

ミネラルの市場動向

編集部

ミネラル強化食品市場は、日本ではカルシウムと鉄を中心に形成されてきたが、微量ミネラルについても摂取の重要性がクローズアップされるようになった。マグネシウムや亜鉛・銅などは食品添加物認可が進んで利用できる素材が増え、最近では酢酸カルシウムと酸化カルシウムが認可されている。しかし、市場の動きは緩慢で、既存製品は安定はしているが、ここ数年市場を底上げするような大型製品の動きは見られない。サプライヤーでは高齢者向け食品など新市場への期待や、来年4月からの構造機能表示をビジネスチャンスと捉える向きもあるが、日本の食事摂取基準が障害となる可能性も一。本稿では、ミネラルをめぐる話題とともに、各種ミネラル素材とサプライヤーに関する動向をみていく。

国民健康・栄養調査と食事摂取基準

厚生労働省が発表した「平成24年国民健康・栄養調査」の結果を見て、成人男女のミネラル摂取量は、「日本人の食事摂取基準」(2010年版)で設定されている摂取目安量や推奨量と比較してみても、カルシウム、マグネシウム、亜鉛の摂取不足が顕著だとわかる(表1)。女性では鉄の摂取量も足りていない。一方でナトリウムの摂取量は多く、カリウムでは男女とも目安量付近の数値ではあるが、高血圧の一次予防を積極的に進める観点から設定された「目標量」(男性2,900mg/日、女性2,800mg/日)には届いていない。

「日本人の食事摂取基準」は、健康維持・増進や生活習慣病予防等を目的として策定されているもので、現在は2010年版が適用されているが、3月には2015年版の策定検討会の報告書が取りまとめられた。2015年版は19年度までの5年間使われるもので、この報告書をもとに本年度中に大臣告示をする予定となっている。

2015年版では、生活習慣病の予防を目的に高血圧予防の観点からナトリウム(食塩相当量)については男女とも値を低めに変更され、小児期からの生活習慣病予防のためカリウムについては新たに6~7歳における目標量が設定された。クロムに関しては2010年版では推奨量(男性40 μ m、女性30 μ m)

であったのが、2015年版では目安量(男女とも10 μ m)に変更。クロムは通常の食品において過剰摂取は考えられないが、サプリメントの不適切な使用が過剰摂取を招く可能性があると考えられ、米国やカナダの食事摂取基準と同様に耐容上限量は設定されなかった。

機能性表示の可能性

ミネラル類はカルシウム、マグネシウム、鉄、亜鉛、銅が栄養機能食品の対象成分として規格基準が設定されている。栄養機能食品は、1日当たりの摂取目安量に含まれる栄養成分量が、国が定めた上・下限値の規格基準に適合している場合、その栄養成分の機能の表示ができるというもの。

現在、食品の新たな機能性表示制度に関する検討会が開かれ、機能性表示に向けた検討が進められているが、表2をみてもわかるように、米国のナチュラルメディシン・データベースで紹介されている機能性を期待した場合の有効量はかなり高単位で、日本の栄養機能食品の上限を超えているものが多い。新たに出されている2015年版の食事摂取基準では、ミネラルの推奨量については上がるどころか下がる傾向にある。米国に倣えば今回の機能性表示制度はミネラルにとっても市場拡大のチャンスだが、食事摂取基準が足かせになる可能性もある。

表1 国民健康・栄養調査のミネラル摂取量結果と「日本人の食事摂取基準」

		男性			女性		
		平成24年摂取量	食事摂取基準(2010年版)	2015年版(案)の変更点	平成24年摂取量	食事摂取基準(2010年版)	2015年版(案)の変更点
多量ミネラル	ナトリウム(食塩相当量)(g)	11.3	目標量9.0未満	目標値8.0未満	9.6	目標量7.5未満	目標値7.0未満
	カリウム(mg)	2,376	目安量2,500	—	2,211	目安量2,000	—
	カルシウム(mg)	496	推奨量650	—	481	推奨量650	—
	マグネシウム(mg)	262	推奨量370	—	233	推奨量290	—
	リン(mg)	1,052	目安量1,000	—	905	目安量900	目安量800
微量ミネラル	鉄(mg)	8.1	推奨量7.5	—	7.3	推奨量11.0	推奨量10.5
	亜鉛(mg)	8.9	推奨量12.0	推奨量10	7.2	推奨量9.0	推奨量8
	銅(mg)	1.26	推奨量0.9	推奨量1.0	1.07	推奨量0.7	推奨量0.8
	マンガン(mg)	—	目安量4.0	—	—	目安量3.5	—
	ヨウ素(μ g)	—	推奨量130	—	—	推奨量130	—
	セレン(μ g)	—	推奨量30	—	—	推奨量25	—
	クロム(μ g)	—	推奨量40	目安量10	—	推奨量30	目安量10
	モリブデン(μ g)	—	推奨量30	—	—	推奨量25	—

※摂取量調査結果は20歳以上の1人1日あたりの平均値、食事摂取基準は30~49歳の1日あたりの値

カルシウム

骨の健康のために重要な成分であ