

ダイエットなどをうたった「健康食品」(概要)**－ センナ茎を使った茶類を中心に －****1. 目的**

「いわゆる健康食品」(以下「健康食品」とする)の中には、ダイエット効果をうたった商品が多い。商品の種類は毎年激しく入れ替わっているが、便秘の解消や、便秘の改善を兼ねて肥満を解消するという商品は、流行に左右されず根強く販売され続けている。このような商品には原材料にセンナ茎が使用されていることが多い。センナ茎は食品として使用することができるが、センナの小葉や葉軸などの部位は専ら医薬品として使用される成分本質(原材料)(以下、「専ら医薬品として使用される原材料」とする)とされており、センナ茎を使用したと表示している商品で、小葉や葉軸などが検出されたという報告は相次いでいる。

また、PIO-NET(全国消費生活情報ネットワーク・システム)によると、「健康食品」による危害情報は、2000年度から2005年度までの間に3,598件(2005年6月30日現在)寄せられ、商品別件数は上位であり、危害内容は消化器障害が約40%となっている。このうち、センナと特定できるものでは、「センナ茶で半日くらい下痢が止まらなかった。」「センナ茎入りのダイエット茶を飲んだら便通がいいので心配になった。飲んでも大丈夫か。」などの相談が寄せられている。

そこで、「ダイエット」などをうたいセンナ茎を原材料に使用した「健康食品」について、センナの成分で下剤としての作用があるセンノシドの含量を中心に、微生物、異物混入などの衛生面や残留農薬の値、表示についても調べ情報提供する。

表 1. センナの成分本質について

専ら医薬品として使用される成分本質(原材料)	果実、小葉、葉柄、葉軸
医薬品的効能効果を標ぼうしない限り医薬品と判断しない成分本質(原材料)	茎
主な下剤成分	センノシド

備考) 薬事法では、成分本質(原材料)は、「専ら医薬品として使用される成分本質(原材料)」と、「医薬品的効能効果を標ぼうしない限り医薬品と判断しない成分本質(原材料)」に分けられている。前者は原則として食品には使用できない。

2. テスト実施期間

検体購入：2004年12月～2005年1月

テスト期間：2005年1月～6月

3. テスト対象銘柄

神奈川県相模原市内のドラッグストアおよびインターネット等で販売されているセンナ茎を原材料に使用している茶類15銘柄、錠剤5銘柄をテスト対象とした。また、医薬品のセンナ2銘柄(茶類および錠剤)を参考品として加えた(p.8表A参照)。

4. テスト結果

1) 下剤成分（センノシド）について

● 20 銘柄中 18 銘柄で下剤成分であるセンノシドが検出され、摂り方によっては 14 銘柄で下剤としての生理作用を及ぼす可能性のある量のセンノシドを摂ることが分かった

センナの下剤成分であるセンノシドが含まれている銘柄が 20 銘柄中 18 銘柄あり、茶類では 1 日に 2 回飲んだ場合や、錠剤では摂取目安量の範囲内でも、下剤としての生理作用を及ぼす可能性があるものが 14 銘柄あった（図 1 参照）。

なお、今回テストした銘柄のうち、茶類では 15 銘柄中 12 銘柄に急須等（マグカップやティーポットを含む）での入れ方に関する表示があったため、急須等で熱湯の量やティーバッグを浸す時間の表示があるものはそれに従い、表示がないものは、熱湯 300mL、3 分間の条件で入れ、1 日に 1~2 回飲んだ場合にどのくらいセンノシドを摂るかを調べた。一方、錠剤はいずれも 1 日の摂取目安量の表示があったため、この目安量当たりのセンノシド量を調べた（表 2 参照）。

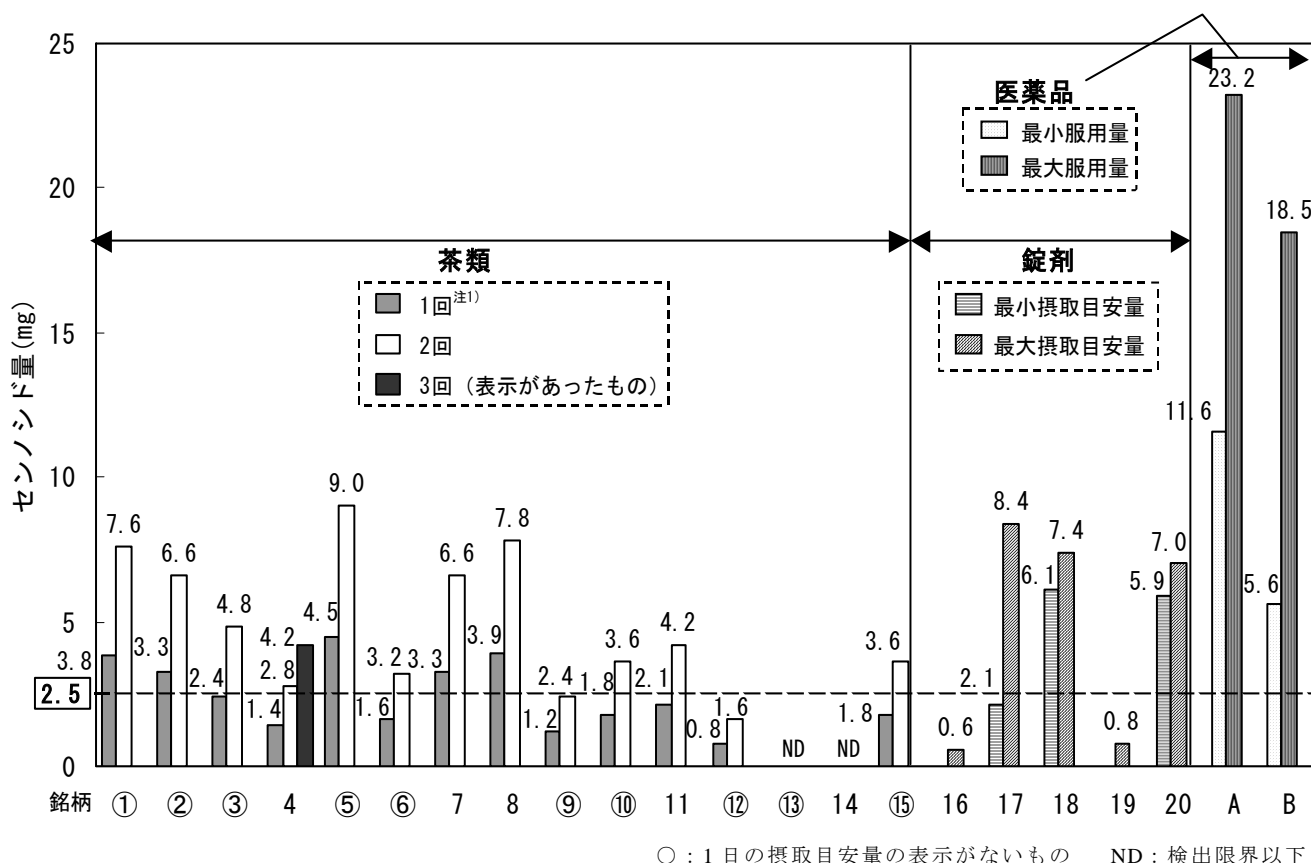


図 1. 1 日当たりに摂るセンノシド量

2.5mg : センノシドが生理作用を及ぼす可能性があると思われる最低量。日本薬局方のセンナ（1.0%以上のセンノシドを含むことが規定されている）を、適用される最小量（0.25g：日本薬局方解説書より）服用した際に摂るセンノシド量を試算した値。

注1) 急須等で入れる設定で、具体的な表示のあるものは表示に従って入れたもの（熱湯量、時間の幅のあるものについては、最大値で行った）、ないものについては 1 包を 300mL の熱湯で 3 分間浸したものの全量を 1 回で飲むと考えた。なお、参考品 A については煮出す条件で行った。

表 2. 1日の摂取目安量と入れ方の表示

区分	銘柄	1日の摂取目安量	入れ方	
			急須等に入れる設定 (熱湯量、浸ける時間の具体的な表示 <1包に対して>)	やかんで煮出す設定 (熱湯量、煮出す時間の具体的な表示 <1包に対して>)
茶類	1	無	有	無
	2	無	有	有 (400~600mL、5~10分)
	3	無	有	有 (1000mL、10分)
	4	1日1~3包が目安	有	有 (1000mL)
	5	無	有 (150~180mL)	無
	6	無	無	有 (1000mL、2~3分)
	7	1日1~2包が目安	有 (200~300mL、5分)	無
	8	1日1~2包が目安	有 (200mL、3~5分)	無
	9	無	有 (1分)	有 (1000mL、5分)
	10	無	有	有 (400~600mL、5~10分)
	11	毎日1.5L (1包分) 程度を目安に	無	有 (1500~2000mL、3分)
	12	無	無	有 (1500mL、3~5分)
	13	無	有 (1~2分)	無
	14	1日1包が目安	有	有 (600~800mL、5分)
	15	無	有 (2~3分)	有 (500~1000mL、2~3分)
錠剤	16	1日当たり1袋(5粒) を目安に	該当しない	
	17	目安として3~12粒を1日数回に分けて		
	18	1日に5~6粒を目安に		
	19	1日10粒程度を2回位に分けて		
	20	1日5~6粒程度		
参考品 (医薬品)	A (茶類)	1包を煮出した液の1/2量~全量	無	有 (150mL、15分)
	B (錠剤)	1回3~5錠 1日2回を限度	該当しない	

● **「専ら医薬品として使用される原材料」である葉軸が茶類の3銘柄から検出された**

薬事法において、食品として使用されることが認められている部位の茎以外に、「専ら医薬品として使用される原材料」である葉軸が20銘柄中3銘柄で検出され、薬事法上問題となる可能性があると思われた。

なお、葉軸が検出された3銘柄については、厚生労働省に通知し、8月現在所管の自治体において、調査を実施しているところである。

● **茶類は形態鑑別が困難なほど細かく砕けているものが多く、また「専ら医薬品として使用される原材料」である葉軸が検出された銘柄のセンノシド量が多いわけではなかったことから、下剤としての生理作用の有無はセンノシド量を測定しないと分からなかった**

今回の対象銘柄は、形態鑑別が困難なほど細かく砕けているものが多く、原材料として表示のある茎ですら検出できないものが8銘柄あったことや、葉軸が検出された3銘柄で単位量当たりのセンノシド量が特に多いとは言えなかったことなどから、センノシドによる下剤としての強い生理作用の有無を確かめるには、センノシド量を測定する必要があると考えられた。

● **前回テストの商品と比べた際、単位量当たりのセンノシド量は全体としては低かったが、形態鑑別が不可能な錠剤では前回テストの商品と同程度多い量のセンノシドが含まれていたものもあった**

6年前に実施した商品テストの結果と比較すると、特に高濃度のセンノシドを含むものは減り、商品群全体では単位量当たりのセンノシド量は低くなっていたが、形態鑑別が不可能な錠剤では、前回テストの商品と同程度多い量のセンノシドが含まれていたものもあった。

● **やかんで煮出したり、ティーバッグを浸ける時間を長くしたものを飲むと、センノシドを多く摂る可能性があることが分かった**

茶類は、ティーバッグを急須等に入れて熱湯を注ぐ、やかんで煮出す等の入れ方があるが、具体的な入れ方の表示がない銘柄もあったため、入れ方を変えてセンノシド量を調べたところ、やかんで煮出したり、ティーバッグを浸けておく時間を長くするとセンノシドを多く摂る可能性があった。(図2参照)

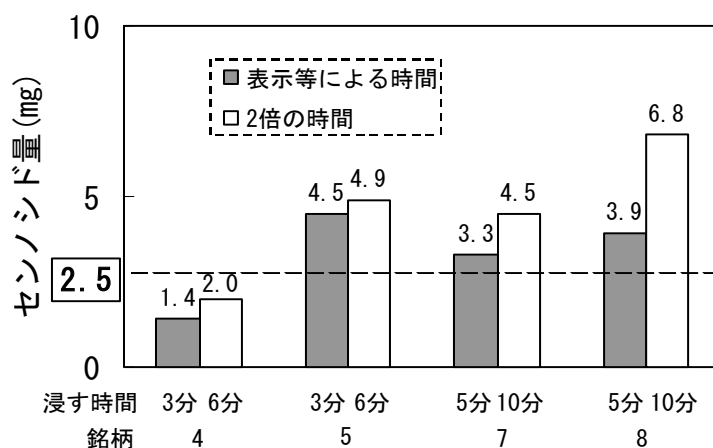


図2. 2倍の時間にした時のセンノシド量(1回当たり)

2) 衛生面について

● **品質管理上、不衛生な環境で製造されたと考えられるものがあった**

法律違反や直接的に身体的影響があるとは考えられないが、一般細菌が多く検出されたものがあったり、茶類15銘柄のうち5銘柄でダニや昆虫片などの動物性異物が検出されるなど、品質管理上不衛生な環境で製造されたのではないかと考えられる銘柄が見られた。

3) 残留農薬について

● **農薬(総BHC、総DDT)の残留は基準値以下であった**

薬局方の「センナ」や食品衛生法の「茶」に基準のある総BHCおよび総DDTの測定を行ったところ、全銘柄とも基準値以下であった。

4) 表示について

● **「ダイエット」効果に関する表示が多数見られた。また、18銘柄から下剤成分であるセンノシドが検出されているにもかかわらず、体調に関する表示は少なかった**

銘柄名やその他の表示で、「ダイエット」効果に関する表示が15銘柄で見られた。そのうち、「ダイエットのポイントは、いかに楽してスピーディーに結果を出すか！勝負は1回！絶対に負けたくないあなたに〇〇〇をお勧めします。・・・」など、摂るだけで「ダイエット」効果が現れるかのような断定的な表現や、「目標10kg」、「めざせ体脂肪-8%」、「あと-10kg」など、具体的な数値を出して「ダイエット」効果を強調する表示も見られた。

また、「便秘促進」効果に関する表示が半数近くの銘柄に、原材料や品質が優れている旨の表示が数銘柄に見られた。

一方、18 銘柄から下剤成分であるセンノシドが検出されているにもかかわらず、「便が緩くなることもある」等の体調に関する表示は少なかった（表 3 参照）。

表 3. 体調に関する注意表示

体調に関する注意表示	表示のある銘柄数 (全20銘柄)
便が緩くなることある旨の表示 ^{注1)}	5
少量からの摂取開始表示	3
子供は使用しない旨の表示	7
妊産婦は使用しない旨の表示	10 ^{注2)}
体質・体調に合わない場合に利用を中止する旨の表示	14

注 1) 飲み過ぎは、お腹をこわすもとになりますという表示を含む。

注 2) うち、2 銘柄は妊婦のみの表示。

備考) テストした製品に関する表示であり、2005 年 7 月現在販売されている製品とは一部異なる。

5) 内容量・価格について

● 1 日の最大摂取目安量（茶類の場合は 1 包）当たりの費用を比べると茶類では最大約 5.9 倍、錠剤では最大約 6.9 倍の差があった

購入価格は、1 パッケージ当たりの価格が、茶類では 398～4,074 円と 10.2 倍、錠剤では 336～5,250 円と 15.6 倍の差があった。また、1 日の最大摂取目安量当たりの価格を比べると、茶類では 16.6～98.4 円と約 5.9 倍、錠剤では 29.4～201.9 円と約 6.9 倍の差があった。1 日の最大摂取目安量当たりの茶類と錠剤の価格を比べると、茶類の方が安い傾向にあり、また医薬品と比べると茶類の医薬品がすべての銘柄で最も安かった。

5. 消費者へのアドバイス

● センナ茎は食品として使用可能な部位であるが、今回テストしたセンナ茎を使用した「健康食品」には下剤成分であるセンノシドがほとんどの銘柄に含まれていた。使用する際には少量から試して様子を見る

テストした 20 銘柄中 18 銘柄で下剤成分であるセンノシドが含まれており、使用方法によっては、ほとんどの銘柄で下剤としての生理作用を及ぼす可能性がある量のセンノシドを摂ることが分かった。

食品ではあるが、摂ることによって便が緩くなるなど体調を崩す可能性もあるので、使用する際には少量から試して様子を見た方がよい。また、体調に不安がある人は使用を控えるようにする。

● 茶類は、やかんで煮出したり、ティーバッグを浸けておく時間を長くすると、下剤成分であるセンノシドを多く摂る可能性があるので注意する

茶類ではすべての銘柄で入れ方の表示が見られたが、「お湯を注いで適宜な色、香りがでましたらカップや湯呑みに注いでお召し上がりください」等、あいまいな表示が多く、熱湯の量と時間を具体的に表示していたものは、急須等の場合は 15 銘柄中 2 銘柄、やかんの場合は 15 銘柄中 9 銘柄であった。

テストの結果から、多量の熱湯を用いてやかんで煮出したり、ティーバッグを湯に浸けておく時間を長くすると、センノシド量が多くなることが分かった。入れ方によって下剤成分の量が異なり多く摂ってしまう可能性があるため、ティーバッグを浸けておく時間が長くなってしまった場合等には飲む量を減らすようにする。

● **開封後の保存や、入れた後のお茶の保存には冷蔵庫に入れる等十分注意する**

ティーバッグの茶葉自体には、一般細菌が多いもので1g当たり数十万個程度含まれており、錠剤にも一般細菌数の多いものが1銘柄あったことから、開封後の保存は高温・多湿を避けるなど気をつける。また、熱湯でお茶を入れても完全に殺菌されるわけではないので、早めに飲みきる。大量に入れて保存する場合には必ず冷蔵庫で保存する。

● **「ダイエット」等の効果に関する表示が多く見られたが、今回のような「健康食品」の効果に関する表示は、科学的根拠に基づき公的に認められているものとは異なる**

今回のテスト銘柄は、「ダイエット」等の効果に関する表示が数多く見られた。しかし、今回のような「健康食品」の効果に関する表示は、科学的根拠に基づき公的に認められているものとは異なる。そのことを知った上で、自分に本当に必要なのかどうかを考えて使用する。

6. 業界への要望

● **「専ら医薬品として使用される原材料」である葉軸が混入しているものが見られたので、改善を要望する**

形態鑑別の結果、「専ら医薬品として使用される原材料」である葉軸が茶類15銘柄中3銘柄に検出された。これらは、薬事法上問題となる可能性があると思われるので改善を要望する。また、20銘柄中18銘柄で下剤成分であるセンノシドが含まれていたことから、原材料やセンノシド量についても、定期的な品質管理を行うよう要望する。

● **摂り方によっては、下剤として生理作用を及ぼす可能性のあるような量のセンノシドを摂ることがあるので、注意表示を十分にするように改善を要望する**

テストの結果、摂り方によっては下剤としての生理作用を及ぼすような量のセンノシドを摂ることがあるにもかかわらず、「便が緩くなることもある」旨の注意表示は5銘柄、「少量からの摂取開始表示」は3銘柄と少なかった。

また、茶類では、摂取目安量の表示がない銘柄や、入れ方によって抽出されるセンノシド量が異なってくるにもかかわらず、入れる際のお湯の量や時間の具体的な表示がない銘柄も見られた。

消費者に対する注意表示や茶類の摂取目安量、具体的な入れ方の表示等が不十分であったので、より一層分かりやすくなるように表示の改善を要望する。

● **より衛生的な環境での製造を、また殺菌処理などの表示の改善を要望する**

一部の銘柄で、一般細菌数が多いものや大腸菌群が陽性となったものがあった。今回のような商品には細菌数について法律上の基準はないが、自主基準を作る等、より衛生的な環境で製造するよう改善を要望する。

また、殺菌処理をしている旨の表示が 3 銘柄にあったが、一般細菌が他の銘柄と同程度検出された銘柄もあったことから、表示の改善の検討を要望する。

● **「ダイエット」効果を強調した表示が見られたので根拠なく表示しないよう改善を要望する**

摂るだけで「ダイエット」効果が現れるかのような断定的な表現や、具体的な数値を出して、「ダイエット」効果をかなり強調した表示が見られたが、近年、「健康食品」の表示に対する規制が強化されており、根拠なく表示している場合には景品表示法で規制の対象となる可能性があるため改善を要望する。

7. 行政への要望

● **形態鑑別によってセンナの使用部位が確認できなかったものの中にも、下剤としての生理作用を及ぼす量のセンノシドを含むものがあったので、1 日の摂取目安量の設定について、センノシド量を考慮し、十分な安全率を見込むよう指導を要望する**

食品に「専ら医薬品として使用される原材料」であるセンナの葉軸などが含まれていないかどうかは、形態鑑別により調べられている。しかし、今回テストしたセンナ茎を使った商品の多くは、茶類であっても原材料が細かく砕けていたことから、形態鑑別が困難であった。さらに、形態鑑別によってセンナの使用部位が確認できなかった茶類や錠剤にも、摂り方によっては下剤として生理作用を及ぼす可能性のある量のセンノシドを摂ってしまうことが分かった。

また、茶類は 1 日の摂取目安量が表示されているものが 15 銘柄中 5 銘柄しかなく、入れ方によって摂るセンノシド量が異なるなど、摂取量には注意が必要であると思われる。

これらのことから、センノシドを過剰に摂ることによる健康被害の発生を予防するためには、1 日の摂取目安量の設定においてもセンノシド量を考慮し、十分な安全率を見込むよう指導を要望する。

● **「専ら医薬品として使用される原材料」である葉軸が検出された銘柄があったので指導の徹底を要望する**

「専ら医薬品として使用される原材料」である葉軸が 3 銘柄で検出され、薬事法上問題となる可能性があると思われるので、より一層の指導を要望する。

● **「ダイエット」等の効果を強調した表示が見られたので、改善の指導を要望する**

「ダイエット」効果に関する表示が多数の銘柄で見られたが、そのうち摂るだけで「ダイエット」効果が現れるかのような断定的な表現や、具体的な数値を出して「ダイエット」効果を強調したものも見られた。また、殺菌処理をしている旨の表示をしていても一般細菌が他の銘柄と同程度検出された銘柄があった。これらの表示は、景品表示法上問題となる可能性があると思われるので、改善するよう指導を要望する。

表 A. テスト対象銘柄一覧

区分	銘柄名	製造者(元)、販売者または発売元	内容量	購入価格 税込み(円)	
茶類	1	ダイエット減肥茶☆	井藤漢方製薬(株)	120g(5g×24袋)	398
	2	だせ!だせ!ドッカン ダイエット減肥茶	(株)ケイセイ	90g(3g×30p)	589
	3	センナ茎茶☆	(株)健民社	150g(5g×30包)	1,417
	4	そう快通茶	(株)シーアイフーズシステムズ (株)ティー・エイチ・ティー	150g(5g×30袋)	732
	5	ケイシンラク バランシングティ (紫蘇の葉入り)☆	(株)シャルマン水野	2.6g×60袋	4,074
	6	めざせ体脂肪 -8%	昭和商事(株)	90g(3g×30包)	522
	7	でるでるMAX	昭和製薬(株)	107.8g(7.7g×14ティーバッグ)	766
	8	朝の宅配便ニューマックス☆	昭和製薬(株)	168g(7g×24ティーバッグ)	999
	9	ゲンピ茶	(株)新日健	90g(3g×30袋)	1,575
	10	三美花減肥茶☆	(株)新日健	300g(5g×60袋)	3,654
	11	美通茶	原沢製薬工業(株)	160g(5g×32パック)	3,150
	12	どーんとスリム茶	(株)マーキュリー	90g(3g×30包)	732
	13	通快減肥茶	マンナンフーズ(株)	240g(4g×60袋)	1,029
	14	通々通茶	山本漢方製薬(株)	300g(15g×20袋)	1,344
	15	ガッツであと-10kgダイエット ティー☆	ユウキ製薬(株)	3g×38包	714
錠剤	16	めっちゃ燃やせる粒☆	井藤漢方製薬(株)	37.5g(250mg×5粒×30袋)	999
	17	スリムドカン	(株)銀座まるかん若返り対策研究所	80g	5,250
	18	センナ茎粒	(株)健民社	90g(250mg×約360粒)	1,764
	19	おなかスッキリしなくっちゃ粒☆	(株)タキザワ漢方廠	7.5g(1粒250mg×30粒)	336
	20	便の達人 粒☆	ニッショク(株)	33g(125粒相当/約25日分)	2,940
(医薬品 参考品)	A	山本漢方 センナ 「分包」☆ (茶類)	山本漢方製薬(株)	144g(3g×48包)	399
	B	センナ錠 (錠剤)	皇漢堂製薬(株)	120錠	1,029

☆マークは、テストした製品と2005年7月現在販売されている製品とで表示が異なるもの。

備考1) 購入価格は、2005年7月に店頭もしくはインターネットにおける購入価格を調査した時のものを記載した。

備考2) このテスト結果は、テストのために購入した商品のみに関するものである。

○ 要望先

厚生労働省 医薬食品局 食品安全部基準審査課 新開発食品保健対策室

厚生労働省 医薬食品局 監視指導・麻薬対策課

公正取引委員会事務総局 取引部 景品表示監視室

財団法人 日本健康・栄養食品協会

○ 情報提供先

内閣府 国民生活局 消費者調整課

内閣府 食品安全委員会 事務局 情報・緊急時対応課

農林水産省 消費・安全局 消費・安全政策課

本件問合せ先

商品テスト部：042-758-3165

<title>ダイエットなどをうたった「健康食品」ーセンナ茎を使った茶類を中心にー (概要) </title>