

こんな健康食品には要注意

～品質の確かでない健康食品はきっぱりと断る勇気を持ちましょう～

気をつけよう こんなお店に 要注意

移動店舗・期限付き店舗

返品やクーリングオフの手続きをとりたいときには、もうあとの祭り・・・という苦情が多数寄せられています。買い物をするときには、「店舗をきちんとかまえているお店」を選びましょう。



試供品、無料サンプルをご提供！

タダほど高いものはない、とはこのこと。「試供品」を食べたら代金を請求されるケースもあるようです。

パンや卵が100円で買えるの！？
鍋や洗剤のお土産つき！？

日用雑貨や食料品を格安(または無料)で提供して、安心・油断させる作戦です。

説明会や展示会などといって大きな場所で開催することもあれば、小さな空き店舗を借りて行われることもあるようです。

目先の安さにつられて高額な商品を売りつけられないよう自己防衛しましょう。

「もうすぐ値上げします。
今がお買い得！」

値上げなどしないケースがほとんどです。

「お買い得」とは言っても、いったいいくら支払うことになるのか・・・。

冷静に計算しましょう。

宣伝の ウソを見抜ける 知恵つけよう

「天然・自然だから
安心です!？」



「天然」「自然」という言葉がまるで安全・安心の代名詞のように使われていますが、「天然・自然であること」と「安全であること」には何の関係もありません。覚えておきましょう。

「病院の薬は毒!？」

そんなわけはありません。「病院へ行ってはいけない」「医者からもらった薬は毒」「これを食べないと病気になる」そんな脅し文句を信じないように。売るための作り話です。



「好転反応!？」

実際に食べてみて体調が悪くなったときに「それは好転反応です」「毒素が出ている証拠です」「続ければ必ずよくなります」「量を増やしてください(減らしてください)」「病院には行かないでください」などと言われたのを信じて、症状を悪化させたケースも多くあります。もしも具合が悪くなったときは、すぐに食べる(飲む)のをやめて、病院へ行きましょう。

購入時 ぜったい確認 契約書



返品・解約したくても、「契約書・レシートをもらっていない」などで会社に連絡がつかないケースも多くあります。購入の際には、契約書・領収証を必ずもらいましょう。

健康の一番の基本は**栄養 運動 休養**です。

健康の保持・増進の基本



国立研究開発法人 医薬基盤・健康・栄養研究所
国立健康・栄養研究所
食品保健機能研究部

