食品安全オンラインセミナー

2026年10月29日

管理栄養士・栄養士の観点からのリスクコミュニケーションの重要性

科学的根拠を生活者の理解と判断につなぐ

公益社団法人
日本栄養士会

阿部 絹子

公益社団法人日本栄養士会　常務理事

Copyright © The Japan Dietetic Association. All rights reserved.

食品安全について相談される管理栄養士・栄養士

「これ、大丈夫ですか？」とたずねられる場面は、日々の業務の中にあります

医療・福祉

健康食品と薬の併用
体調への影響

学校・給食

食物アレルギー
食品衛生・食品表示

地域・健康支援

健康食品・SNS情報
食品表示の見方

管理栄養士・栄養士は、生活者の不安や疑問を
科学的な情報につなぐ身近な相談相手です

リスクコミュニケーションとは

関係者が情報と意見を交換し、**相互理解**を深める取組です

1 科学的知見

リスク評価
安全性に関する情報

客観的な知見を共有

2 生活者の視点

不安・疑問
経験・生活背景

受け止め方を伝える

3 関係者の対応

行政・事業者
専門職による支援

対応や支援を検討

一方的な説明にとどめず、双方向のやり取りを重ねます

出典：食品安全委員会「用語集検索（リスクコミュニケーション）」を基に作成
https://www.fsc.go.jp/yougoshu/kensaku_comu.html

情報があっても適切な判断につながるとは限らない

情報は、受け手の状況によって受け止め方が変わります

情報が多い

専門用語や数字が多く
要点をつかみにくい

不安が強い

印象的な情報や
体験談に影響される

自分に当てはめにくい

健康状態や生活条件が
一人ひとり異なる

情報が「ある」ことと、適切な判断が「できる」ことには隔たりがあります

参考：日本医師会「2024年度・2025年度 健康食品安全対策委員会報告書」（2026年6月）
https://www.med.or.jp/nichiionline/assets/news/pdf/20260920_kenko.pdf

科学的根拠を生活に結びつける

科学的根拠は、生活者の状況と結びついて初めて**判断材料**になります

情報を得る → 不安・迷い → 自分の状況と照らし合わせる → 納得して選ぶ

健康状態・服薬・食生活・価値観を確認

管理栄養士・栄養士は、科学的情報を**日々の暮らしに翻訳**します

「これ、大丈夫？」と聞かれたとき

すぐに結論を示す前に、相手が何を心配しているかを確かめます

① 不安や疑問を聴く

② 判断したいことを整理する

③ 信頼できる情報を確認する

→ **納得した判断**

本人が納得して選べるよう、**情報と選択肢**を整えます

具体例：健康食品をめぐる相談

利用の目的と本人の状況を確かめ、食生活の中で考えます

健康状態・服薬

疾病・薬との相互作用
妊娠・授乳など

健康食品の利用

表示・成分・目安量
注意事項を確認

食生活・利用目的

栄養のバランス
期待する効果

健康食品は食生活を基本に、安全性と必要性を確かめて活用します

出典：食品安全委員会「いわゆる『健康食品』に関するメッセージ」
https://www.fsc.go.jp/osirase/kenkosyokuhin.data/kenkosyokuhin_message.pdf

健康食品の利用時の確認事項

表示を確認し、利用中の変化を見守り、異変時の対応につなげます

利用前

目的・対象者を確認

表示内容・成分
摂取目安量
服薬・疾病を確認

利用中

使い方を確認

製品名、摂取量
頻度・体調の変化を記録

異変時

速やかに対応

摂取を中止し、
医師等へ相談して
製品情報を共有

体調の変化を具体的に確認し、必要時に医療につなぎます

出典：食品安全委員会「いわゆる『健康食品』に関するメッセージ」（メッセージ⑩～⑲）
https://www.fsc.go.jp/osirase/kenkosyokuhin.data/kenkosyokuhin_message.pdf
参考：厚生労働省「健康食品の正しい利用法」
https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11130500-Shokuhinanzenbu/0000113706.pdf

安全性と専門職連携

健康食品の利用状況と体調変化を共有し、必要な支援につなげます

生活者

利用目的・製品名
摂取量・体調変化

管理栄養士
栄養士

情報を整理し
生活背景を確認

医師・薬剤師
保健所

診療・服薬の確認
健康被害情報の共有

相談を一人で抱えず、専門職と関係機関が連携して安全を守ります

出典：厚生労働省「いわゆる『健康食品』・無承認無許可医薬品健康被害防止対応要領」（最終改正：令和8年1月5日）
https://www.mhlw.go.jp/content/001625910.pdf
参考：消費者庁「健康食品（一般の方向け）」
https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_safety/food_safety/food_safety_portal/health_food/

信頼できる情報を活用する

情報源と目的を確かめ、相談内容に合う情報を選びます

食品安全委員会

リスク評価
ハザード解説・Q&A

消費者庁

食品表示制度
食品リコール
注意喚起情報

厚生労働省・自治体

食中毒・健康被害情報
保健所等の相談窓口

確認する情報

評価結果

表示・リコール情報

食中毒・健康被害情報

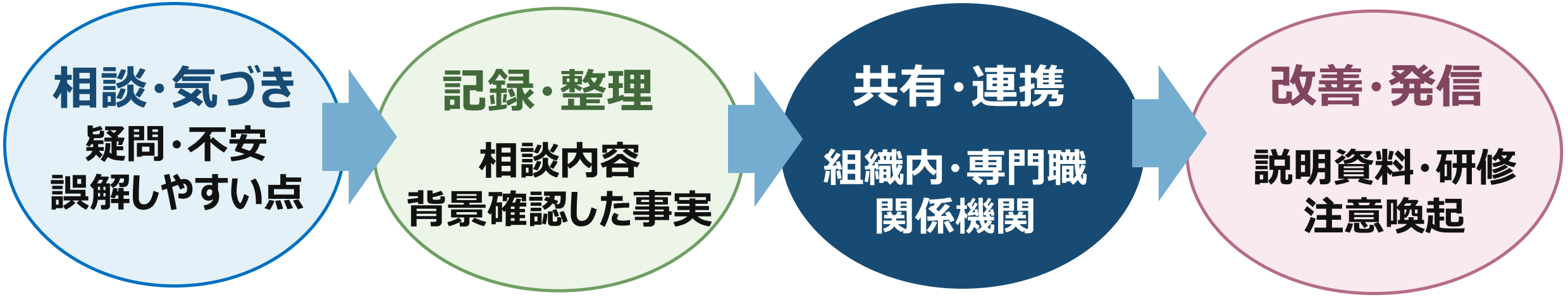
相談窓口

公的機関の情報を、相手の疑問に合わせて分かりやすく伝えます

食品安全委員会「リスク評価」 https://www.fsc.go.jp/hyouka/
食品安全委員会「ハザード（危害要因）についての解説／Q&A、食中毒情報など」
https://www.fsc.go.jp/sonota/hazard_kaisetsu.html
消費者庁「食品表示」 https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/
消費者庁「食品表示リコール情報及び違反情報サイト」 https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/food_labeling_recall/
厚生労働省「食中毒」 https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryou/shokuhin/syokuchu/index.html

対話を次の情報提供に生かす

相談で見えた疑問やつまずきを、情報提供と支援の改善につなげます



生活者の反応を取組へ返す

対話で得た声を次の情報提供と支援へ反映し、理解を深めます

科学的根拠を、生活者の理解・判断・行動につなげるために

1 **対話から始める**

不安や疑問、生活背景を受け止め、知りたいこと・判断したいことを整理します

2 **信頼できる情報を確かめる**

相談テーマに応じて、公的機関の情報を確認し、分かりやすく伝えます

3 **判断と行動を支える**

納得できる判断と行動を支え、必要に応じて関係機関につなげます

管理栄養士・栄養士は、科学的根拠を生活者の判断と行動につなぎます