

こんな広告に気をつけよう！

「医者にかからなくても病気が治る」って聞いたけど？



そもそも健康食品は病気治療に向けたものではありません。過信しすぎて適切な治療の機会を失ったり、飲んでいる薬と相互作用することもあります。健康面での不安は医療機関できちんと相談しましょう！



「多数の喜びの声」
「世界で〇万人が！」って本当？



体験談に惑わされず、科学的根拠を確認するようにしましょう。



「動物実験で効果を
実証」は信用できる？



動物や細胞で行った実験結果を人にそのまま当てはめて考えることはできません。



「専門家」「有名人」が
言っているから安心？



たとえ専門家でも、一人だけでなく複数の客観的な評価が必要です。「特許を取得」「〇〇賞を受賞」などの情報も、製品の有効性とは無関係です。



天然・自然の素材だから
安心・安全？



「天然」「自然」が必ずしも安全の理由にはなりません。



「有効成分が入っている」
から効果がある？



特定の成分に有効性があり、その成分を含む食品であっても、それを含む食品に同じ効果があるわけではありません。