



食の安全都民講座（オンライン開催）

「表示で読み解くサプリメント（健康食品）」



東京都は、食の安全に関して都民の皆様との情報共有、相互理解を図るため、「食の安全都民講座」を開催しています。

健康を維持するためには「栄養バランスのとれた食事、適度な運動、十分な睡眠」が基本であり、健康食品はこれを補助するために利用するものです。本講座では、健康食品の表示の確認方法や利用時の注意点などについて動画でわかりやすく解説します。あわせて、若年層に健康食品の適正利用を促す取組「磨け！選択眼」を御紹介します。ぜひご視聴ください。

配信内容	<p>講演動画1 「この表示、どういう意味？健康食品の表示」 講師 消費者庁 食品表示企画課 保健表示室 食品表示調査官 石井 絵美 氏</p> <p>講演動画2 「健康食品との上手な付き合い方」 講師 昭和女子大学 食健康科学部 食安全マネジメント学科 教授 梅垣 敬三 氏</p> <p>事業紹介 「磨け！選択眼」</p> <p>*「磨け！選択眼」では、健康食品を適正に利用するためのヒントを紹介したホームページにおいて、都立深川高等学校書道部、都立三田高等学校ダンス部、都立福生高等学校ダンス部、都立白鷗高等学校軽音楽部のパフォーマンス動画を配信しています。</p> <p>https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/shokuhin/sentaku_gan/2020.html</p>
配信期間	令和4年10月13日（木曜日）午後2時から令和5年1月16日（月曜日）まで
視聴方法	<p>次のサイトから動画を視聴できます（申込不要・視聴無料*）。 ※ご視聴に係る通信費は、視聴者様のご負担となります。</p> <ul style="list-style-type: none">・東京都公式動画チャンネル「東京動画」 https://tokyodougajp/ （トップページの検索窓から、「食の安全都民講座」で検索してください。）・食の安全都民講座特設ホームページ https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/shokuhin/forum/tominkoza/tominkozar4-3.html  
その他	動画配信期間中、講演内容に関するご質問を受け付けます。詳細は上記の特設ホームページをご覧ください。

<問合せ先>

健康安全研究センター企画調整部健康危機管理情報課
食品医薬品情報担当 平井、勇上
電話：03-3363-3463、3472（直通）

表示で読み解く サプリメント (健康食品)



【動画配信内容】

「この表示、どういう意味？健康食品の表示」
消費者庁 食品表示企画課 保健表示室 食品表示調査官
石井 絵美 氏

「健康食品との上手な付き合い方」
昭和女子大学 食健康科学部 食安全マネジメント学科 教授
梅垣 敬三 氏

事業紹介「磨け！選択眼」



【ウェブ配信期間】

令和4年
10/13午後2時 から
令和5年
1/16まで

視聴無料※・申込不要

※ご視聴に係る通信費は、視聴者様のご負担となります。

動画配信期間中、講演内容に関する質問を受付します

問合せ先

寄せられたご質問には、後日個別に回答します。

ホームページはこちら

【質問受付方法】

専用フォームにて受け付けます。
詳しくは食の安全都民講座ホームページをご覧ください。



<https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/shokuhin/forum/tominkoza/tominkozar4-3.html>

東京都健康安全研究センター
食品医薬品情報担当

電話03-3363-3472
平日午前9時～午後5時

主催 東京都福祉保健局