

都民委員提供資料(健康食品についての消費者の認識例)

	"健康食品"のイメージは	ご利用になる事はありますか	定期的にご利用になっていますか	ご利用になっている健康食品にはどのような物がありますか	それは何故ですか	"ビタミン強化"と書いてあると、その商品を買ってしまうことがありますか	"XXXXに良い/効果がある"と言われると、その商品を買ってしまうことがありますか	その他どんな事でも、ご意見をお寄せ下さい
30代女性	モノによりますが、信じちゃう気持ち半分、うさんくさいなあと思う気持ち半分。	ありますね。体調がちょっと悪かったり、疲れていたり、肌が荒れたりした時に利用します。	定期的では利用していません。「ウコン」とかも健康食品に入るとしたら、定期的に飲んでます。(笑)アルコール好きなもので、なんとなくですが…。	定期的に飲んでいるものとしては、上記の「ウコン」。あとは少し便秘気味かなーという時に「ファイブミニ」とか…。特定の商品ではありませんが、目が疲れているとブルーベリーの入っているヨーグルトを食べてみたり、野菜が足りないかな？と思うとビタミンが補強(?)されている野菜ジュースを飲んだりもします。	やはりなにか体調に変化があるからでしょうか？気休め…とは思のですが。(笑)	肌荒れが続いたりするとビタミンBとかCとか強化されている商品を無意識に手にとったりすることがあるかもしれません。	飛びつくというほどではないですけど、ありますね。	私の母の知人が健康食品のマニアで月に10万とか20万とかずっと買っていたんです。それはサプリメントみたいなものから、食材まで様々なのですが…。その方は現在、糖尿病で失明寸前なんです。その話を聞いて以来、やはり日常の食生活(その方はそういうものにお金をかける反面、非常に不規則な食生活を送っていらっしまったので)が大切なのだなと実感しています。なので、「気休め」程度には利用しますが、それに全部を頼ろうとは思いませんね。
30代女性	食品から取るのが基本だと思っているので、こういうものにはなるべくなら頼らないでおこうと思う。ハーブは天然のものなので健康食品という分類に入とは思わない。	自分用には勢いで買ってしまったもの、頂いたものだけ。野菜嫌いの主人のためにはたまに買うことあり。	いいえ	メリロート(むくむから)野菜ジュース(野菜嫌いの主人のため)		買わない。逆に何も書いてない方を選ぶ。	ごくたまにある。	
30代女性	食事で補えない分を簡単に取るためのもの。簡単便利なもの。	ありません。以前、お付き合いの範囲で購入したことがあります。	いいえ	なし	食事で取ることが大切、添加されているものを信用できない。吸収も少ないと考えている	いいえ、でも夫は購入する傾向にあります。	いいえ	基本的には、食品で摂取することが大切だと考えている。添加されていても吸収されずに体外に排泄されると思います。考えて食事をとる習慣をつけるよう「食育」がとても大切だと思います。
50代女性	食品に付いてはちょっとうさん臭い。全くは否定しませんが(その栄養素が入っているとは思いますが)、それだけで本当に謳っている効果が、本当に得られるのか？あまり信用していません。ハーブ等の香りにおいては、肯定的です。実際その香りで、気持ちが穏やかになったりするから。	有ります。	利用している。	コエンザイムQ10 (効果がみられないので、手持ちが無くなったら止めるつもりです。)	姉から薦められて(老化防止?笑)。	有ります。	有ります。	私の中ではあまりサプリメントには、頼りたくない。食事を取る事により、それらを補いたい。ビタミンならば、果物を食べます。毎日考えて食事が偏らない様に、作っているつもりです。基本は健康食品にあまり頼らないで、食物から栄養を取りたい。忙しくてバランスの取れない食べ方になる方は、それらを全く利用しないよりした方が良いと思います。今健康に良いと言う情報が溢れていますが、私はあまり気にしません。気にしてたら何でもかんでも、摂取しなければ成りませんから。
60代女性	あまり関心がない	ありません	いません	ありません				栄養研のHPは開いてみましたが 情報が多すぎる感じで 私のよにあまり健康食品に関心がないものにはとっつきにくく 読んでみようかという興味がわきませんでした。
20代女性	広告を見るたびにあらわれていると感ずます。「売ろう売ろう」としているのがわかるというか。	あります。興味本位とちょっとの期待と。どんな味が確かめたいというのもあります。	いいえ	…	特保と呼ばれているものが多いです。ヨーグルトなんかはあまり意識しないで食べていますね。ビタミンCの入ったジュースなどは、風邪の予感がする時など、まきやすめとは思いつつ飲んだりします。(ホントに風邪ひいた場合、「早く治すには薬だ」と思っています)タブレットや薬のような感じの物は食べません時々試供品でもらったりしますが、よくわからないものってやっぱり抵抗があります。「『いわゆる健康食品』は健康な時に食べないと心配」と思っています(笑)	ものによってはあります。鉄分・カルシウム強化などはやっぱり手に取ってしまいます。本人の意識の問題でしょうね。	あまりありません。根拠を確かめたいと思うので。でもいろいろ勉強する前は買っていましたね。	私はその食品に保健機能が期待されるとかそういうことよりも、広告のキャッチコピーが目につきます。あたかも効果があるように思わせているのが気に障ります。健康をちらつかせて消費者を釣っているようなイメージ(笑)。職場では30代~40代の人が多いのですが、けっこうみなさん健康を意識しているんな情報を話してください。私より詳しくかったりもして(笑)信じている人に対しては栄養士の立場からちょっとだけ意見したりしています。テレビの影響は大きいなと思います。

	"健康食品"のイメージは	ご利用になる事はありますか	定期的にご利用になっていますか	ご利用になっている健康食品にはどのような物がありますか	それは何故ですか	"ビタミン強化"と書いてあると、その商品を買ってしまうことがありますか	"xxxxに良い/効果がある"と言われると、その商品を買ってしまうことがありますか	その他どんな事でも、ご意見をお寄せ下さい
40代男性	元気になるような感じがしますね。	利用しています。	毎日	ビタミン剤、ダイエットサプリメント、カルシウム、マグネシウム、アルカリ性飲料	気持ちが元になります。代謝が悪いので良くするため。	ないですね。	試してみることはありません。	気持ちが元気になるので使っている程度でしょうか。でもなんか元気になる感じがします。
50代男性	特に悪いイメージはありません	うちには年寄りが出て 高タンパク食品(プロテイン・パウダー)を購入しています	3ヶ月毎に2缶くらい	現在 上記プロテインのみです。	体力維持のようなもので 以前 病院から進められたのだと思います。	私 個人は買いません	それも 特に気にしません。自分が使用した結果が 親しい人の口コミしか気にしません。	健康食品ではありませんが 10年くらい前から「青汁」は飲んでます。飲むことにより血圧が安定しています。
60代男性	人工的に無理やりと言う感じで、副作用も心配します。胡散臭いと感じます。しかし純粋に自然の素材を使ったもの、エッセンスを抽出したものなどには一部惹かれることがあります。	一度だけあります。	今はありません。	蜂蜜は少量ですが、毎日必ずとっています。	昔から長い間にわたって、健康に良いという評価が確立している食品なので。	その為にわざわざ買う事は有りませんが、必要な物を買う時に同種の物との比較で、そちらを選択することはある。	ほとんどない。	
60代男性	生活のリズム及び精神的な満足が得られるものであれば大変健康管理に有効と思います。但し安全性と副作用及び食べ合わせなどのリスク記述がされていないのが問題	ある	現状継続は還元水・カスピ海ヨーグルト・昆布・などは毎日	還元水・カスピ海ヨーグルト・昆布・ウコン・シソ油など定期常用した事があるが変化の実感は得られない。以前原因不明で病んだ時酵素を常用した際数週間で変化を感じ、半年で活力が自覚できた。	体調が思わしくないと感じるのではなく、健康診断の結果の数値が悪いので体に良いことを何かしなければと思うから	余り無い	安全性と副作用及び食べ合わせなどの調べてから害がないと思われれば買う事はある	栄養研のホームページ記載内容が厳格すぎて本来の目的??が達成できるのか疑問また目的は何なのか?あるのか? 防御の記載文章は読者を惑わすだけで、メンタルケアが不在健康食品は生活のリズム及び精神的な満足が得られるものであれば大変健康管理に有効と思います。但し安全性と副作用及び食べ合わせなどのリスク記述がされていないのが問題であり記載内容が文責の防御が強すぎると、毒にも薬にもならない。人間は自分で自分を騙すことにより、また医者・記載文章に騙される?洗脳??される事により健康管理に大いに良い影響を与えられる能力を持っているはずで、ラフな内容と記述してから記載内容は防御しない文章でまとめた方が良く感じる。いろいろ書いて申し訳ありませんが実感です。(私は余り時間をかけないので間違っているかも)
40代男性	アメリカちくちくでも言いましょうか。成分重視の薬っぽさを覚えます。	滋養強壮にはきっかけ作り程度に利用します。	たまにです。たまに。違うかもしれませんが以前かにトップを飲んでた時期がありました。あれは便秘によく効きました。	リボタンD、アミノサプリ	疲れたのとのどが渴いたためです。利用しているうちに入りませんね。	ないです。どちらかというと自然食品に走ります。	これもないです。結局一部分だけ増強しても意味がないからです。	すみません。お役に立ちません。私の場合ここに良いからという理由では不足を感じます。自分の体がわからない、例えばビタミン不足だとか数値でも出まえば気をつけて利用する機会が増えるでしょうが、今は米を減らす。とか油をとらないといった摂取するより余分を削るほうが先ですね。でもトマトは食べ続けています。そうしていくうちに悪いところが出てくれば見つけもと云った感じです。でも利尿効果、発汗促進と言った体内から出て行くものには興味があります。このようなところでよろしいでしょうか。