

それって本当に必要？

君たちには

必要ない！！



特定保健用食品(トクホ)

栄養機能食品

機能性表示食品

〔 国が効果や安全性を
審査している食品 〕

今の、君たちには必要ない

サプリメント

栄養補助食品

健康補助食品

〔 国が効果や安全性を
審査していない食品 〕

健康に害を及ぼすものもある



★★★ この3つの心がけが健康増進の基本 ★★★

バランスのとれた
食事

適度な運動

十分な休養

健康やお薬などについて、気になることがある方は、相談薬局・出張相談会で薬剤師に気軽にお尋ねください。

《 一出張相談会ー 保健室に学校薬剤師が来ます 》
ドラッグレター、医薬品や健康などについて、質問・相談が
ある人は保健室まで！

2月12日 16時30分～17時30分

作成・発行元 北陸大学薬学部 准教授（学校薬剤師） 大柳賀津夫
北陸大学薬学部薬学科5年生 村中佑晟・木山美佳