

# 栄養機能食品における 栄養成分の機能の文言の修正について

2026（令和8）年1月  
消費者庁食品表示課

# 栄養機能食品の機能の文言についてのこれまでの検討状況

- 栄養機能食品の機能の文言は、制度の創設時（平成13年）に、「第六次改定日本人の栄養所要量 -食事摂取基準-」等に基づき設定。
- 令和元年度調査事業報告書※において、以下の指摘あり。
  - 栄養機能食品の栄養成分の機能の表示内容は、「食事摂取基準」（2020年版）の前身の「栄養所要量」（2000年版）等の考え方に基づき設定されており、食事摂取基準に記載された機能のエビデンスとかい離が生じている。
  - 策定から約20年が経過しており、各栄養成分についてのエビデンスが蓄積されてきたため、最新の科学的根拠を踏まえた表示内容への見直しが求められる。

※「令和元年度栄養素等表示基準値の改定に関する調査事業報告書」（令和2年4月 消費者庁）

- 消費者庁において、
  - 令和3年度 「栄養成分の機能表示等に関する調査・検討事業」
  - 令和5年度 「栄養機能食品における栄養成分の機能表示の見直しに係る調査事業」

を実施し、栄養機能食品の栄養成分の機能の文言に関する見直し方針を整理するとともに、見直し原案を作成。

- 令和7年度 第1回栄養機能食品に関する検討会（2025年10月8日）において、見直し原案の採用の可否を検討。

- 栄養成分の機能の文言について、消費者の認識等に関する調査の結果を踏まえ、見直し原案の採用の可否を検討。
  - 見直し原案を採用するもの
  - 見直し原案の修正を検討するもの
  - 見直し原案の修正
- 栄養成分の機能の文言における文末表現についての検討。
  - 栄養成分によっては、現行の「栄養素です。」を「栄養素のひとつです。」と改める。

消費者の認識等に関する調査の結果を踏まえ、栄養機能食品における栄養成分の機能の文言の見直し原案について、次の①②の方針で検討した。

## ① 見直し原案を採用するもの

- 現行の文言と見直し原案において、「分かりやすい」と回答した者の割合が近似している場合、最新の日本人の食事摂取基準の内容を踏まえて検討した見直し原案を採用することとした。

## ② 見直し原案の修正を検討するもの

- 「分かりやすい」と回答した者の割合が低い見直し原案については、栄養成分の機能の文言の修正を検討することとした。
- “「分かりやすい」と回答した者の割合が低い”と判断する基準は、60%未満とした。
- 修正を検討する際は、令和3年度検討・調査事業の留意事項「栄養機能食品における栄養成分の役割を表す機能表示の文言は、消費者及び食品関連事業者が容易に理解でき、かつ、短い栄養成分の機能表示を設定すべき。」の観点を重視する。

# 見直し原案について、「分かりやすい」と回答した者の割合

栄養成分の機能表示の文言	分かりやすいと回答した者の割合（％）※	対象となる成分
骨や歯を作るのに必要な栄養素	84.2	カルシウム、 <del>マグネシウム</del>
骨を作るのを助ける栄養素	83.3	ビタミンD、ビタミンK
<del>骨や歯を作るのを助ける栄養素</del>	82.9	<del>マグネシウム</del>
血圧を正常に保つのを助ける栄養素	78.9	カリウム
エネルギーを作るのを助ける栄養素	72.2	<del>銅</del> 、マグネシウム、ナイアシン、パントテン酸、ビタミンB <sub>1</sub> 、ビタミンB <sub>2</sub>
赤血球を作るのを助ける栄養素	69.6	銅、ビタミンB <sub>12</sub> 、葉酸
血液循環を正常に保つのを助ける栄養素	68.3	マグネシウム
たんぱく質からエネルギーを作るのを助ける栄養素	67.0	ビタミンB <sub>6</sub>
胎児の正常な発育を助ける栄養素	66.8	葉酸
味覚を正常に保つのを助ける栄養素	63.5	亜鉛
皮膚や粘膜、骨、血管のコラーゲン合成を助ける栄養素	63.2	ビタミンC
暗所での視力を正常に保つのを助ける栄養素	61.5	ビタミンA
腸管での鉄の吸収を助ける栄養素	58.8	ビタミンC
血液凝固を正常に保つのを助ける栄養素	55.6	ビタミンK
腸管でのカルシウムやリンの吸収を助ける栄養素	50.3	ビタミンD
たんぱく質や核酸の代謝を助ける栄養素	49.3	亜鉛
抗酸化作用により、細胞を酸化障害から保護するのを助ける栄養素	38.8	ビタミンC、ビタミンE

青字は、第1回検討会で修正の合意が得られたもの。

※ 令和5年度「栄養機能食品における栄養成分の機能表示の見直しに係る調査」（消費者庁）において、「下記それぞれの説明文が分かりやすいと思いますか。」という問いに対して、「とても分かりやすい」及び「分かりやすい」と回答した者の合計。

# 栄養機能食品における栄養成分の機能表示の文言の見直し原案 1/2

栄養成分	栄養成分の機能	
	現行	見直し原案
n-3系脂肪酸	n-3系脂肪酸は、皮膚の健康維持を助ける栄養素です。	n-3系脂肪酸は、皮膚の健康維持を助ける栄養素のひとつです。
亜鉛	亜鉛は、味覚を正常に保つのに必要な栄養素です。 亜鉛は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。 亜鉛は、たんぱく質・核酸の代謝に関与して、健康の維持に役立つ栄養素です。	亜鉛は、味覚を正常に保つのを助ける栄養素のひとつです。 亜鉛は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素のひとつです。 <b>亜鉛は、たんぱく質や核酸の代謝を助ける栄養素です。</b>
カリウム	カリウムは、正常な血圧を保つのに必要な栄養素です。	カリウムは、血圧を正常に保つのを助ける栄養素です。
カルシウム	カルシウムは、骨や歯の形成に必要な栄養素です。	カルシウムは、骨や歯を作るのに必要な栄養素のひとつです。
鉄	鉄は、赤血球を作るのに必要な栄養素です。	鉄は、赤血球を作るのに必要な栄養素のひとつです。
銅	銅は、赤血球の形成を助ける栄養素です。 銅は、多くの体内酵素の正常な働きと骨の形成を助ける栄養素です。	銅は、赤血球を作るのを助ける栄養素のひとつです。
マグネシウム	マグネシウムは、骨や歯の形成に必要な栄養素です。 マグネシウムは、多くの体内酵素の正常な働きとエネルギー産生を助けるとともに、血液循環を正常に保つのに必要な栄養素です。	マグネシウムは、骨や歯を作るのに必要な栄養素のひとつです。 マグネシウムは、エネルギーを作るのを助ける栄養素のひとつです。 マグネシウムは、血液循環を正常に保つのを助ける栄養素のひとつです。
ナイアシン	ナイアシンは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。	ナイアシンは、エネルギーを作るのを助ける栄養素のひとつです。 ナイアシンは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素のひとつです。
パントテン酸	パントテン酸は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。	パントテン酸は、エネルギーを作るのを助ける栄養素のひとつです。
ビオチン	ビオチンは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。	ビオチンは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素のひとつです。

※ 赤字：第2回検討会で修正を検討するもの。

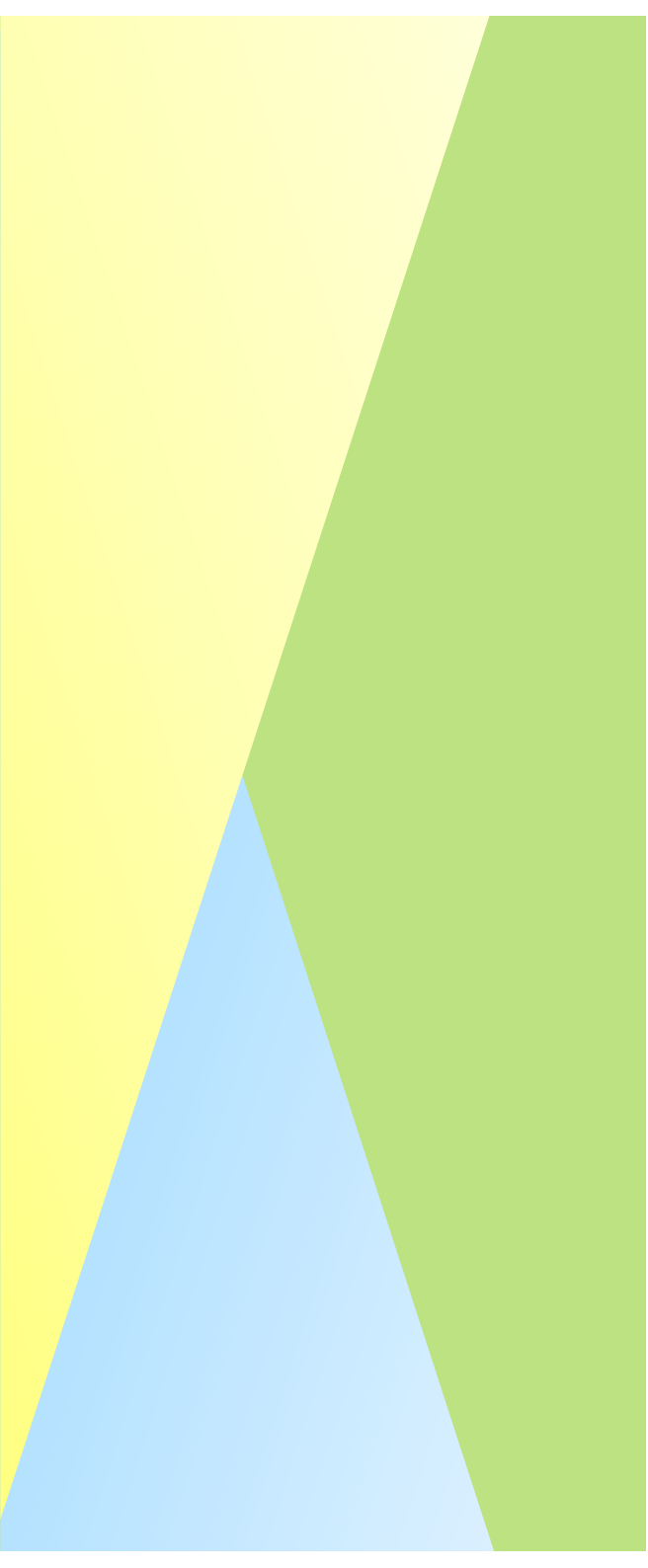
# 栄養機能食品における栄養成分の機能表示の文言の見直し原案 2/2

栄養成分	栄養成分の機能	
	現行	見直し原案
ビタミンA	ビタミンAは、夜間の視力の維持を助ける栄養素です。 ビタミンAは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。	ビタミンAは、暗所での視力を正常に保つのを助ける栄養素です。 ビタミンAは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素のひとつです。
ビタミンB <sub>1</sub>	ビタミンB <sub>1</sub> は、炭水化物からのエネルギー産生と皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。	ビタミンB <sub>1</sub> は、エネルギーを作るのを助ける栄養素のひとつです。
ビタミンB <sub>2</sub>	ビタミンB <sub>2</sub> は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。	ビタミンB <sub>2</sub> は、エネルギーを作るのを助ける栄養素のひとつです。 ビタミンB <sub>2</sub> は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素のひとつです。
ビタミンB <sub>6</sub>	ビタミンB <sub>6</sub> は、たんぱく質からのエネルギーの産生と皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。	ビタミンB <sub>6</sub> は、たんぱく質からエネルギーを作るのを助ける栄養素です。 ビタミンB <sub>6</sub> は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素のひとつです。
ビタミンB <sub>12</sub>	ビタミンB <sub>12</sub> は、赤血球の形成を助ける栄養素です。	ビタミンB <sub>12</sub> は、赤血球を作るのを助ける栄養素のひとつです。
ビタミンC	ビタミンCは、皮膚や粘膜の健康維持を助けるとともに、抗酸化作用を持つ栄養素です。	ビタミンCは、抗酸化作用により、細胞を酸化障害から保護するのを助ける栄養素のひとつです。 ビタミンCは、皮膚や粘膜、骨、血管のコラーゲン合成を助ける栄養素です。 ビタミンCは、腸管での鉄の吸収を助ける栄養素です。
ビタミンD	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す。	ビタミンDは、腸管でのカルシウムやリンの吸収を助ける栄養素です。 ビタミンDは、骨を作るのを助ける栄養素のひとつです。
ビタミンE	ビタミンEは、抗酸化作用により、体内の脂質を酸化から守り、細胞の健康維持を助ける栄養素です。	ビタミンEは、抗酸化作用により、細胞を酸化障害から保護するのを助ける栄養素のひとつです。
ビタミンK	ビタミンKは、正常な血液凝固能を維持する栄養素です。	ビタミンKは、骨を作るのを助ける栄養素のひとつです。 ビタミンKは、血液凝固を正常に保つのを助ける栄養素です。
葉酸	葉酸は、赤血球の形成を助ける栄養素です。 葉酸は、胎児の正常な発育に寄与する栄養素です。	葉酸は、赤血球を作るのを助ける栄養素のひとつです。 葉酸は、胎児の正常な発育を助ける栄養素です。

※ 赤字：第2回検討会で修正を検討するもの。

- 栄養成分の機能の文言について、消費者の認識等に関する調査の結果を踏まえ、見直し原案の採用の可否を検討。
  - 見直し原案を採用するもの
  - 見直し原案の修正を検討するもの
  - 見直し原案の修正
- 栄養成分の機能の文言における文末表現についての検討。
  - 栄養成分によっては、現行の「栄養素です。」を「栄養素のひとつです。」と改める。





# 栄養成分の機能の文言における 見直し原案の修正について

# 見直し原案の修正を検討するもの

栄養成分の機能表示の文言の見直し原案	分かりやすいと回答した者の割合 (%) ※	対象となる成分	(事務局案) 対応方針①or②
腸管での鉄の吸収を助ける栄養素	58.8	ビタミンC	対応方針②
血液凝固を正常に保つのを助ける栄養素	55.6	ビタミンK	対応方針②
腸管でのカルシウムやリンの吸収を助ける栄養素	50.3	ビタミンD	対応方針②
たんぱく質や核酸の代謝を助ける栄養素	49.3	亜鉛	対応方針②
抗酸化作用により、細胞を酸化障害から保護するのを助ける栄養素	38.8	ビタミンC、ビタミンE	対応方針②

※ 令和5年度「栄養機能食品における栄養成分の機能表示の見直しに係る調査」（消費者庁）において、「下記それぞれの説明文が分かりやすいと思いますか。」という問に対して、「とても分かりやすい」及び「分かりやすい」と回答した者の合計。

# 「腸管での鉄の吸収を助ける栄養素」(ビタミンC)の修正案

## 修正案

## 鉄の吸収を助ける栄養素

### 【検討事項】

- 他の機能の文言において、栄養素が作用する場所は示していないため、「腸管」は不要ではないか。

栄養成分の機能表示の文言の見直し原案	分かりやすいと回答した者の割合 (%) ※1	対象となる成分	(事務局案) 対応方針①or②
腸管での鉄の吸収を助ける栄養素	58.8	ビタミンC ※2	対応方針②

※1 令和5年度「栄養機能食品における栄養成分の機能表示の見直しに係る調査」(消費者庁)において、「下記それぞれの説明文が分かりやすいと思いますか。」という問に対して、「とても分かりやすい」及び「分かりやすい」と回答した者の合計。

※2 ビタミンCにおける鉄の吸収に関する機能は新設の文言であり、現行にはない。

# 「血液凝固を正常に保つのを助ける栄養素」（ビタミンK）の修正案

## 修正案

## 血液凝固を助ける栄養素

### 【検討事項】

- 「血液凝固を正常に保つ」という表現が分かりにくいのではないか。「血液凝固を助ける」の文言で機能の説明は十分ではないか。
- 「血液凝固」という用語以上に簡潔な用語はないと考えられるため、「血液凝固」はそのままとしてはどうか。

栄養成分の機能表示の文言の見直し原案	分かりやすいと回答した者の割合 (%) ※	対象となる成分	(事務局案) 対応方針①or②
血液凝固を正常に保つのを助ける栄養素	55.6	ビタミンK	対応方針②

### (参考)

栄養成分の機能表示の文言（現行）	分かりやすいと回答した者の割合 (%) ※	対象となる成分
正常な血液凝固能を維持する栄養素	57.7	ビタミンK

※ 令和5年度「栄養機能食品における栄養成分の機能表示の見直しに係る調査」（消費者庁）において、「下記それぞれの説明文が分かりやすいと思いますか。」という問に対して、「とても分かりやすい」及び「分かりやすい」と回答した者の合計。

# 「腸管でのカルシウムやリンの吸収を助ける栄養素」（ビタミンD）の修正案

## 修正案

## カルシウムの吸収を助ける栄養素

### 【検討事項】

- 他の機能の文言において、栄養素が作用する場所は示していないため、「腸管」は不要ではないか。
- 現行と見直し原案の違いは「リン」の有無である。「リン」という用語が文言を分かりにくくしているのではないか。リンの記載は不要ではないか※1。

※1 リンは、加工食品などでは食品添加物として使用されているが、その量は不明であり、摂取量に対する食品添加物等の寄与率も不明である。  
また、リンは、多くの食品に含まれており、通常の食事では不足や欠乏することはない。

栄養成分の機能表示の文言の見直し原案	分かりやすいと回答した者の割合（％）※2	対象となる成分	（事務局案） 対応方針①or②
腸管でのカルシウムやリンの吸収を助ける栄養素	50.3	ビタミンD	対応方針②

### （参考）

栄養成分の機能表示の文言（現行）	分かりやすいと回答した者の割合（％）※2	対象となる成分
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	61.7	ビタミンD

※2 令和5年度「栄養機能食品における栄養成分の機能表示の見直しに係る調査」（消費者庁）において、「下記それぞれの説明文が分かりやすいと思いますか。」という問に対して、「とても分かりやすい」及び「分かりやすい」と回答した者の合計。

# 「たんぱく質や核酸の代謝を助ける栄養素」（亜鉛）の修正案

## 修正案

## 削除

### 【検討事項】

- 「たんぱく質や核酸の代謝を助ける」機能の結果として、「皮膚や粘膜の健康維持を助ける」機能がある。「たんぱく質や核酸の代謝を助ける」機能は、「皮膚や粘膜の健康維持を助ける」機能に至る途中の機能である※<sup>1</sup>ため、文言から削除してはどうか。

※<sup>1</sup> 令和7年度第1回栄養機能食品に関する検討会での吉田参考人の御発言。

栄養成分の機能表示の文言の見直し原案	分かりやすいと回答した者の割合 (%) ※ <sup>2</sup>	対象となる成分	(事務局案) 対応方針①or②
たんぱく質や核酸の代謝を助ける栄養素	49.3	亜鉛	対応方針②

### (参考)

栄養成分の機能表示の文言（現行）	分かりやすいと回答した者の割合 (%) ※ <sup>2</sup>	対象となる成分
たんぱく質・核酸の代謝に関与して、健康の維持に役立つ栄養素	44.5	亜鉛

※<sup>2</sup> 令和5年度「栄養機能食品における栄養成分の機能表示の見直しに係る調査」（消費者庁）において、「下記それぞれの説明文が分かりやすいと思いますか。」という問に対して、「とても分かりやすい」及び「分かりやすい」と回答した者の合計。

修正案

抗酸化作用により細胞を保護するのを助ける栄養素

【検討事項】

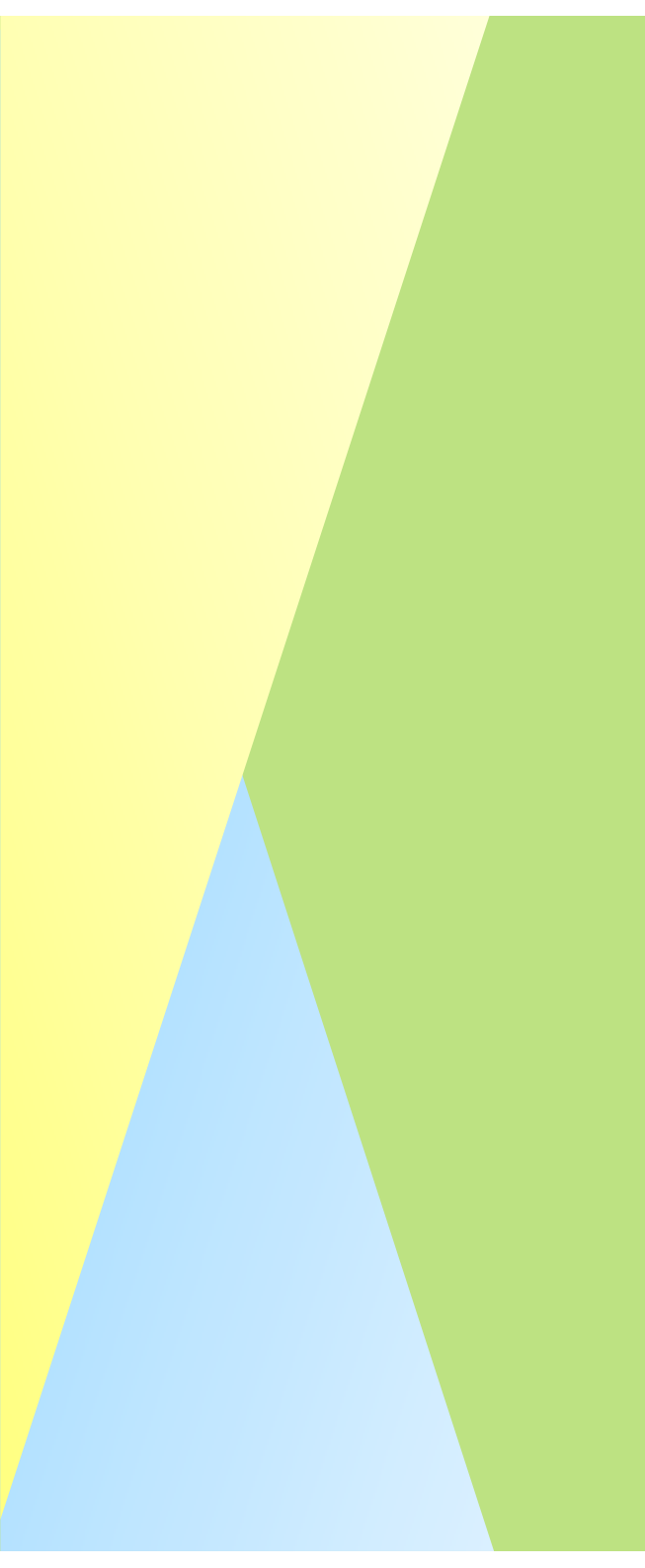
- 「酸化障害」という用語が文言を分かりにくくしているのではないか。
- 「抗酸化作用により」という前段の説明があるため、「酸化障害から」は不要ではないか。

栄養成分の機能表示の文言の見直し原案	分かりやすいと回答した者の割合 (%) ※	対象となる成分	(事務局案) 対応方針①or②
抗酸化作用により、細胞を酸化障害から保護するのを助ける栄養素	38.8	ビタミンC、ビタミンE	対応方針②

(参考)

栄養成分の機能表示の文言（現行）	分かりやすいと回答した者の割合 (%) ※	対象となる成分
皮膚や粘膜の健康維持を助けるとともに、抗酸化作用を持つ栄養素	49.8	ビタミンC
抗酸化作用により、体内の脂質を酸化から守り、細胞の健康維持を助ける栄養素	45.1	ビタミンE

※ 令和5年度「栄養機能食品における栄養成分の機能表示の見直しに係る調査」（消費者庁）において、「下記それぞれの説明文が分かりやすいと思いますか。」という問に対して、「とても分かりやすい」及び「分かりやすい」と回答した者の合計。



# 栄養成分の機能の文言における 文末表現について



# 令和5年度 栄養機能食品における栄養成分の機能表示の見直しに係る調査事業

## 栄養成分の機能表示の見直しに係る類型 1/2

栄養機能食品における栄養成分の機能表示の見直し原案の作成に当たっては、令和3年度調査事業の見直し方針のうち、日本人の食事摂取基準に基づく見直し方針を踏まえ、(1)～(3)の類型に整理した。作成した見直し原案について、令和5年度に消費者の認識等に関するアンケート調査を実施した。

### (1) 現行の栄養成分の機能表示の文言の根拠となり得る記載が、日本人の食事摂取基準（2020年版）にあるもの

ア 日本人の食事摂取基準（2020年版）の記載内容が①栄養成分の欠乏による症状を回避するもの又は②疾病の予防であるもの（生活習慣病の発症予防を含む）以外のものは、現行の栄養成分の機能表示の文言から見直し原案を作成することとした。

イ 原則、日本人の食事摂取基準（2020年版）の記載内容が①栄養成分の欠乏による症状を回避するもの又は②疾病の予防であるもの（生活習慣病の発症予防を含む）は、現行の栄養成分の機能表示の文言を削除することとした。ただし、疾患名や疾病リスク低減等の表現を含まないことを確認できるものは、現行の栄養成分の機能表示の文言から見直し原案を作成することとした。

### (2) 現行の栄養成分の機能表示の文言にはないが、日本人の食事摂取基準（2020年版）に根拠となり得る記載があるもの

ア 日本人の食事摂取基準（2020年版）の記載内容が①栄養成分の欠乏による症状を回避するもの又は②疾病の予防であるもの（生活習慣病の発症予防を含む）以外のものは、新規の栄養成分の機能表示の文言の原案を作成することとした。

イ 日本人の食事摂取基準（2020年版）の記載内容が①栄養成分の欠乏による症状を回避するもの又は②疾病の予防であるもの（生活習慣病の発症予防を含む）の可能性のあるものは、栄養成分の機能表示の対象外である。

# 令和5年度 栄養機能食品における栄養成分の機能表示の見直しに係る調査事業

## 栄養成分の機能表示の見直しに係る類型 2/2

### (3) 現行の栄養成分の機能表示の文言の根拠となり得る記載が、日本人の食事摂取基準（2020年版）にないもの

原則、現行の栄養成分の機能表示の文言を削除することとした。ただし、参考文献等において、根拠となり得る記載が複数確認できるものは、現行の栄養成分の機能表示の文言から見直し原案を作成することとした。

#### ● 栄養成分の機能表示の文末表現の再整理

現行の栄養成分の機能表示の文末表現については、「～を助ける栄養素です。」や「～に必要な栄養素です。」等、複数の文末表現が存在している。

「栄養成分の機能表示等に関する調査・検討事業」の栄養成分表示の見直し方針のうち、栄養成分の機能表示の文末表現の整理に基づき、文末表現を統一し、消費者及び食品関連事業者に当該機能を持つ栄養成分のひとつである旨を分かりやすく伝えるため、現行の「栄養素です。」を「栄養素のひとつです。」と改めた。

ただし、栄養機能食品に該当する栄養素のうち、ある機能を有する栄養成分がひとつのみである場合に限り、文末表現を「栄養素です。」と整理することとした。

※日本人の食事摂取基準の記載における2020年版と2025年版の相違の有無については、事務局において確認している。

## 見直し原案における文末表現について（n-3系脂肪酸・ミネラル）

- 文末を「栄養素です。」としている文言は、各栄養成分における特徴的な機能であるといえる。
- 栄養機能食品に該当する栄養素のうち、ある機能を有する栄養成分がひとつのみである場合に限り、文末表現を「栄養素です。」と整理する観点を踏まえると、「亜鉛」の味覚に関する機能の文言及び「鉄」の機能の文言は、「栄養素です。」が適切ではないか。
- このほかの文末表現は、見直し原案のとおりとしてはどうか。

栄養成分	見直し原案（修正案反映版）
n-3系脂肪酸	n-3系脂肪酸は、皮膚の健康維持を助ける栄養素のひとつです。
亜鉛	亜鉛は、味覚を正常に保つのを助ける <b>栄養素のひとつです</b> 。 亜鉛は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素のひとつです。
カリウム	カリウムは、血圧を正常に保つのを助ける <b>栄養素です</b> 。
カルシウム	カルシウムは、骨や歯を作るのに必要な栄養素のひとつです。
鉄	鉄は、赤血球を作るのに必要な <b>栄養素のひとつです</b> 。
銅	銅は、赤血球を作るのを助ける栄養素のひとつです。
マグネシウム	マグネシウムは、骨や歯を作るのに必要な栄養素のひとつです。 マグネシウムは、エネルギーを作るのを助ける栄養素のひとつです。 マグネシウムは、血液循環を正常に保つのを助ける栄養素のひとつです。

※ 黄色マーカー：文末が「栄養素のひとつです。」ではなく、「栄養素です。」であるもの。赤字：修正を検討するもの。

## 見直し原案における文末表現について（ビタミン）

- 文末を「栄養素です。」としている文言は、各栄養成分における特徴的な機能であるといえる。
- 文末表現は、見直し原案のとおりとしてはどうか。

栄養成分	見直し原案（修正案反映版）
ナイアシン	ナイアシンは、エネルギーを作るのを助ける栄養素のひとつです。 ナイアシンは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素のひとつです。
パントテン酸	パントテン酸は、エネルギーを作るのを助ける栄養素のひとつです。
ビオチン	ビオチンは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素のひとつです。
ビタミンA	ビタミンAは、暗所での視力を正常に保つのを助ける栄養素です。 ビタミンAは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素のひとつです。
ビタミンB <sub>1</sub>	ビタミンB <sub>1</sub> は、エネルギーを作るのを助ける栄養素のひとつです。
ビタミンB <sub>2</sub>	ビタミンB <sub>2</sub> は、エネルギーを作るのを助ける栄養素のひとつです。 ビタミンB <sub>2</sub> は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素のひとつです。
ビタミンB <sub>6</sub>	ビタミンB <sub>6</sub> は、たんぱく質からエネルギーを作るのを助ける栄養素です。 ビタミンB <sub>6</sub> は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素のひとつです。
ビタミンB <sub>12</sub>	ビタミンB <sub>12</sub> は、赤血球を作るのを助ける栄養素のひとつです。
ビタミンC	ビタミンCは、抗酸化作用により細胞を保護するのを助ける栄養素のひとつです。 ビタミンCは、皮膚や粘膜、骨、血管のコラーゲン合成を助ける栄養素です。 ビタミンCは、鉄の吸収を助ける栄養素です。
ビタミンD	ビタミンDは、カルシウムの吸収を助ける栄養素です。 ビタミンDは、骨を作るのを助ける栄養素のひとつです。
ビタミンE	ビタミンEは、抗酸化作用により細胞を保護するのを助ける栄養素のひとつです。
ビタミンK	ビタミンKは、骨を作るのを助ける栄養素のひとつです。 ビタミンKは、血液凝固を助ける栄養素です。
葉酸	葉酸は、赤血球を作るのを助ける栄養素のひとつです。 葉酸は、胎児の正常な発育を助ける栄養素です。

※ 黄色マーカー：文末が「栄養素のひとつです。」ではなく、「栄養素です。」であるもの。

## 栄養成分の機能の文言の改正案（n-3系脂肪酸・ミネラル）

栄養成分	改正（案）
n-3系脂肪酸	n-3系脂肪酸は、皮膚の健康維持を助ける栄養素のひとつです。
亜鉛	亜鉛は、味覚を正常に保つのを助ける栄養素です。 亜鉛は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素のひとつです。
カリウム	カリウムは、血圧を正常に保つのを助ける栄養素です。
カルシウム	カルシウムは、骨や歯を作るのに必要な栄養素のひとつです。
鉄	鉄は、赤血球を作るのに必要な栄養素です。
銅	銅は、赤血球を作るのを助ける栄養素のひとつです。
マグネシウム	マグネシウムは、骨や歯を作るのに必要な栄養素のひとつです。 マグネシウムは、エネルギーを作るのを助ける栄養素のひとつです。 マグネシウムは、血液循環を正常に保つのを助ける栄養素のひとつです。



## 栄養成分の機能の文言の改正案（ビタミン）

栄養成分	改正（案）
ナイアシン	ナイアシンは、エネルギーを作るのを助ける栄養素のひとつです。 ナイアシンは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素のひとつです。
パントテン酸	パントテン酸は、エネルギーを作るのを助ける栄養素のひとつです。
ビオチン	ビオチンは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素のひとつです。
ビタミンA	ビタミンAは、暗所での視力を正常に保つのを助ける栄養素です。 ビタミンAは、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素のひとつです。
ビタミンB <sub>1</sub>	ビタミンB <sub>1</sub> は、エネルギーを作るのを助ける栄養素のひとつです。
ビタミンB <sub>2</sub>	ビタミンB <sub>2</sub> は、エネルギーを作るのを助ける栄養素のひとつです。 ビタミンB <sub>2</sub> は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素のひとつです。
ビタミンB <sub>6</sub>	ビタミンB <sub>6</sub> は、たんぱく質からエネルギーを作るのを助ける栄養素です。 ビタミンB <sub>6</sub> は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素のひとつです。
ビタミンB <sub>12</sub>	ビタミンB <sub>12</sub> は、赤血球を作るのを助ける栄養素のひとつです。
ビタミンC	ビタミンCは、抗酸化作用により細胞を保護するのを助ける栄養素のひとつです。 ビタミンCは、皮膚や粘膜、骨、血管のコラーゲン合成を助ける栄養素です。 ビタミンCは、鉄の吸収を助ける栄養素です。
ビタミンD	ビタミンDは、カルシウムの吸収を助ける栄養素です。 ビタミンDは、骨を作るのを助ける栄養素のひとつです。
ビタミンE	ビタミンEは、抗酸化作用により細胞を保護するのを助ける栄養素のひとつです。
ビタミンK	ビタミンKは、骨を作るのを助ける栄養素のひとつです。 ビタミンKは、 <b>正常な</b> 血液凝固を助ける栄養素です。
葉酸	葉酸は、赤血球を作るのを助ける栄養素のひとつです。 葉酸は、胎児の正常な発育を助ける栄養素です。