

## 相談窓口



### 契約上のトラブル

名称	連絡先
埼玉県消費生活支援センター（川口）	048-261-0999
埼玉県消費生活支援センター（熊谷）	048-524-0999

相談時間：（川口）月～土 9：00～16：00  
（熊谷）月～土 9：00～16：00

※土曜日は、上記どちらかのセンターにつながります。  
※お住まいの市町村消費生活相談窓口もございます。  
※祝日及び年末年始を除きます。

### 埼玉県健康食品対策連絡協議会 構成課

<b>県民生活部</b>	
消費生活課（商品の表示に関すること）	☎ 048-830-2934
<b>保健医療部</b>	
健康長寿課（栄養に関すること）	☎ 048-830-3585
薬務課（薬に関すること）	☎ 048-830-3622
食品安全課（食品衛生に関すること）	☎ 048-830-3611

※健康食品の健康被害等情報はこちら！  
<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0707/kensyoku/index.html>

## 相談窓口



商品のトラブル・栄養成分表示・体調が悪くなったら  
（異物の混入やカビなど）

### ●埼玉県の各保健所

名称	所在地	電話番号	所轄区域
南部保健所	川口市前川 1-11-1	048-262-6111	蕨市、戸田市
朝霞保健所	朝霞市青葉台 1-10-5	048-461-0468	朝霞市、志木市、和光市、新座市、富士見市、ふじみ野市、三芳町
春日部保健所	春日部市大沼 1-76	048-737-2133	春日部市、松伏町
草加保健所	草加市西町 425-2	048-925-1551	草加市、八潮市、三郷市、吉川市
鴻巣保健所	鴻巣市東 4-5-10	048-541-0249	鴻巣市、上尾市、桶川市、北本市、伊奈町
東松山保健所	東松山市若松町 2-6-45	0493-22-0280	東松山市、滑川町、嵐山町、小川町、ときがわ町、川島町、吉見町、東秩父村
坂戸保健所	坂戸市石井 2327-1	049-283-7815	坂戸市、鶴ヶ島市、毛呂山町、越生町、鳩山町
狭山保健所	狭山市稲荷山 2-16-1	04-2941-6212	所沢市、飯能市、狭山市、入間市、日高市
加須保健所	加須市南町 5-15	0480-61-1216	行田市、加須市、羽生市
幸手保健所	幸手市中 1-16-4	0480-42-1101	久喜市、蓮田市、幸手市、白岡市、宮代町、杉戸町
熊谷保健所	熊谷市末広 3-9-1	048-523-2811	熊谷市、深谷市、寄居町
本庄保健所	本庄市前原 1-8-12	0495-22-6481	本庄市、美里町、神川町、上里町
秩父保健所	秩父市桜木町 8-18	0494-22-3824	秩父市、横瀬町、皆野町、長瀨町、小鹿野町
さいたま市保健所	さいたま市中央区鈴谷 7-5-12	048-840-2205	さいたま市
川越市保健所	川越市小ヶ谷 817-1	049-227-5101	川越市
川口市保健所	川口市前川 1-11-1	048-266-5557	川口市
越谷市保健所	越谷市東越谷 10-31	048-973-7533	越谷市



# 健康食品

ってなんだろう？



おしえて

### Q 1 健康食品って大丈夫なの？

A ものによっては危険な物もあります。要注意!!

#### 相談事例

花粉症に悩んでいた頃、週刊誌の広告を見て、体質改善の目的でダイエット食品を通販販売で7箱購入した。利用中は、眠気や下痢、だるさがあった。厚生労働省が、この食品を健康被害事例があるとして発表した。健康への影響が心配である。返品したい。



埼玉県のマスコット さいたまっちゃん

こうしたトラブルに巻き込まれないように、十分注意しましょう!

おしえて

### Q 2 健康食品とは何ですか？

- A
- 健康食品と呼ばれるものについては、法律上の定義はありません。
  - 広く健康の保持増進に資する食品として販売・利用されるもの全般を指しているものです。
  - そのうち、国の制度としては、国が定めた安全性や有効性に関する基準等を満たした「特定保健用食品」及び「栄養機能食品」に加えて、平成27年4月に事業者が科学的根拠を事前に消費者庁に届け出れば、機能性を表示することができる「機能性表示食品」制度が始まりました。
  - 健康食品は一般食品に含まれます。



※健康食品は、病気を治す「くすり」ではありません。

おしえて

### Q 3 健康食品って、どのように選んだらいいの？

- A
- 表示をよく見て選びましょう。食品には、名称、原材料、添加物、保存方法等が表示されていますので、これらの表示をよく見て選びましょう。
  - 栄養成分表示を活用しましょう。容器包装に入れられた加工食品には、熱量、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量の5成分が\*表示されています。

表示をする場合は、熱量、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量の順番で表示されます。その次に他の栄養成分(例えばカルシウムなど)が表示されます。これらは、食品の単位当たり(100g、100mL、1食分、1包装など)で表示されます。  
※表示面積が小さいなど、栄養成分表示が省略できる加工食品もあります。



表示事例

栄養成分表示 (100g当たり)

熱量	350kcal
たんぱく質	7.4g
脂質	16.8g
炭水化物	42.3g
食塩相当量	1.2g
カルシウム	35mg

おしえて

### Q 4 利用するときの注意点は？

- A
- 表示をよく読んで利用しましょう。アレルギー表示も参考に。
  - 賞味(消費)期限を確かめ、利用しましょう。
  - 自分の体質、体調を考え、不安があれば、利用する前に、医師に相談しましょう。
  - 利用中に体調が悪くなった時は、利用をやめ、医師の診断を受けるか、最寄りの保健所に相談しましょう。



消費者庁のホームページ「食品表示」  
([https://www.caa.go.jp/policies/policy/food\\_labeling](https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling))  
において、「食品表示に関するお知らせ」等の情報が入手できます。また、国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所のホームページで「健康食品」の安全性・有効性情報 (<https://hfnet.nibn.go.jp/>) を入手できます。なお、最寄りの保健所でもご質問に応じることができます。