

未成年者におけるビタミンDを含む加工食品の摂取状況の調査結果等について

令和3年8月25日
消費者庁

1. ビタミンDとは

ビタミンDは、腸管でのカルシウムの吸収を促進し、骨の形成を助ける栄養素である。ビタミンDは、紫外線の作用により皮膚でも産生される。

ビタミンDの摂取源となる食材は、魚肉及び魚類肝臓、キノコ類など。

欠乏症：低カルシウム血症、くる病（小児）、骨軟化症（成人）等

過剰症：高カルシウム血症、腎障害、軟組織の石灰化等

2. 未成年者におけるビタミンDを含む加工食品の摂取状況の調査※概要

調査対象：「3～17歳の子の保護者」又は「15～17歳の者」8,978名。

方 法：直近1週間におけるビタミンDを含む加工食品の摂取頻度等をウェブアンケートにて調査。

調査期間：令和2年11月24日～26日。

結 果：

- ・対象者のうち約半数（4,100名）がビタミンDを含む加工食品を摂取していた。
- ・加工食品からのビタミンD摂取量は、サプリメント類が最も多い。
- ・ビタミンDを含む加工食品を摂取している者のうち約1%（47名）が食事摂取基準2020で定めている耐容上限量を超えていた。

※過大申告と思われる回答であっても除外せずに集計した結果であることに留意が必要。

3. 調査結果を踏まえた対応

① 消費者に対する注意喚起

- ・栄養摂取は、サプリメント形状の食品に頼ることなく、主食、主菜、副菜のそろったバランスの良い食事が基本であること。
- ・その上で、ビタミンD等の栄養成分を含むサプリメント形状の食品を未成年者に摂取させる場合には、基本的に成人向けの配合となっていることを踏まえ、未成年者の摂取量が過剰とならないよう栄養成分量を確認すること。

② 食品関連事業者への要請

- ・ビタミンD等の栄養成分を含むサプリメント形状の食品について、未成年者が当該製品を摂取することにより、当該栄養成分の過剰摂取による健康への悪影響が生じることのないよう十分に情報提供するよう、健康食品関連団体を通じて、令和3年8月25日に通知を発出。

③ 関係機関等への情報提供

- ・厚生労働省等の関係機関等に調査結果等について情報提供。