



北海道認定



健康でいられる体づくりの食品

ヘルシーDo



北海道食品機能性表示制度のご案内



# 北海道から 「安全・安心・ おいしい」に 「健康」をプラス。

【認定マーク】



【ロゴ】



全国初！

「ヘルシー<sup>Do</sup>」とは、

「健康でいられる体づくりに関する科学的な研究」が  
行われた機能性素材を含む食品を、  
北海道が認定する制度です。

北海道は豊かな食の宝庫であり、

道内で生産・製造された食品は「安全・安心・おいしい」北海道ブランドとして国内外から認知されています。

そこに「健康」をプラスし、北海道ブランドの更なる向上を目指して、

全国初となる北海道独自の制度「北海道食品機能性表示制度(愛称:ヘルシーDo)」が誕生しました。

認定対象となるのは道産の機能性素材を含んだ道内で生産・製造された食品であり、

機能性素材について健康機能の確認試験(ヒト介入試験)が行われ、

その成果が査読付き論文として公開されていることが必要です。

ヒト介入試験が実施される際は、それに先立って倫理審査が行われ、被験者が摂取するために必要な食品としての安全性が確認されます。  
そして、複数の専門家による論文の査読により試験の意義や科学的な確かさが評価されます。

このヘルシーDoを「健康でいられる体づくりの食品」として、

道内で生産・製造される食品の新たな価値の創造にご活用ください。

共に北海道ブランドの更なる向上に取り組んでいきましょう。

コラム

## ～北海道フード・コンプレックス国際戦略総合特区～

北海道は2011年(平成23年)12月にその優位性を活かし、国が目標とする「食料自給率の向上」や「食品の輸出拡大」に貢献するため、内閣府から「北海道フード・コンプレックス国際戦略総合特区(略称:フード特区)」の指定を受けました。この特区制度を活用し、国と道が議論を重ね、付加価値率の向上、北海道バイオ産業の研究成果の活用、消費者への適切な情報提供を目的に、「北海道食品機能性表示制度(ヘルシーDo)」を施行しました。



# ヘルシーDoに含まれている機能性素材

ヘルシーDoに認定された商品に含まれる機能性素材には、以下のようなものがあります。  
これらの素材を規定量用いることでヘルシーDoに申請できますので、商品開発にご活用ください。  
なお、今後も研究が続けられ、新たな機能性素材の開発が期待されます。



**アカモク由来  
フコキサンチン**



フコキサンチンは食用海藻に多く含まれる成分で、特に水温が低い海域のアカモクに多く含まれます。アカモクは商業利用されてきませんでした。フコキサンチン含有量が高い北海道産のアカモクからオイルを抽出しました。

**アスパラガス擬葉**



アスパラガスの食用部分が伸びて茂った部分「擬葉」はルチンやサポニン、ビタミン等を豊富に含みます。収穫を終えたアスパラ畑一面に擬葉が生い茂る風景は北海道の夏の風物詩。その擬葉を乾燥粉末化した素材です。

**アスパラガス茎抽出物**



アスパラガスは収穫後に長さを揃えて出荷されますが、その際に生じる未利用資源の切り下部分を有効活用しました。北海道産のアスパラガスの切り下を酵素処理し、熱水抽出、濃縮して得られたエキスです。

**エイ由来コンドロイチン  
硫酸オリゴ糖**




北海道で水揚げされるガンギエイ(カスベ)の軟骨から抽出される高分子のコンドロイチン硫酸を北海道大学および北海道立総合研究機構と共同開発した新技術で腸管からの吸収性に優れた低分子にした素材です。

**ダットンソバ由来  
ルチン**




穀物ではソバのみに含有されるポリフェノールの一種。農研機構北海道農業研究センターで育成したダットンソバ品種「満天きらり」は従来品種と比べて苦みが弱く、加工食品にした場合に優れた低分子にした素材です。

**たもぎ茸濃縮エキス**




北海道の黄色いキノコ「たもぎ茸」から「エルムマッシュ291」という品種を北海道立総合研究機構林産試験場と食品メーカーが共同開発。これを熱水抽出し濃縮したエキスです。β-グルカン、エルゴチオネインなどを含有しています。

**たもぎ茸由来  
エルゴチオネイン**



エルゴチオネインは生体内に広く分布する親水性アミノ酸で、きのこ類のなかでも、特にヒラケ科の食用キノコ「たもぎ茸」に豊富に含まれます。体内で生合成されないため食事などから摂取する必要があります。

**担子菌培養抽出物**



キノコの、食用にする子実体ではなく菌糸体(キノコの根に相当する部分)を長期液体培養したエキス。キノコの多くに含まれるβ-グルカンのほか、特徴的なα-グルカンを含有しています。

**がごめコンブ由来  
食物繊維**



がごめ昆布は函館周辺を含む津軽海峡沿岸の限られた地域でしか採れない昆布。粘りが強く、とろろ昆布や松前漬けに加工され利用されています。粘りのもとになっている高分子の多糖類、フコイダンが主成分の食物繊維です。

**カズノコ由来  
DHA・EPA**




国内ニシン加工業の多くが北海道内に存在しています。ニシンの卵「カズノコ」は、DHA・EPAが豊富で、リン脂質結合型が多く吸収・代謝が速いのが特徴。誤解されがちですがプリン体は少ない健康食材です。

**クマザサ粉末**




北海道に自生するクマザサの一種である、天然・自生の「クマイザサ」を独自の技術で粉末化。クマイザサ由来ホロセルロースをはじめ食物繊維を豊富に含み、抹茶のような風味とまろやかな味わいが特徴です。

**サケ鼻軟骨由来  
非変性II型コラーゲン・  
プロテオグリカン**




北海道で水揚げされた鮭から鮮度を保つためその日のうちに鼻軟骨を採取・洗浄し抽出したものです。ヒトの関節軟骨の主成分である非変性II型コラーゲンを40%、非変性プロテオグリカンを30%含みます。

**チコリー根焙煎粉末**




葉の部分食用とするチコリーの根は未利用資源でした。水溶性食物繊維であるイヌリン(フルクタン)を豊富に含む根を乾燥焙煎した粉末です。古くからハーブとして使われ、コーヒーのように抽出して飲料として利用できます。

**テンサイ由来  
ラフィノース**




北海道産の甜菜(ビート)から分離精製された天然のオリゴ糖の一種。D-ガラクトース、D-グルコース、D-フルクトース各1分子から構成されます。甘味はショ糖の約20%、カロリーは約半分です。

**乳酸菌  
クレモリス菌FC株**




コーカサス地域の人々の長寿について調査した研究者が、現地のヨーグルトから分離・純粋培養し開発。独特の粘りと穏やかな酸味が特徴的なヨーグルトを産します。(学名: *Lactococcus lactis* subsp. *cremoris* FC)

**春採り昆布**



一般的に昆布は夏に収穫されますが、晩冬から春にかけて、若い昆布の間引きのために採取される昆布の若葉「春採り昆布」は柔らかい歯応えなので、豊富に含まれるフコキサンチンなどの成分を摂取しやすいのが特徴です。

**殺菌乳酸菌  
EC-12**




ヒト由来の乳酸菌EC-12(学名: *Enterococcus faecalis* EC-12)を独自の培養・処理技術により加熱殺菌処理し、高密度濃縮した乳酸菌素材。耐熱性に優れた品質が安定しているのが特徴です。

**植物性乳酸菌  
HOKKAIDO株®**



北海道立総合研究機構食品加工研究センターが北海道の農家が漬けた漬物(乳酸発酵)から分離した植物性乳酸菌(学名: *Lactiplantibacillus plantarum* HOKKAIDO)。生菌は酸やアルカリ、塩分に強く、生きて腸まで届きます。

**西洋カボチャ種子油**



道産西洋カボチャの加工の際に未利用資源として生じる種子を乾燥焙煎し圧搾した油。欧州ではペポカボチャ種子油が利用されていますが、西洋カボチャ種子油も同様に利用できることがわかっています。

**大豆イソフラボン**




イソフラボンはポリフェノールの一種でダイゼイン、ゲニステイン、グリシテインおよびその配糖体などの成分の総称です。北海道は大豆収穫量全国一位を誇り、日本の全収穫量の約3割を占めています。

**マイタケ  
「大雪華の舞」号**




温度・湿度・換気の管理が大変で安定生産が難しいマイタケの安定供給と食味向上を目的として北海道立総合研究機構林産試験場が開発した新品種。従来品種に比べて、食物繊維やβ-グルカンを多く含有しています。

**ライチ果実由来  
低分子化ポリフェノール**




ライチ果実から抽出したポリフェノールポリマーを低分子化した世界で初めてのポリフェノール素材です。一般的なポリフェノールは分子が大きいため摂取しても体へ吸収されにくいのに比べ、高い吸収率が期待されます。

**ライラック由来  
有胞子性乳酸菌**



札幌市の木として初夏を彩る「ライラック」の花から採取・単離した乳酸菌(学名: *Bacillus coagulans* lilac-01)です。食経験があり安全で、硬い殻に覆われているため、酸や熱に強いので胃酸や胆汁酸に負けることなく大腸まで生きて届きます。

**DFaIII(ダイフラクトース  
アンハイドライド III)**



チコリー由来のイヌリン(果糖の重合体)に微生物由来の果糖転移酵素を作用させて生成される、果糖二分子が環状に結合した難消化性の二糖類。砂糖の50%程度の甘味を有します。

**内在性酵素活性化  
ダットンソバ由来  
ケルセチン・ルチン**



ダットンそばを25°C、4時間保温熟成工程を経て内在性ルチン分解酵素を活性化させ、ルチンからケルセチンを生成させます。

**鹿角霊芝**



霊芝はサルノコシカケ科に属するキノコで和名は「マンネンタケ」。なかでも一定の生育条件で傘が開かず生じた希少価値が高い「鹿角霊芝」はβ-グルカンを豊富に含みます。

**青シソ葉エキス**




北海道の契約農家で栽培された青シソの葉を原料に、シソ独特の匂いや味を除去して、ルテオリン、アピゲニンなどのフラボノイドの配糖体やロスマリン酸などの活性成分を抽出した素材です。

**GABA(γ-アミノ酪酸)**



GABA(γ-アミノ酪酸)は米、野菜、茶、発酵食品、発芽玄米、漬物などにも含まれるアミノ酸の一種。機能性表示食品でも最も多く採用されている機能性関与成分です。

**大麦β-グルカン**

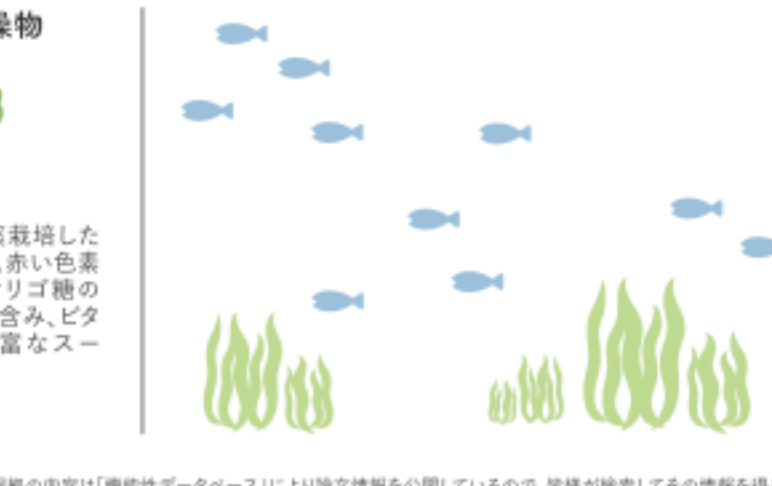


古くは古代エジプトやインド文明でも食されてきた大麦は不足しがちな食物繊維を多く含み、なかでも水溶性食物繊維であるβ-グルカンを多く含んでいます。

**赤ビーツ乾燥物**



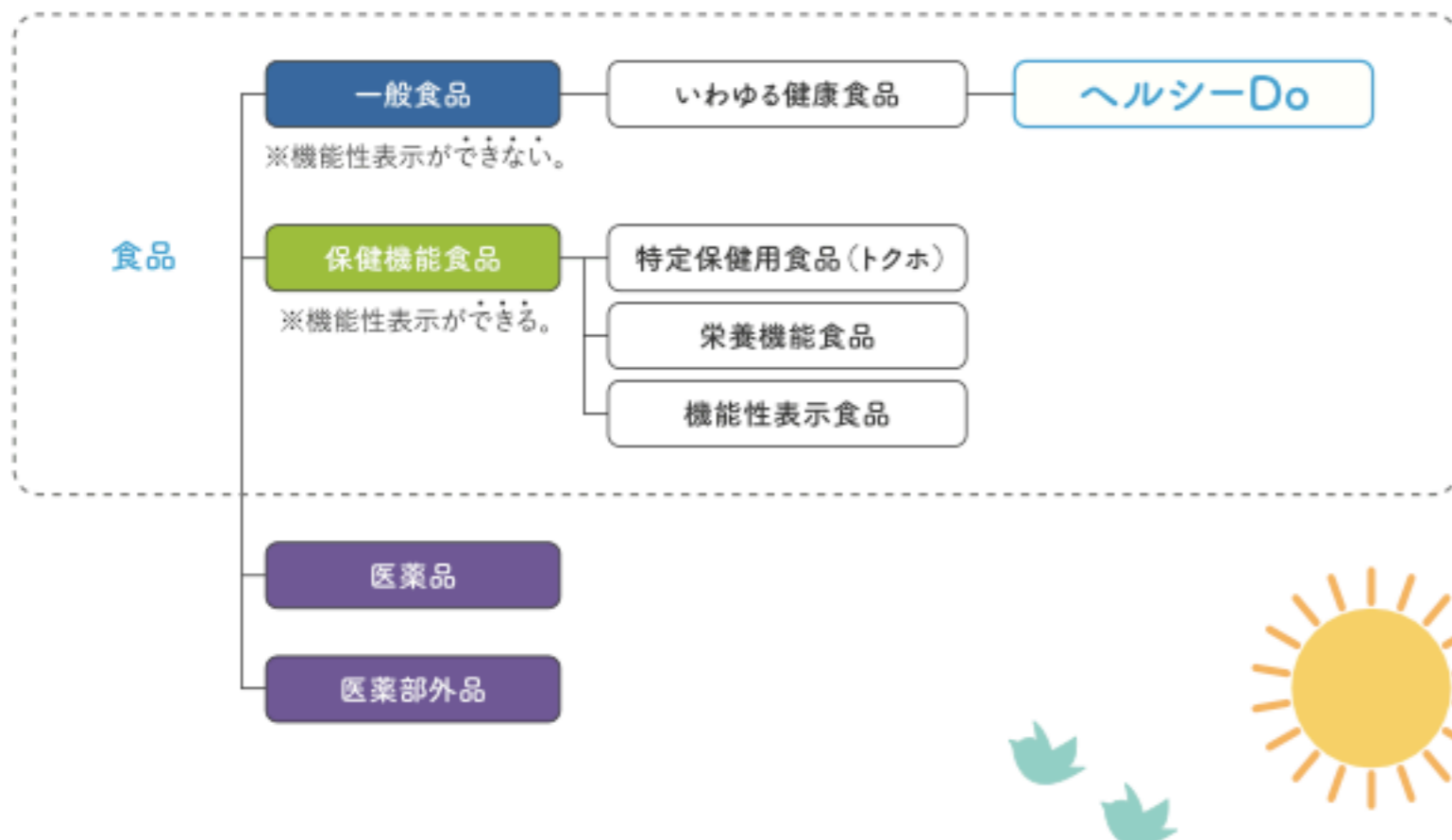
北海道内で無農薬栽培した赤ビーツの乾燥粉末。赤い色素の「ベタレイン」やオリゴ糖の「ラフィノース」などを含み、ビタミン、ミネラルも豊富なスーパーフードです。



※「HOKKAIDO株」は北海道立総合研究機構の登録商標です。

※健康機能の科学的根拠の内容は「機能性データベース」により論文情報を公開しているため、皆様が検索してその情報を得ることが可能です。

## ◆ 食品の機能性表示制度



## ◆ 食品機能性表示制度の特色

制度名	ヘルシーDo	特定保健用食品(トクホ)	機能性表示食品
表示マーク			なし
制度創設	2013年(平成25年)	1991年(平成3年)	2015年(平成27年)
運用	北海道(認定)	消費者庁(許可)	消費者庁(届出)
食品分類	一般食品	保健機能食品	
対象食品	食品全般 <small>※アルコール飲料ではないこと。</small>	食品全般 <small>※ナトリウム若しくは糖類等を過剰摂取させることとなるもの又はアルコール飲料ではないこと。</small>	食品全般 <small>※脂質、飽和脂肪酸、コレステロール、糖類の過剰な摂取につながるもの、アルコール飲料は除く。</small>
対象成分	単一成分または組成物	単一成分	直接・間接的に定量・定性確認が可能な成分(機能性関与成分)
科学的根拠	機能性素材でのヒト介入試験 <small>※査読付論文1報で可。</small>	最終製品でのヒト介入試験	①最終製品を対象とした臨床試験 ②最終製品または機能性関与成分に関する研究レビュー <small>※●と◎のいずれか。</small>
機能性の表示	不可  <small>(表示例) この商品に含まれる○○については、「健康でいられる体づくりに関する科学的な研究」が行われたことを北海道が認定したものです</small>	可能 <small>※保健用途に関して消費者庁が許可した表示(血圧・血糖値・脂肪関係等、保健用途は限定されている)。</small>  <small>(表示例) お腹の調子を整える 脂肪の吸収を抑える 食後の血糖値が気になる方に</small>	可能 <small>※身体特定の部位に言及した表示は可能。</small>  <small>(表示例) お腹の調子を整える 肝臓の働きを抑える 眼のピント調整機能をサポートする</small>

- 健康機能の科学的な根拠の内容は「機能性素材データベース」により論文情報を公開しているため、食品そのものに機能性の表示はしていませんが、消費者自らが検索しその情報を得ることが可能です。
- 一定の条件を満たせば、ヘルシーDoと機能性表示食品との併記も可能です。

## ◆ 申請書類

- 北海道食品機能性表示制度認定申請書
- 情報公開に関する同意書 ※北海道食品機能性表示認定申請書別紙
- 申請事業者の登記事項証明書
- 認定を受けようとする商品に含まれる機能性素材について記載された論文(外国語論文の場合は日本語訳も添付)
- 上記に掲げる論文が掲載された学術論文誌の写し及び当該論文誌の投稿規程
- 申請商品における栄養成分等の分析結果の写し
- 申請商品における機能性素材の含有量測定結果の写し
- 食品衛生法に基づく営業許可証の写し
- ヒト介入試験の対象となった成分の安全性に関する試験結果証明書の写し
- ヒト介入試験の実施に先立ち倫理委員会の承認を受けたことがわかる資料
- 申請商品の概要(申請商品の仕様及び販売予定価格がわかるもの)
- 申請商品の工程表(申請商品の生産・製造場所がわかるもの)
- 申請商品のパッケージの表示見本
- 誓約書
  - <1> 消費者からの意見、照会に対する適切な対応を実施すること
  - <2> 法令違反がないこと
  - <3> 論文の作成者等の許可を受けていること
- 消費者庁長官に届出を行った機能性表示食品届出書写一式(要綱第4の2の適用を受ける場合のみ)
- その他、知事が必要と認めたもの

## ◆ 認定商品に必要な表示

- 認定番号
- 認定マーク/変形、改造不可。カラー指定あり(ただしモノクロまたは白抜き可)
- ロゴ ※任意表示
- 認定文言/指定文言により改変、省略不可
- 商品に含まれる機能性素材の量/指定文言により改変、省略不可
- 摂取方法/1日摂取量の目安(論文の摂取量を満たしていること)および摂食方法を記載
- 一括表示/食品表示基準に基づく一括表示を記載
- 栄養成分表示/食品表示基準に基づく栄養成分表示を記載
- 摂取上の注意/指定文言により改変、省略不可
- 利用上の注意/利用方法で特に注意を要する事項を記載
- 特定保健用食品との違い/指定文言により改変、省略不可
- 機能性表示食品との併記をする場合/指定文言により改変、省略不可



## 北海道が付加価値の高い商品を認定します！

2013年(平成25年)4月に、全国初となる北海道独自の制度

「北海道食品機能性表示制度(愛称:ヘルシーDo<sup>Do</sup>)」がスタートしました。

近年、健康に対する関心の高まりなどを背景に、消費者の皆様が健康食品などを購入する際、  
希望に応じた商品を選択できるよう、適切かつきめ細やかな情報提供が求められています。

こうしたニーズに応えようとする企業の皆様に、

北海道内で生産・製造された食品について機能性に関する情報を発信するこの制度を、

ぜひご活用いただきたいと考えています。

ヘルシーDoを通じ、北海道の食が持つ

「安全・安心・おいしい」に加え「健康」というイメージを国内外に広め、

「北海道ブランド」の更なる向上に向かって、一緒に取り組んでいきましょう。



北海道知事  
鈴木 直道

北海道 経済部 食関連産業局 食産業振興課

〒060-8588 札幌市中央区北3条西6丁目 道庁本庁舎9階

TEL.011-204-5979 FAX.011-232-8860

<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/kz/sss/ks/hyouziseido.html>

