

令和3年9月16日

会員各位

鎌倉市医師会会長 山口 泰
公衆衛生担当理事 今井 一登

未成年者におけるビタミンDを含む加工食品の摂取状況の調査結果について

神奈川県医師会を通じて、通知がまいりましたのでお知らせいたします。

日本医師会常任理事

神村 裕子
(公印省略)

未成年者におけるビタミンDを含む加工食品の摂取状況の調査結果等について

時下ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

さて今般、消費者庁食品表示企画課より標記の調査事業報告書が取りまとめられるとともに、本会に対してもその周知方依頼がありました。

同調査は、ビタミンDを含む加工食品について、その製品情報、未成年における摂取状況および事業者における利用状況等を対象に行ったものです（調査事業報告書の概要は巻末に掲載）。

また、調査結果を踏まえた対応として、「①消費者に対する注意喚起」ではビタミンD等の栄養成分を含むサプリメント形状の食品を未成年者に摂取させる場合には、基本的に成人向けの配合となっていることを踏まえ、未成年者の摂取量が過剰とならないよう栄養分量を確認すること、「②食品関連事業者への要請」ではビタミンD等の栄養成分を含むサプリメント形状の食品について、未成年者が当該製品を摂取することにより、当該栄養成分の過剰摂取による健康への悪影響が生じることのないよう十分に情報提供することなどが示されております。

追って、本調査結果等は消費者庁サイトもご参照ください。また、同庁より、公益財団法人日本健康・栄養食品協会等の関係団体に対して未成年者のビタミンDの過剰摂取を防止する観点から留意点が示され、団体会員への周知方要請がなされております。

https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/nutrient_declaration/vitamin_d/

専 務 連 絡
令和3年8月25日

日本医師会 御中

消費者庁食品表示企画課
(公 印 省 略)

未成年者におけるビタミンDを含む加工食品の摂取状況の調査結果等
について

日頃から、消費者行政の推進につきましては、御理解・御協力を賜り
誠にありがとうございます。

今般、別添のとおり、未成年者におけるビタミンDを含む加工食品の
摂取状況の調査結果等を公表するとともに、本調査結果を踏まえ、事業
者団体宛て別紙の通知を発出しましたので、貴下会員への周知方、御配
慮願います。

以上

(参考) ウェブサイトURL

「栄養機能食品等の摂取状況等に関する調査事業報告書（未成年者に
おけるビタミンDを含む加工食品の摂取状況等）」

https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/information/research/2020/

未成年者におけるビタミンDを含む加工食品の摂取状況の調査結果等について

令和3年8月25日
消費者庁

1. ビタミンDとは

ビタミンDは、腸管でのカルシウムの吸収を促進し、骨の形成を助ける栄養素である。ビタミンDは、紫外線的作用により皮膚でも産生される。

ビタミンDの摂取源となる食材は、魚肉及び魚類肝臓、キノコ類など。

欠乏症：低カルシウム血症、くる病（小児）、骨軟化症（成人）等

過剰症：高カルシウム血症、腎障害、軟組織の石灰化等

2. 未成年者におけるビタミンDを含む加工食品の摂取状況の調査*概要

調査対象：「3～17歳の子の保護者」又は「15～17歳の者」8,978名。

方法：直近1週間におけるビタミンDを含む加工食品の摂取頻度等をウェブアンケートにて調査。

調査期間：令和2年11月24日～26日。

結果：

- ・対象者のうち約半数（4,100名）がビタミンDを含む加工食品を摂取していた。
- ・加工食品からのビタミンD摂取量は、サプリメント類が最も多い。
- ・ビタミンDを含む加工食品を摂取している者のうち約1%（47名）が食事摂取基準2020で定めている耐容上限量を超えていた。

※過大申告と思われる回答であっても除外せずに集計した結果であることに留意が必要。

3. 調査結果を踏まえた対応

① 消費者に対する注意喚起

- ・栄養摂取は、サプリメント形状の食品に頼ることなく、主食、主菜、副菜のそろったバランスの良い食事が基本であること。
- ・その上で、ビタミンD等の栄養成分を含むサプリメント形状の食品を未成年者に摂取させる場合には、基本的に成人向けの配合となっていることを踏まえ、未成年者の摂取量が過剰とならないよう栄養分量を確認すること。

② 食品関連事業者への要請

- ・ビタミンD等の栄養成分を含むサプリメント形状の食品について、未成年者が当該製品を摂取することにより、当該栄養成分の過剰摂取による健康への悪影響が生じることのないよう十分に情報提供するよう、健康食品関連団体を通じて、令和3年8月25日に通知を発出。

③ 関係機関等への情報提供

- ・厚生労働省等の関係機関等に調査結果等について情報提供。

サプリメント形状の食品では 栄養成分の摂り過ぎに注意しましょう

栄養摂取は、ビタミン等の栄養成分を含むサプリメント形状の食品に頼ることなく、主食、主菜、副菜のそろったバランスの良い食事が基本。

サプリメント形状の食品は、成人向けの栄養分量であることが多いため、子供が摂取すると摂り過ぎになることがあるので注意しましょう。

▶ 体に必要な栄養成分は性別や年齢によって大きく異なります。

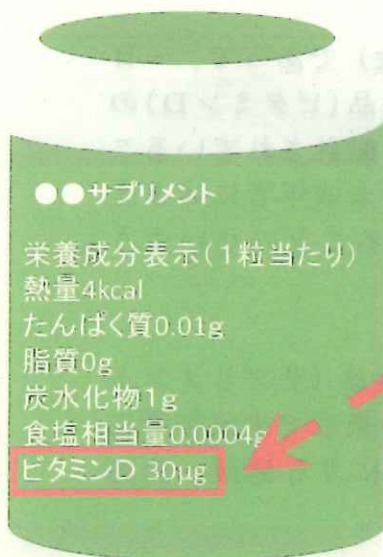
各栄養成分の食事摂取基準を確認したい方はコチラ。



日本人の食事摂取基準
(厚生労働省HP)

▶ ビタミンDの場合

<ビタミンDのサプリメント>



比較してみると、
サプリメントだけで
耐容上限量に！！

<ビタミンDの食事摂取基準 (μg/日) >

年齢	女性	
	目安量	耐容上限量
3～5歳	4.0	30
6～7歳	5.0	30
8～9歳	6.0	40
10～11歳	8.0	60
12～14歳	9.5	80
15～17歳	8.5	90
18歳～	8.5	100

目安量：特定の集団における、ある一定の栄養状態を維持するのに十分な量。
耐容上限量：健康障害をもたらすリスクがないとみなされる習慣的な摂取量の上限。

食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。

消費者庁食品表示企画課保健表示室 03-3507-8800 (代表)
東京都千代田区霞が関3-1-1 中央合同庁舎第4号館6F



(消費者庁HP)



消費者庁