

# 社会の変化とサプリメント

## 健康でいることが 社会貢献になる

1

近年、日本人の栄養状態は良好で、世界でもトップクラスの長寿国です。今後も、平均寿命は伸びていくでしょう。しかし問題は、超高齢化社会と、平均寿命と健康寿命（日常生活に制限のない期間）との差です。これが社会保障費を押し上げ、日本の財政破たんを招くと、多くの専門家が警鐘を鳴らしています。

平成25年度の国民医療費は40兆610億円、前年度に比べ8493億円の増加となり、一人当たりになると31万4700円。毎年、増加の一途をたどつて

います。このうち約3割を生活習慣病が占めています。また年齢別で見ると、65歳以上が57.7%、23兆円を超える医療費になっています（図①…年齢階級別医療費）。

団塊の世代が後期高齢者になる「2025年問題」では、医療費は54兆円に、介護費は20兆円に膨らむとされ、財源の確保や介護従事者の人手不足が大きな問題となっています。

政府は対策の一つとして「健康寿命の延伸」を掲げています。平均寿命と健康寿命の差は、「不健康な期間」です。この差を縮めることは、医療費や介護給付費など社会保障負担の軽減となります。そして何よりも、自立した健康な老後を送ることは、一人ひとりの幸福につながるというべきでしょう。

では、「寝たきり」や「要介護」にならないために、できることは何か。それは食事や運動、休養などの日々の生活習慣のコントロールなのです。言葉にすれば簡単なことですが、実践するには少なからず個々人の意志と適正な知識がなければなりません。

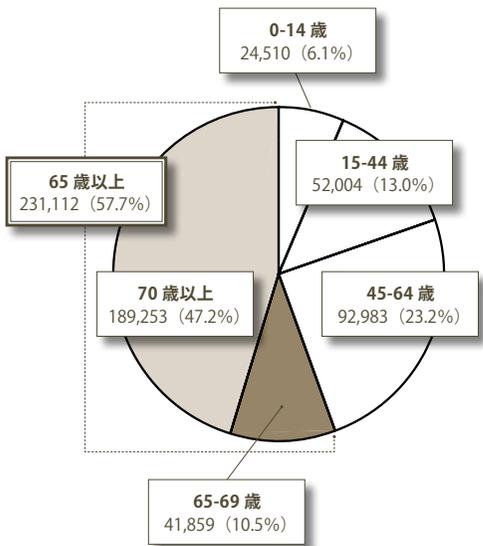
なく「予防」を重視した対策を行うべきだということになったのです。

そして1976年、上院に栄養問題特別委員会が設置され、国民の健康と栄養の関係を調査しました。それが『マクガバンレポート』です。レポートは、がんや心臓病、糖尿病などの現代病は、食事が原因の「食源病」であると結論しました。特に動物性脂肪の過剰摂取と、カルシウムや鉄、ビタミンA、B<sub>1</sub>、B<sub>6</sub>、C、Eの不足が深刻だと報告しています。

これにより食事が見直されるとともに、サプリメント（supplement）へのニーズが生まれたのです。サプリメントを直訳すると「補助するもの」「補完するもの」となります。つまり必要な栄養素は食事とるのが基本ですが、足りないものはサプリメントで補い、健康維持を心がけようというわけです。

やがて食品の機能性への関心の高まりは、健康政策として整えられていきます。その最初の一步となったのが、1990年に制定されたNLEA（栄養表示教育法）と、1994年に制定されたDSHEA（ダイエタリーサプリメント健康教育法）で、どちらも「教

図① 平成25年度：年齢階級別医療費  
資料／厚生労働省 (億円)



## 米国の法整備の神髄は 「健康教育」にある

2

米国では、1960年にアポロ計画が成功を収めた後、当時のニクソン大統領が巨額の前算を、がんの死亡率半減のための治療技術の向上に投じました。しかし一向に成果が上がらず、議論の末、「治療」では