

## 支部総会＆医療懇談会を行いました

3月29日ラーク所沢ホールに38人が集い開催  
\*総会では支部長から支部活動についての報告、  
運営委員の紹介、会計報告がありました。

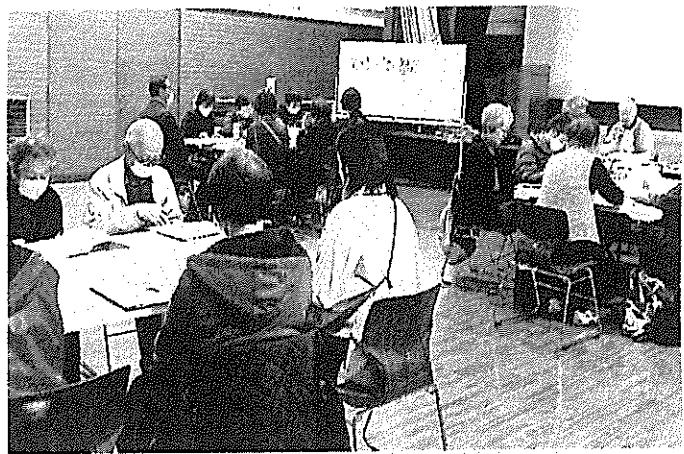
\*懇談会では、さんとめの野崎看護長から「わたしたちの望む医療と介護」＝しっとこノート=を記載することの大切さについて丁寧にお話をしていました。

\*参加者は六つのグループに分かれて懇談をしました。どのグループも話に花が咲きにぎやかな会場となりました。テーマからそれた話題も多々ありましたが、話が出来て良かったと満足顔でした。さんとめからは5人の職員が参加し各グループに入っていただき話し合いができました。

\*参加者の感想を聞くと、以前のようにただお話を聞いて終わりではなく、少人数で話し合うことができて良かった、思いを口に出すことが出来た、専門職のお話も聞けた、と好評でした。

組合員の方で“しっとこノート”をご希望の方には差し上げます。

連絡は田中へ 2998-7766



## サプリメント＝健康食品について

日本で「サプリメント」という場合、栄養補助食品や健康補助食品、健康飲料などと呼ばれる様々な食品を総称していて、機能もそれぞれです。

1991年に始まった「特定保健用食品」(トクホ)は国による審査と許可が必要で、医薬品と一般食品の中間に位置しています。

今、問題になっている「機能性表示食品」制度は、2015年4月に導入されました。これは、国による審査・許可が必要でなく、安全性や機能を事業者が自主的に届け出る食品です。当時の規制緩和による成長戦略として「健康食品の機能性表示を解禁する」方針を受け実施されました。急速に販売総数は増加した。今回の事件を受け国は現在届け出のある製品約6800の機能性表示食品すべてを一斉点検する方針です。

### サプリメント利用の6か条

- ①サプリメントはあくまでも食品！ ②誇大広告にだまされない！
- ③体に必要な栄養素は、食事から、バランスよく摂るのが基本！
- ④購入するときは少量から始めよう！ ⑤常に体調の変化を監視しよう！
- ⑥セルフモニタリングを！

(2019年に行われた医療生協さいたま・薬剤師部会の学習資料から)

### 機能性表示食品と 特定保健用食品(トクホ)の違い

機能性表示食品	特定保健用食品
2015年 導入 約6800点	1991年 導入 約1100点
消費者庁への届け出。審査なし	審査など 国が審査し、消費者庁が許可

「トコロソ元氣百歳体操」を行っています  
毎週水曜日 午後一時三十分から一時間程度  
場所 ラーク所沢ホール 飲み物・上履き持参  
見学は自由にできます。見に来てください。