



## V. 健康食品管理士になって

### 10年目からの新しい一歩

嶋村眞由美

(玉名郡市医師会立 玉名地域保健医療センター 臨床検査科)

#### 1. はじめに

健康食品管理士の資格を取得して早いもので今年で10年を迎えました。

健康食品管理士の目で健康食品や世の中を見てきた約10年の間に、私の食の安全に対する認識は随分と変わりました。それは2008年度に九州支部の幹事に就任して以来、支部活動に従事してきた上での経験も大きく影響しています。一方で、個人的にはこれといった活動もしないままにいる自分への焦燥感をずっと抱き続けて来た10年でもありました。そして今年、やっと新たに踏み出せたことがあります。

私見ではありますが、これまでの反省とこれからの展望についてつづりたいと思います。

#### 2. 資格取得当時の期待感

すでに第1回で資格を取得された技師会活動の先輩から勧められ、私は第2回の資格試験を受験しました。画期的と思える資格制度に胸躍らせての受験でした。多種多様な健康食品が氾濫している中、健康被害や経済的問題が巷で多く聞かれるようになっていた当時、正しい知識と科学的な目で食品を見極める役目を担う、まさにこれこそが現代に必要とされる資格ではないだろうかと感じたのです。今思えば当時、黙っていても新しい明日が切り開かれるであろうと恥ずかしながら甘いことを期待してしまっていました。当然資格を取ったからといって目の前に道が用意されているわけではなく、道を探すのは自分自身であることを今更ながら実感しています。

#### 3. 支部活動において

##### (1) 研修会・市民公開講座で芽生えた新しい認識

健康食品管理士会九州支部が設立された2008年度以来今日まで、微力ながらも幹事として支部活動に携わって来ました。支部の幹事の先生方にご指導を仰ぎながらいろいろと学ばせていただいています。当然の事ながら活動の一環として研修会の企画運営も務めます。九州支部の場合は、持ち回りで開催地の県の幹事が中心となり企画することになっており、それぞれに、健康食品の問題点、新しい情報、より深い知識や疾患

との関連など興味深い内容を企画し講演依頼をして来ました。その中でも次の2点は私の健康食品への認識を大きく変えた講演企画でした。

①がん補完代替医療をより知る：協会会誌2007年Vol.2(4)に「がんの補完代替医療としての健康食品」という記事が掲載され、興味を深めていた折、2009年度の第1回研修会で東京女子医科大学統合医科学インスティテュート特任準教授（2009年当時）の大野智先生の講演「がん医療現場における機能性食品の現状と課題」を拝聴し、がん補完代替医療で健康食品を取り入れる現状があるけれど、それにはあやふやな情報が多いので情報の取捨選択が重要であることを知り、その現場での仕事こそ健康食品管理士の面目躍如たるところの一つではないかと感じました。

②メーカーの取り組みを知る：九州支部幹事会で「健康食品メーカーの話も聴いてみたい」「メーカーに我々の存在を認識してほしい」という合意があり、自社製品の過大な宣伝にならないようにとの制約を交わし「協和発酵バイオ」「大正製薬」「味の素」に依頼しました。講演では各社の製品の詳細からGMPなど品質管理への取り組みを知ることが出来、さらにメーカーの担当の方との交流も深まり、健康食品管理士とメーカーとの切磋琢磨の共存を意識したのでした。

##### (2) 会員数の減少に悩む

2008年度の支部会発足当初の九州支部の会員数は644名でしたが2015年度には303名と減少の一途を辿っています。会員離れの要因としては日常業務で健康食品管理士として関わる事が殆ど無いことが考えられ、うっかりして更新試験や更新を忘れてしまったとか必要性を感じなくなったから退会したという声が聞かれます。このような会員を繋ぎ止める手段として、例えば本部からの連絡事項のメールだけでなくメルマガ配信や支部単位でのSNSによるやりとりなどインターネットを使った個々への情報配信もひとつの方法ではないかと考えます。

会員数減少と共に研修会への参加数も減少しましたが、参加率としては大きな変動はなく、開催地の立地

条件にもよりますが会員の出席率は約10%~20%と低い所で保たれています。また一般市民の参加数は毎回10名前後に留まっています。大勢の参加者を得るために研修会及び市民公開講座をいかに魅力的なものにするかが支部会の大きな課題となっています。ひとつの案として、一般市民の方との関わりが多くなることは健康食品管理士の知名度向上も期待できるということで、沖縄支部会のように健康食品相談会をしてはどうかという話が何度か浮上したものの、いろいろな事象を想定すると不安の方が先に立ち、なかなか踏み出せずにいることが現状です。

#### 4. 行政との関わりを求めて

各県に設けてあると思いますが、熊本県にも「熊本県食品表示ウォッチャー」という消費者ボランティアにより、日常の買い物において食品の表示状況をモニタリングして不適正な表示を発見した場合県に報告するというシステムがあります。熊本県環境生活部くらしの安全推進課 食の安全・食品表示対策班の管轄で、登録の条件は18歳以上で熊本県内に居住し日常生活の中で買い物をしている人で、原則として県が行う食品表示制度に関する講習会に参加した人となっています。県のホームページには2006年から活動報告があげてありますが、私が知ったのは2014年のことでした。前々から行政と関わりを持つきっかけがほしいと思っていた私は、迷わず登録しました。活動の中では未だ報告した事例はありませんが、「食品表示ウォッチャー」に登録したことでこの熊本県の対策班が主催する研修会の案内が届くようになり、他にも「くまもと食の安全安心県民会議構成団体」「食品適性表示推進者」と食に関わる団体が所属していることを知りました。まだ新参者ですが県の催しに顔を出すことで他の団体との交流も広がり、行く行くは市民公開講座に繋ぐことができると考えています。

#### 5. 10年経って踏み出したこと

私にとって10年間の支部活動が健康食品管理士としての使命感を掻き立て、また今日の自信となったのは確かです。今に来て、なかなか一歩が踏み出せなかった院内での健康食品に関する仕事に、目に見える形で積極的に取り組もうと考えました。決めてしまうと不思議なもので、気負わずに順調に運ぶことが出来ました。

##### (1) 健康食品相談コーナーの開設

当院が併設運営する一日に30名ほどの受診者を受け入れる小規模の健診施設の一角を借りて、今年度5月

より健診受診者の希望の方を対象に、月に一度の健康食品相談を始めました。日常業務があるので試験的に1時間だけ取りましたが、将来は受診者の結果待ちの時間帯付近に常駐できることが理想です。

この度、健診棟と限定した理由は、患者さんの相談には医師や医療スタッフの協力を必要とするところもあり、手始めに健常者から始めてみたいと思ったことからです。しかし、いざ始めてみるとはじめは全く音沙汰がなく、ポスターを張る位置やチラシを置く場所を変えて工夫したりしました。開始から9月現在までで3件の相談があり、1件は製品の品質に関するもの、1件はある成分がはいっているおススメの健康食品をおしえてほしいというものでした。もちろんおススメなどはいたしません。両者とも若い方でしたので、健康食品とは何かということを説明し、上手に付き合ってくださいということをお話しました。もう1件は、パーキンソン病の友人が、ある健康食品が効果があると聞いたので使ってみようと言っているがどうだろうかという相談でした。治療を受けていない人を対象にと考えていた私にとって衝撃的な相談でしたが、本人の相談でないことと、まずは主治医に相談するようにということでそれ以上の相談をお断りしました。3名とも納得していただけたようですが、この先の相談に対して言葉をしっかり選んで慎重に対応していきたいと思います。相談の準備をするにあたり、協会誌に掲載してある様々な角度から書かれた記事が大変参考になりました。今後、もっと皆さんが相談しやすい環境を作り、経験を積んでいきたいと思っています。

##### (2) 統合医療への積極的参加

当院は4年前から統合医療事業を進めており、補完代替医療(CAM)を取り入れています。日本緩和医療学会のアンケート調査では、がん患者の45%がCAMを取り入れており、その約9割が健康食品であったという結果が出ています。さらに医療側としては健康食品を利用するがん患者にどのように対処すべきか悩み、あるいは無視して関心を示さず放置していることも多いと現状を述べています。当院でも、治療を受けている患者さんの健康食品の利用の実態が殆ど把握されていません。また年間数回開催される統合医療の院内勉強会でも、免疫療法、心身医学療法、エネルギー療法などの分野は取り上げられるものの、食品に関するものは未だありません。この度の健康食品相談コーナーを開設するにあたり院長と面接した際に、「がん患者さんで健康食品を使っている人は多いようだが、健康食品事態よくわからない。統合医療においても専門的な知識と資格を持った人に相談しながら慎重

# 健康食品についての相談コーナー

あなたは

## 健康食品と正しく付き合っていますか？

健康食品とは健康維持増進を目的として使用するものです。健康食品に対する正しい知識や情報を得て、氾濫する健康食品の中からあなたの目的に合った食品を選択し、安全な生活をおくりましょう。

効くって聞いたけど？ 友人に勧められて買ったけど？ ダイエットにいいの？  
ネットで紹介してあったけど？  
トクホって何？ 機能性表示食品とは？

現在お使いの健康食品や一般的な健康食品について気になる事など、  
お尋ねになりたいことがございましたら、  
下記要領にて無料でご相談をお受けいたします。  
お気軽にどうぞ。

相談日 6月30日(木) 7月27日(水) 8月30日(火) 9月28日(木)  
時間 午後4時～5時  
場所 玉名地域保健医療センター健診棟 2階  
お問い合わせ  
0968-72-5111 内線 229 臨床検査科 嶋村

- ご相談日当日には、可能であれば健康食品の現物をお持ちください。
- ご相談内容によっては、後日にお電話または文書でのご回答となりますことをご了承ください。

日本食品安全協会認定上級健康食品管理士  
臨床検査技師

嶋村真由美

健康食品相談コーナー用チラシ（健診受診者対象）

にやっていきたい」と図らずも統合医療への積極的な参加を望まれました。将来、皆様に参考になるご報告ができるような活動をしたいと思っています。

### 6. おわりに

数年前、実習生に健康食品管理士の認定試験は受け

ないのかと尋ねると、「資格を取るとどういうメリットがあるのですか？」と訊かれて、返答に窮したことがありました。今でもそれは同じです。いつの日か、健康食品相談が保健点数の加算対象となる日が訪れるよう勤しんでいくのも10年を超えた経験を持つ私たちの使命なのかもしれません。