私は意識的に栄養ドリンクを飲んだのだからがんばれるゾ！！と思いました。別に、体に変化はありませんでしたが、リポビタミンDは高いものではないので、私のような使い方もいいのではないのでしょうか？
私は栄養補助に関しては考えず、おやつとして食べてしまう。
私は外国の医師によりアレルギーの治療を受けている者です。栄養補助食品はその治療の一部です。国内メーカーの物は使っていません。国内メーカーのものは、原材料が不明のものがあり、問題だと思います。
私は天然のものを摂るよう心がけていますが、値段が高いです。一般に市販されているものは原材料等の明記がなく合成（石油等からできているもの）ではないかと心配で摂取できません。製造方法等を考えると無理かもしれませんが、天然の原材料を使用して、価格が安いものがあればいつも思っています。
私は畑で作ったもので生活しています
私は毎朝4時～5時頃に目がさめます。1時間位は音楽を聞いておぼえ口にずさんでいます。6時にはおきてかるい手足首の運動します。食事は3食休んだ事はありません。もう何年も医者にかかった事はありません。何を食べてもおいしいです。
脂のVを子供が飲んでいたのであまり飲みすぎたら、だめ、といってもきかないので表に飲みすぎたら、こんな病気になる」と書いてほしい
試食（飲）品というものを作ってほしい。（体に合わない食品もあるので）
自然食品からの抽出物は害がないように思います。
自然食品から得られる効果的で安易なものはないのでしょうか？
自然食品による体、栄養バランスを中心にした考え方で食品を製品化してほしい。
自分が年をとり、食事のみでは栄養がとれない可能性があると思われるので、安心できる栄養補助食品等の開発を望みたい。翁
自分にあう物なら良いと思う。
自分に合ったものかどうか大切だと思いました。経済的なこともあります。続けられるかどうかポイントですね。消費者にうそのない、安全性の高いものを研究し販売してほしいものです。アンケート集計のみなさんご苦労様でした。
自分に合った物と思ったら最低1年間は続けてみないと効果は出ません。略しづつでも続ける事に意義あり（良いと思った物）
自分に必要なものだと思っても、味がだめだと、続きません。今、かなり流行っていますが、体には、本当によいものですか？摂ってみたいものもありますが、なかなか手が出ないのも現状です。かといって、現在の食生活だけでは、必要な栄養はとれていないと思うのですが
自分の身体に合ったものがあれば、自分でいろいろためしてみ、使用すれば良いと思います。効果のある方もあると思うので、良いイメージはあります。
自分の体は自分で守る。人まかせにしないことが必要だと思います。薬にたよったり、医師に頼り過ぎる傾向が多いと思います。自分で体の異常に早く気づけば早く良くなるのではないでしょう
自分の体調に合った効果的にむだなく使う補助食品を早く見つけて使用する事です。
自分の体力が落ちているのに気がつき健康食品等をためしたりしたが運動をするようになって体力は自分でつけるものだとわかったのであまりそれらのものに興味がなくなった
自分の年齢に対して体力的に低下している事をととても自覚してきておりますが、今、何が不足しているのか、何を体が必要としているのか実態を知りたいと思ひますが、．．やはり副作用とか心配がつきまといます．．．

付表32 栄養補助食品・健康食品に対する意見・要望一覧

疾病の予防は通常の食品、生活で得られるものであると考える。もしもカテゴリーとして諸外国のように健康食品を別に位置づけるなら品質管理、成分（効果のあるものと補助的の混入しているものの区別、純度等）が正しい、規定されることを望む。
 質の良いものなら補給必要だと思っています。
 若い方のためにも栄養、健康食品を期待します。知人で非常に体力に欠けてる人が多い。
 取りすぎた場合の害も明記してほしい。
 取りすぎに関する情報がない。（取りすぎた場合はどういうことになるのかなど）
 手軽だが価格が高い。
 手荒がひどいので体質改善できるものがあればと思います。
 手作りの栄養食品はためして見てもよいと思います。たしかに良い物が有ります。私も作って保存して利用しています。
 手数のかからないものが良い。
 種類が多くて分かりづらい。
 種類が多過ぎて、どれが自分に良いかわからない。
 習慣になっているのであまり考えていない。食卓にならば飲む。
 術後食事が少なくなったのでビタミン、ミネラルは補助したいと思っています気やすめな事のようにある。
 商品には十分なる注意書きを添付すると同時に販売店には専門知識を有した人を必置する必要がある。少し高くなっていいから安全なものを提供してほしい。
 上手く使えば、健康管理に有効であると思う。
 情報時代で、コマーシャル等に流されやすくなる。使用する前にしっかりと内容の確認が必要だと思っています。
 錠剤にするにしても何らかの化学的処理をした上でのこと。この辺の栄養価が100%吸収するのか疑問である。食品は1種類の中には、色々な栄養素が入っていて30種と言わなくても色々な栄養素がとれるので、やはり自然界のものを口にするのが自然ではないかと思っています。
 錠剤は小さめに！
 食事が十分摂取出来にくく人に補助として利用出来る範囲で活用されるものであって欲しい
 食事だけでは充分にとりきれない栄養を補うためと考えてのんだものが毒であったり発ガン性物質が入っていたり、もし事実であると川ると大問題です。どうぞアンケート等を基にして、よりよい生活ができる日本社会に期待します。
 食事だけでは摂取しにくい栄養のためと思い、子どもにもビタミン、カルシウムを与えています。しかし実際、効果も目に見えにくいため続けるべきか考えてしまいます。又、主人、私、子どもそれぞれ本当にどの栄養が必要なのかよくわからず悩んでいます。あと、長年摂り続けて副作用も少し心配です。でも基本的に健康食品は好きです！！
 食事できちんととる事を基本にしていますが、嗜好もあり、とりにくい栄養素があるので栄養補助食品で補充しています。運動量が少い現在では仕方ないと思います。個々の栄養素の補助が出来る様なのがよいと思います。
 食事では取れないものは、補助食品で食べるべきか、どうかかわからない。
 食事では充分取れている時は量を減らしたり、食べない日もある。食欲が無い時々体調の悪い時は多目にとるようにしている
 食事では得られにくいものを補助食品として摂る分には良いと思っています。
 食事に気をつけていれば摂らなくても大丈夫。一時的な気休めのような気がしている。
 食事の調整が一番だと信じております。
 食事制限があるので健康食品をとりたいたいと思う。
 食品から摂取することが困難な栄養素を補助食品や健康食品で補うのは良いかと思うが、これらの食品を摂取していれば日常の食事の代わりになるという考えも若い人の中には多いと思う。自分も含めてダイエット食品をつい購入してしまうが、果たして本当に効果はあるのでしょうか？
 食品だから、個人の自由で摂取すべきものだけれど、量については、適切な指示をされたい。
 食品”なら、摂取する上限がなさそうなものだが…。上限がある…何らかの、副作用が出るのであればその説明が欲しい。またそういうものは、薬品に入るような気がする。世間ではそこらへんの境界がわからずただ”健康に良い”ということで、いろいろ飲む人が、ほとんどだろうと思
 食品だけでは健康は保つ事は出来ない規則的な生活、運動等の必要が大きいと思う
 食品では栄養のバランスが取れないので栄養補助食品で補助をしている
 食品で全種類の栄養が摂取できればよいがテレビや雑誌等でカルシウムや鉄など食品では不足がちだと、報道されると不安になり、つい購入したこともあったが、栄養補助食品の安全性が心配でやめてしまったものもある。しかし体力が弱くなった時などリポビタミンDを飲み回復することもあるのでやめられないものもある。
 食品に健康食品と「健康」をつける事でこれを食すれ（服用）ば健康になるという御象を与えるような売り方に問題があり、同じく栄養補助食品もあくまでも補助食品、病気の予防や健康維持できると誤解している人が以外に多い為これも検討してほしい。健康志向につけこんで変値に

付表32 栄養補助食品・健康食品に対する意見・要望一覧

食品に対して、同じ企画で、内容表示をわかりやすくしてほしい。
食品の安全性に問題が多く補助食品に頼っていますが、栄養補助食品に安全性も少し気になりますので、安心して利用できるようお願いします。
食品の害についてはあまり報じられないが、副作用等がないか心配である。よい事だけが知らされるようである。
食品の種類があまり多すぎて、迷ってしまい結局何を信じたら良いかわからなくなってしまう。そのために三度の食事をきちんと考えた方が良いのではないかと考えている。
食品の中味が環境汚染されていないか気になります
食品の表示をもっと普へん的なものとし、一般食品との互換性を付与されたい。又品質基準を厳格にし、安心して服用できるものとしてほしい
食品は、人によって合うのと合わないのがあると思う。キトサンを飲んでポリプや手術をしなくても良くなった人もあるが、私には合わなかったの
食品を会わせると、発ガン性物質ができる．．．など、副作用が出なければ、もっと利用しやすいと思いますバク然とした不安が脳裏をかすめ
食物から栄養を摂るのにまざるものはないと思っています。病気の時は、しかたがないと思いますが（医薬として使う時）
食物繊維を多く含んだもの、降圧作用のあるもの、低額、で副作用のない健康食品があればと思います。
信用できるものとそうでないものがあるので、その選択眼を持っていたいと思います
新聞雑誌テレビ等のコマーシャルの効果が大きいので信用しがちであるが常に安全性を求めて判断したい。又適切な情報の提供を期待したい。
身体に良い物の方が高価なイメージがあります。個人的に身体にダメな食物がある為、コストダウンで、上手に取り入れられる教室などがあると嬉しいです。カウンセリング等と合わせたスクールなどがあると、開きやすい為もっと興味をもち、接する事が可能になるのではないかと思います
人の中には、栄養補助食品を摂っていれば、普通の食品を食べなくても良いという風に判断する人がいたら怖いと思います。普段の食事で補えないものを摂れる存在となつてほしいです。
人の話に惑わされず、自分が納得したうえで、日頃の生活健康状態など、よく考えたことであれば、必要に応じて、食生活に取り入れることは良いと思います
人参にんにくなど天然のもののみで作り、人体に無害な補助食品は安心して使う気になれます。質を上げてほしい。
数種をとっているのか、どれがきいているのか分からないが、便秘もなおり毎日調子がよく活動できる。風邪もひかない基本的な生活習慣をきちんとすごしてい面もあると思う
数多くの健康食品等が出回っていますが質問22にもありますように毒性発ガン性の有無等の調査はして頂きたいですこれらの食品さえ摂取していたら食事は適当でもよいと考える若い人達が多く見られますので調査研究の程お願いします
成分の含有量などをもっとくわしく記してほしい。又、害があるならば、知識をきちんと持ちた成分をよく調べたうえで安全なものを摂取するならば効果は多少あると思いますが、やはり、食物からとるのがベストだと思います。
成分等をすべての健康食品、食品に記入してほしい。カロリーなども含む。
成分表示をきちんとしてほしい、効能をはっきりと書いてほしい。
責任のあるものを販売してほしい。
摂り過ぎの注意が、あまり記入されてない（薬効のように表示されているのが多い）
摂取（とりすぎ）しての害などについて、もっとしっかりお知えてほしい。薬と違い、安全性など？の部分が多い様な気がする。
摂取すれば、効果が出るというのはうさんくさい気がします。やはり、適度に身体を動かしその上であくまでも補助として使うのがいいのではないのでしょうか。
説明書、パンフレット等には非常に効果があるように書かれているが、実際目にみえてわかるものではなく自己満足の世界のような気がする。あくまでも補助的に使うためのものであり効果を求めるものではないのでは？。
絶対にきくものを作ってほしい。
全体の高価なので余りとりたくない自然がよいと思います。でも、年齢にふりなときは、利用したいと思います
素人にはすすめないこと。生兵法は怪我の元、医薬品並に、法で規制し、無知の素人が、生半可な知識で使用出来なくして、薬剤師、医師、栄養士の許可を必要とさせるべきだ。
素人にもわかる医薬品と栄養補助食品、健康食品の見分け方、表示があいまいと思われる。
素人判断では体に悪いので、使用しないのが良いと思います。
総合ビタミンは“まあ大丈夫だろう（副作用など）” “のんでいて効果があればラッキー”程度のきもちでのんでいます。本来は3度の食事でバランス良くが理想的なのはわかっているもつつい楽な方法をとってしまっていると思います。

付表32 栄養補助食品・健康食品に対する意見・要望一覧

多くの人が使っているということはそれだけにある程度の効果がないといけないと思うし、健康補助であるならば害があってはいけない。より信用性のあるもののみ許可してほしい。消費者は信用して購入する以外はないのだから

多種多様で同じ物を使用しているでもメーカーによって値段がかなり違う。でも全体的に見れば、高価だと思う。毒性や発ガン性の有無に関する情を知りたい。

多種多用あると思うが、とりすぎるとよくないとは思いますが、莫然としていて、はっきりしたことがわからない。何がよくて、何が悪いのか、をはっきりと知りたい。また「短期間では効果がなく、長期に服用することで効果が表われる」と、きくものもあるが、それをのんでいるせいかな。自分なりに生活に気をつけてるからかの区別はつかず、また、人によってもあう、あわないがあったりして、つかみどころがない感じがする。毒性や発ガン性があるとわかったものは製造を中止にすることや、広く住民に知識の普及をすることが大切。流行や美容、ダイエットで、軽い気持ちでとることも多いと思うので、義務教育や学生の頃から、正しい知識を与えることが大切。コマーシャルも、制限すべきと思う。さようのみでなく、副作用についても全て表示すべ太ってきたように思う

体に副作用がなく食べています。友人にも紹介しています。

体調不良時の薬とは別々、一時的に栄養摂取が必要が有る時としか考えず、人生のトータル的な考えではない。あくまで、人間の抵抗力を信じているだけ、仕事から、食品摂取についての知識を尊重し、薬物からではなく、薬となる食品（食材）の組み合わせを考えていきたい。

大半の栄養補助食品や健康食品の効果は私は疑わしいと思っている又これらを長く使用し続けて良いのか否か続ける事による体内への蓄積が気になりで出来るだけ使用はやめたい

沢山の種類が多く薬店に並んでいるが、果たして効果があるのかどうか、疑問である。マスコミ等の宣伝が多く、まどわされやすいのではないと思う。そして、摂る必要があるのか考えさせら

沢山の種類があり、何が何に良いとか、いろいろいつまでも勉強していかなくてはならないと、つくづく思っております。

値が高く、ねずみこうの様な仕組みなのがあり気になる。（安全性）とか…。進められたことを医師に相談したら「そんなに良い物だったら私が進めます…」と言われてすみやかに購入すること増々やめることにした。

値が高すぎる。月5000円くらいなら続くと思う。

値だが高すぎる。合成がどうかわかりにくいものが多い

値下げを待つ

値段（価格）が高い。外国で評価されている物については（薬効等）どんどん採用すべき。複数使用する場合の副作用については表示すべき。

値段が高い。店により価額の差がありすぎる

値段が高いこと又流行がある事や医薬品でないのもで本当にそれだけの含有量があるのか不安である

値段が高いと思います。

値段が高いので、良いと思う物もあるが（カルシウム剤）

値段が高くて。（仕事もやめ、それを買う金がない。医者の治療代が月2万以上にもなるので。おばが死亡して、おじが代理店になっているので半額で渡してくれるというので。アルバイトをしてまた飲もうかとも思っています。）

値段が高く家族で利用するのに無理があります。

値段が高く続ける事に意味があるのだと思いますが、値段が高いと続かない

値段が高すぎる

値段が高すぎる。

値段が高すぎると思います。

値段が高価

値段の安いものはあまり効果がない。栄養食品だけに頼るのはよくないと思う。結構、栄養食品が好きなもので、ためたくなる。

値段はこれ以上安くはできないのでしょうか。誤った情報には気をつけと思っていますが正直なところ何が正しいのかもよく判りません。

値段をもう少し下げて欲しい。

値段をもう少しやすくしてほしい

値段を安くしてほしい

値段を安くしてほしい。

値段を安くしてほしい

値段的に高いと思う。又、毎日服用する人にとって本当に良食品なのか？それに頼ってしなものこわいと思う。情報ばかりが先走っている様な感じで、本当の意味を理解する様な表示が有っても（もっと細かく）良と思う。

知識ナシ。薬と変らないと思う（薬は保険がきく）

知人から勧められるとついその気になって始めるが長つづきしない、だから今食べているものは食べたい時だけ食べる。

付表32 栄養補助食品・健康食品に対する意見・要望一覧

知人にすすめられて飲んだことあるけど（短期間のみ）ビタミンC（ハイシー）
朝のラジオ番組で、生島ひろしアナウンサーがD、H、Cの健康補助食品を盛んに宣伝しています。朝から「元気になる元気になる、肌がつるつるになる」と叫ばれると、買ってみようかなと思ってしまいます。宣伝の仕方は問題があると思います。私は栄養は食品からとるべきだと思っています。友人は一ぺんにいろいろなのを飲んで具合が悪くなったといっていました。
長く続けることにより健康でいられるのですと訪問販売員に云われましたが、健康食品、栄養補助食品に頼ることなく自分の身体に合った食事を（食べる）とることにして現在健康でいられます。健康食品と云う言葉に惑わされず正しい判断が出来るように心かけて行きたいと思っております。
長期にわたって補助食品を摂り続けた場合の健康被害を知りたい。
長所を強調しすぎるきらいがあるので、撮る時に気をつけなければなら病気等を持っている人向けの記載も必要だと思う。
通常食事から摂取できない酵素ビタミン等は栄養補助食品でとる事も必要と考えている。病気予防の為に。
低カロリーのものが流行っていますが、質と量がともなっていない。（不味いけれども量があり、お腹になるものと、おいしいけれども量が少なく、すぐお腹がへる。）
適性な価格で販売してほしい
適正価格がどんなものかわからない（メーカーや店によってバラバラ）
適度に摂取することは必要である。精神的に安定感が出るような気がする。
適度に体を動かして3度の食事をきちんと食していれば栄養補助食品なんて使用しなくてもよいのではないかなと思う
天然物か、非天然物か等原材料等について記載を明確に。発ガン性などの検査をきちんと。
添加物が入っているのならわかりやすく、副作用があるなら具的にはっきり表示してほしい。
添加物等が気になる。栄養食品（健康）と宣伝している割に、添加物が多いのでは…？等。
答にくいアンケートでした。
同じような商品の金額の差など、どちらがうのか、利用者がみてわかりにくい。
同じローヤルゼリーやプロポリスにしても価格もマチマチ。効果も安価なものはいきたい期待できません。
同じ効能のものでも値段にかなりし差があり、買う時に迷ってしまうので、その辺の理由をはっきりして欲しいです。
同じ商品でもメーカーによって価格の差が大きいので高い方がよくきくかと思って買ってしまう
同じ食品にも値の高いもの安いものがあります。企業努力や流通で説明されてしまっていますがその他の理由を義務づけてほしい。例えば食品の素材、産地、含有料、業者のランク公的機関の食品ランク標示、等
特に、通信販売や訪問販売での健康食品は、製造、販売ルートがあやしいものも見うけられます。（若者へのキャッチ販売など）また、メーカー自身（小さいとこちですが）栄養成分について、よく理解せずに製造していた例もあります。表示基準、使用説明等は必要だと思います。
特に効果は無くても気分的に良い方向に感じる事が出来ればそれもメリットかと思っています。ただむやみに頼り過ぎるのは心配に思います。
特に補助食品・健康食品は取っていないが、たまにすすめられると軽い気持ちで飲んでしまう。多少、薬というより、体にいいお菓子、飲み物の意識が強い。
特に頼る積りはないが宣伝が多くついつい手を出してしまう状況である。体質的に大変効果的なものもありよく吟味して使用する必要性を感じる。

付表 第2部 製造・輸入状況

付表Ⅱ－１ 回答企業数の地域分布

地域ブロック	会社数 (%)	県名	会社数
1 北海道	5 (1.6)	北海道	5
2 東北	9 (2.9)	青森	2
		岩手	1
		宮城	3
		秋田	0
		山形	2
		福島	1
3 関東Ⅰ	135 (43.8)	埼玉	6
		千葉	3
		東京	116
		神奈川	10
4 関東Ⅱ	12 (3.9)	茨城	3
		栃木	2
		群馬	3
		山梨	2
		長野	2
5 北陸	11 (3.6)	新潟	2
		富山	7
		石川	2
		福井	0
6 東海	30 (9.7)	岐阜	9
		静岡	8
		愛知	10
		三重	3
7 近畿Ⅰ	53 (17.2)	京都	6
		大阪	35
		兵庫	12
8 近畿Ⅱ	6 (1.9)	滋賀	4
		奈良	1
		和歌山	1
9 中国	18 (5.8)	鳥取	1
		島根	3
		岡山	5
		広島	9
		山口	0
10 四国	6 (1.9)	徳島	1
		香川	1
		愛媛	3
		高知	1
11 北九州	15 (4.9)	福岡	11
		佐賀	2
		長崎	0
		大分	2
12 南九州	8 (2.6)	熊本	1
		宮崎	0
		鹿児島	4
		沖縄	3
計	308 (100.0)		

※地域不明：3社

付表Ⅱ－２ 業種別にみた栄養補助食品・健康食品の製造・輸入状況

業 種	製造・販売	製造および輸入	輸入	製造・輸入なし	計
食品会社	127 (90.7)	5 (3.6)	2 (1.4)	6 (4.3)	140 (100.0)
製薬会社	32 (86.5)	3 (8.1)	1 (2.7)	1 (2.7)	37 (100.0)
輸入販売業	6 (20.0)	10 (33.3)	13 (43.3)	1 (3.3)	30 (100.0)
その他	65 (81.3)	6 (7.5)	1 (1.3)	8 (10.0)	80 (100.0)
不明	1 (4.2)	0 (0.0)	0 (0.0)	23 (95.8)	24 (100.0)
計	231 (74.3)	24 (7.7)	17 (5.5)	39 (12.5)	311 (100.0)

付表Ⅱ－3 業種別にみた栄養補助食品・健康食品の製造・輸入種類数分布

種類数	食品会社	製薬会社	輸入販売業	その他	業種不明		計
製造品	1	35 (29.2)	9 (27.3)	6 (42.9)	18 (29.5)	0 (0.0)	68 (29.7)
	2	18 (15.0)	4 (12.1)	4 (28.6)	9 (14.8)	0 (0.0)	35 (15.3)
	3	20 (16.7)	6 (18.2)	0 (0.0)	6 (9.8)	1 (100.0)	33 (14.4)
	4	8 (6.7)	4 (12.1)	2 (14.3)	2 (3.3)	0 (0.0)	16 (7.0)
	5	6 (5.0)	2 (6.1)	1 (7.1)	6 (9.8)	0 (0.0)	15 (6.6)
	6～7	7 (5.8)	4 (12.1)	0 (0.0)	3 (4.9)	0 (0.0)	14 (6.1)
	8～9	10 (8.3)	0 (0.0)	0 (0.0)	4 (6.6)	0 (0.0)	14 (6.1)
	10～19	10 (8.3)	2 (6.1)	0 (0.0)	8 (13.1)	0 (0.0)	20 (8.7)
	20以上	6 (5.0)	2 (6.1)	1 (7.1)	5 (8.2)	0 (0.0)	14 (6.1)
	計	120 (100.0)	33 (100.0)	14 (100.0)	61 (100.0)	1 (100.0)	229 (100.0)
輸入品	1	2 (28.6)	1 (50.0)	12 (60.0)	4 (80.0)	0 (---)	19 (55.9)
	2	4 (57.1)	1 (50.0)	5 (25.0)	0 (0.0)	0 (---)	10 (29.4)
	3	1 (14.3)	0 (0.0)	2 (10.0)	1 (20.0)	0 (---)	4 (11.8)
	4	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (5.0)	0 (0.0)	0 (---)	1 (2.9)
	計	7 (100.0)	2 (100.0)	20 (100.0)	5 (100.0)	0 (---)	34 (100.0)
製造＋輸入合計	1	35 (28.5)	9 (27.3)	11 (42.3)	17 (27.4)	0 (0.0)	72 (29.4)
	2	20 (16.3)	3 (9.1)	6 (23.1)	10 (16.1)	0 (0.0)	39 (15.9)
	3	20 (16.3)	7 (21.2)	2 (7.7)	7 (11.3)	1 (100.0)	37 (15.1)
	4	8 (6.5)	4 (12.1)	3 (11.5)	2 (3.2)	0 (0.0)	17 (6.9)
	5	7 (5.7)	2 (6.1)	2 (7.7)	6 (9.7)	0 (0.0)	17 (6.9)
	6～7	7 (5.7)	4 (12.1)	0 (0.0)	3 (4.8)	0 (0.0)	14 (5.7)
	8～9	9 (7.3)	0 (0.0)	1 (3.9)	4 (6.5)	0 (0.0)	14 (5.7)
	10～19	11 (8.9)	2 (6.1)	0 (0.0)	8 (12.9)	0 (0.0)	21 (8.6)
	20以上	6 (4.9)	2 (6.1)	1 (3.9)	5 (8.1)	0 (0.0)	14 (5.7)
	計	123 (100.0)	33 (100.0)	26 (100.0)	62 (100.0)	1 (100.0)	245 (100.0)

付表Ⅱ－４ 業種別にみた顧客管理、相談窓口設置状況

	食品会社		製薬会社		輸入販売業		その他		計
	あり	なし	あり	なし	あり	なし	あり	なし	
顧客管理の有無	あり	なし	あり	なし	あり	なし	あり	なし	あり
	102 (73.4)	37 (26.6)	21 (58.3)	15 (41.7)	28 (96.6)	1 (3.5)	61 (78.2)	17 (21.8)	212 (75.2)
	計	139 (100.0)	36 (100.0)	36 (100.0)	29 (100.0)	29 (100.0)	78 (100.0)	78 (100.0)	282 (100.0)
相談窓口の有無	あり	なし	あり	なし	あり	なし	あり	なし	あり
	118 (84.9)	21 (15.1)	34 (91.9)	3 (8.1)	26 (89.7)	3 (10.3)	59 (73.8)	21 (26.3)	237 (83.2)
	計	139 (100.0)	37 (100.0)	37 (100.0)	29 (100.0)	29 (100.0)	80 (100.0)	80 (100.0)	285 (100.0)