

《特定保健用食品》

「**γ-アミノ酪酸(GABA)**」について

商品：プレティオ

許可された実際の表示

「本品は、γ-アミノ酪酸（GABA）を含んでおり、血圧が高めの方に適した飲料です。」

作用・効果・成分

γ-アミノ酪酸は、穀類、野菜類、果実類等に含まれるアミノ酸の一種で、アミノ酸のひとつ「グルタミン酸」から酵素反応によって生成される。主に神経に働きかけて血圧を低下させる。摂取されたGABAは消化管から体内（血管内）に吸収され、交感神経末端から出る血管収縮作用伝達物質のノルアドレナリンの分泌を抑制する。ノルアドレナリンは細動脈を収縮させる作用があるので、この分泌を抑制すれば、細動脈の収縮が緩和され、結果として血圧が低下する。

使用上の注意

1日1本を目安に。  
本品の摂取により疾病が治癒したり、多量摂取によってより健康が増進するものではない。

今月のアロマ **ローズウッド**（クスノキ科、抽出部位：木部）

殺菌・鎮静・抗ウイルス・細胞成長促進

名前のお通り、ローズに似た香りを持つ常緑樹の精油。皮脂のバランスを整えたり細胞を活性化する作用があるため、ニキビやアンチエイジングに有効。免疫力を高めて感染症を予防するほか、気持ちをおだやかにして抑うつをやわらげるなど、メンタル面に働きかける作用もあります。

《特別用途食品》

えん下困難者用食品

えん下困難者用食品たる表示の許可基準

1. えん下困難者用食品たる表示の適用範囲

許可を受けるべきえん下困難者用食品（えん下を容易ならしめ、かつ、誤えん及び窒息を防ぐことを目的とするもの）たる表示の適用範囲については、えん下困難者の用に適する旨を医学的、栄養学的表現で記載されたものに適用されるものとする。

2. えん下困難者用食品たる表示の許可基準

えん下困難者用食品たる表示の許可基準は、次の基準に適合したものであること。

(1) 基本的許可基準

- ア 医学的、栄養学的見地から見てえん下困難者が摂取するのに適した食品であること。
- イ えん下困難者により摂取されている実績があること。
- ウ 特別の用途を示す表示が、えん下困難者の食品としてふさわしいものであること。
- エ 使用方法が簡明であること。
- オ 品質が通常の食品に劣らないものであること。
- カ 適正な試験法によって成分又は特性が確認されるものであること。

(2) 規格基準

表に示す企画を満たすものとする。

なお、簡易な調理を要するものにあつては、その指示どおりに調理した後の状態で当該規格を満たせばよいものとする。

規格 ※1	許可基準Ⅰ ※2	許可基準Ⅱ ※3	許可基準Ⅲ ※4
硬さ (一定速度で圧縮したときの抵抗) (N/m <sup>2</sup> )	2.5×10 <sup>3</sup> ~ 1×10 <sup>4</sup>	1×10 <sup>3</sup> ~ 1.5×10 <sup>4</sup>	3×10 <sup>2</sup> ~ 2×10 <sup>4</sup>
付着性 (J/m <sup>3</sup> )	4×10 <sup>2</sup> 以下	1×10 <sup>3</sup> 以下	1.5×10 <sup>3</sup> 以下
凝集性	0.2~0.6	0.2~0.9	—

- ※1 常温および喫食の目安となる温度のいずれの条件であっても規格基準の範囲内であること。
- ※2 均質なもの（例えば、ゼリー状の食品）
- ※3 均質なもの（例えば、ゼリー状又はムース状等の食品。ただし、規格基準Ⅰを満たすものを除く。
- ※4 不均質なものも含む（例えば、まとまりのよいおかゆ、やわらかいペースト状又はゼリー寄せ等の食品）。ただし、許可基準Ⅰ又は許可基準Ⅱを満たすものを除く。

### 3 必要的表示事項

えん下困難者用食品として許可された場合の必要的表示事項は、次のとおりとする。

- (1) 「えん下困難者用食品」の文字
- (2) 許可基準区分
- (3) 喫食の目安となる温度
- (4) 包装1個当たりの重量
- (5) 1包装分が含む熱量、たんぱく質、脂質、炭水化物及びナトリウムの量の表示
- (6) 医師、歯科医師、管理栄養士等の相談指導を得て使用することが適当である旨の表示

### 4 表示値及び測定値

製品は、定量するとき、表示量に対して栄養成分等の分析値が次の範囲内になければならない。

- |                            |         |
|----------------------------|---------|
| (1) 熱量、たんぱく質、脂質、炭水化物、ナトリウム | 80～120% |
| (2) 脂溶性ビタミン、ミネラル           | 80～150% |
| (3) 水溶性ビタミン                | 80～180% |
| (4) その他                    | 80～120% |

商品としては、亀田製菓のふっくらおかゆ、ふっくら梅がゆ、大塚製菓のエンゲリードなどがある。

## コラム

### 脳卒中予防における葉酸補充療法の有効性

血中のホモシステイン濃度の上昇は、冠動脈疾患、脳卒中、及び深部静脈血栓症に対し、程度の差はあれ、独立したリスク因子であることが示唆されている。しかし、ホモシステイン濃度を低下させる治療法の、心血管疾患リスクの低下に対する有効性は今なお議論のある問題である。

ホモシステイン濃度の上昇は虚血性心疾患より脳卒中との関連性が強い。脳卒中には微小血管の病理が関連している可能性が高いのに対し、心血管疾患にはそれより大きな血管が関与している傾向があるという事実によりある程度説明できる。心血管疾患の発病は長年の累積的な経過に起因するため、疾患進行の防止にもかなりの期間を要することが予想される。葉酸補充療法による脳卒中の二次予防には、たとえそれが有効である場合でも、その結果を検出するにはさらに長期間の介入が必要である。

今回のメタアナリシスでは、葉酸補充療法によって、脳卒中のリスクが一次予防で有意に低減する可能性があるという首尾一貫したエビデンスが得られた。

葉酸及びシアノコバラミン（ビタミン B12）は生体内におけるホモシステイン代謝の重要な調節因子であり、これらの因子とホモシステインの血中濃度に逆相関が認められることが明らかにされている。今回のデータから、穀物の葉酸強化はホモシステイン濃度の低下及びその結果認められる治療効果の重要な決定因子である可能性が示唆される。

今回のメタアナリシスでは、より長期間追跡調査を行った試験、ホモシステイン濃度のより大きな低下が認められた試験、脳卒中の既往歴のある患者を含まない試験、並びに穀物強化策が実施されていない地域で行われた試験でより大きな有効性が認められた。脳卒中に対する葉酸補充療法の効果及び、因果関係を効率的に評価するには、穀物強化策の実施されていない地域で、脳卒中の既往歴のない人々を対象として、長期間（4年間以上）の追跡調査が計画された臨床試験を今後実施する必要がある。また、葉酸の単独補充療法と他のビタミンB類との併用療法の比較、或いは最適用量という問題についても検討が必要である。