ASCON科学者委員会　機能性表示食品の根拠に関する評価判定表（届出者による機能性根拠情報要約による自動評価判定成績）2025.9.1.まで

（注）Ａ～Ｃの評価判定は科学的根拠の強さを示したものであり、製品の効果の強さを示したものではありません。

評価判定の説明 （2023年7月1日）	「A」：　有効性について十分な科学的根拠がある　（RCT論文が５報以上あり、有効の判定が７５％以上、もしくはシステマティックレビューで有効の場合、あるいは最終製品での肯定的RCT論文が２報以上の場合） 「B」：　有効性についてかなりの科学的根拠がある　（RCT論文が2報以上あり、有効の判定が６５％以上の場合、あるいは最終製品でのRCTが１報の場合） 「C」：　有効性についてある程度の科学的根拠がある　（RCT論文が1報のみ、あるいは2報以上で有効と無効が拮抗する＝有効の判定が６５％未満の場合） 「保留」：消費者庁ガイドラインへの適合性とともに、統計学的利用法などガイドラインに詳細を明記されていない事項に関して有効性の科学的根拠が不足しており、委員会の独自基準（ABC判定）をクリアしていない場合に、届出者からの追加資料を待つという意味で評価判定を保留とする。 ＊届出者より機能性根拠情報要約を既定のエクセル確認票により提出された場合に、本評価成績を随時追加・変更する（消費者庁の届出情報とはタイムラグあり）。 ＊委員会は消費者の代理として届出者に根拠情報要約を依頼し、その根拠情報要約とともに評価成績を公開している。届出者より根拠情報要約の回答がない場合、	①RCT論文であっても被験者数が１群10名未満のものは評価対象としない。質が高い論文は高く評価すべきという見地から、被験者数が1群50名以上のRCT論文は1報を２報分と評価する。 ②システマティックレビューとメタアナリシスは根拠論文がRCT論文５報以上あるもののみを採用する。これはシステマティックレビュー１報とＲＣＴ論文5報を同等と考えるＡＳＣＯＮ評価基準に沿った措置である。また、非RCT試験、被験者数が１群10名未満の場合、被験者に病者を含む場合、本項5番に規定したような「データ変換」を使用して理論的根拠が不明確な場合など、ＡＳＣＯＮが評価対象としないＲＣＴ論文はシステマティックレビューの根拠論文と見なさない。 ③18歳・19歳の被験者を含むＲＣＴ論文については、消費者庁「機能性表示食品に関する質疑応答集」（平成30 年3月28日一部改正）に準じて、評価上の必要性など合理的な理由がある場合には採用する。 ④根拠論文の用量適合性の判定は、原則として製品への配合用量の2分の１から2倍までの1日用量を試験用量としたRCT論文を採用する（腸内細菌などは10分の１～10倍を採用）。 ⑤「機能性表示食品に対する食品表示等関係法令に基づく事後的規制（事後チェック）の透明性」（２）イに基づき、「主要アウトカム評価項目における介入群と対照群の群間比較で統計的な有意差（有意水準５％）が認められていない場合」は根拠論文として認めない。なお群間比較を行う際、臨床試験の測定値をそのまま使用せず、試験前後の変化量など「データ変換」を使用した場合には、その理論的根拠が明確に説明されている場合のみ根拠論文として認める。

届出番号 （機能性区分）	商品名	届出者名 （略称）	区分	機能性関与成分名 &1日用量	表示しようとする機能性	ASCON 総合評価判定 （届出者の根拠情報要約による 自動判定成績）	論文区分	査読有論文数	試験数	ROT数	被験者10人以上の論文数	用量適合論文数（配合量の1/2～2倍）	病者、境界域超等を含まない論文数	試験後測定値で群間比較した論文等、統計手法採用の論文総数	試験前後の変化量で群間比較した論文総数	採用したROT論文相当総数	肯定的RCT論文総数	採用した肯定的論文総数	論文採用の根拠 機能性エビデンスの総評
A4	ヒアロモイスチャー240	キユーピー株式会社	1サプリ	ヒアルロン酸Na 240mg	本品にはヒアルロン酸Naが含まれます。ヒアルロン酸Naは肌の水分保持に役立ち、乾燥を緩和する機能があることが報告されています。	A	研究レビュー	6	6	6	6	6	6	4	2	7	5	6	採用文献は研究デザインがRCTの査読付き論文である。採用文献からエビデンス総体としてヒアルロン酸Na120mg/日以上を経口摂取することによりプラセボと比較して角層水分量において有意に高値を示すことが検証された。 以上よりヒアルロン酸Naの経口摂取は肌の水分保持に役立ち、乾燥を緩和する機能があると考えられた。 本届出の研究レビューは、消費者庁ガイドラインに適合した科学的根拠を確認している。今後さらに機能性表示の根拠となる臨床データを収集する。
A16	ローズヒップ	森下仁丹株式会社	加工食品(錠剤、カプセル剤等)	ローズヒップ由来チィロサイド 0.1mg	本品にはローズヒップ由来チィロサイドが含まれるので、体脂肪を減らす機能があります。	B	最終製品	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	最終製品を用いたRCT論文1報であるが、対象論文は、日本人を 対象としたランダム化比較試験であり、試験計画がよく遵守されている ことから、肯定的な結論は支持できるものと判断した。
A62	サラシア	森下仁丹株式会社	加工食品(錠剤、カプセル剤等)	サラシア由来サラシノール　0.6mg	本品にはサラシア由来サラシノールが含まれます。サラシア由来サラシノールには糖の吸収をおだやかにし、食後血糖値の上昇をゆるやかにする機能があることが報告されています。	C	研究レビュー	2	2	2	2	1	2	2	0	1	2	1	健常者を対象とした2報は（日本人およびB日本人以外）あり、各文献のバイアスリスクは低く、すべてPICOに準じた試験デザインで、一貫して食後血糖値に関して改善が認められた。ただし、日本人以外を対象とした文献では1回の摂取量が非常に多く、外挿性・安全性の観点から、日本人健常者で効果を示した量での摂取を推奨する。
A84	還元型コエンザイムQ10（キューテン）	森下仁丹株式会社	加工食品(錠剤、カプセル剤等)	還元型コエンザイムQ10 100mg	本品には還元型コエンザイムQ10が含まれます。還元型コエンザイムQ10には細胞のエネルギー産生を助け、日常の生活で生じる身体的な疲労感を軽減する機能があることが報告されています。身体的な疲労を自覚してる方に適した食品です。	B	研究レビュー	5	5	3	5	5	5	5	0	4	2	3	PICOに合致し、かつ、機能性表示食品の研究レビューの基準に合致した査読付き論文を採用した。
A99(睡眠)	サンテアニン200	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	L-テアニン：200 mg	本品には「L-テアニン」が含まれます。L-テアニンには、起床時の疲労感や眠気を軽減することが報告されています。また、L-テアニンには、一過性の作業にともなうストレスをやわらげることが報告されています。	C	研究レビュー	3	3	3	3	3	3	3	0	3	1	1	機能性関与成分L-テアニンを用いた査読有RCT論文2報について統合解析を実施したところ、起床時の「疲労回復」「眠気」の主観的評価得点が有意に改善し、試験後値の群間比較で有意差を認めた（疲労回復、眠気共に$p<0.01$）。
A99(ストレス)	サンテアニン200	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	L-テアニン：200 mg	本品には「L-テアニン」が含まれます。L-テアニンには、起床時の疲労感や眠気を軽減することが報告されています。また、L-テアニンには、一過性の作業にともなうストレスをやわらげることが報告されています。	B	研究レビュー	3	3	3	3	3	3	3	0	3	3	3	機能性関与成分L-テアニンを用いた査読有RCT論文3報について統合解析を実施したところ、一過性の作業に伴う精神的ストレスに関してVisual Analogue Scale (VAS)スコアおよび不安感の指標であるState-Trait Anxiety Inventory (STAI)得点が低減し、試験後値の群間比較で有意差を認めた（STAI $p<0.01$、VAS $p<0.05$）。
A109	カゴメリコピンコレステファイン	カゴメ株式会社	1サプリ	リコピン　15 mg	本品にはリコピンが含まれます。リコピンには血中HDL（善玉）コレステロールを増やす働きが報告されています。血中コレステロールが気になる方にお勧めです。	保留	メタアナリシス	3	3	1	3	2	3	1	0	1	0	0	適格基準に合致した3 編でメタ分析を行った結果、HDLcの標準化平均差を用いた効果推定値[95%CI]は0.51[0.06, 0.96]となり、トマト由来リコピンによるHDLc 上昇作用が示された。
A144	ブルーベリーアイ　PRO	株式会社わかさ生活	1サプリ	ビルベリー由来アントシアニン	本品にはビルベリー由来アントシアニンが含まれます。ビルベリー由来アントシアニンにはピント調節力を改善することで目の疲労感を和らげることが報告されています。	B	研究レビュー	4	4	4	4	3	4	2	2	3	4	3	ビルベリー由来アントシアニンを含有するサプリメント形状での介入で、目のピント調節力および目の疲れに関する文献を網羅的に検索し、合理的根拠を集めた。その結果、健常者を対象としてビルベリー由来アントシアニンを摂取したRCTの試験として、4報の論文を採択できた。 　ビルベリー由来アントシアニンを含む食品を摂取すると、目の遠近の焦点を合わせる調節力の低下、瞳孔反応による縮瞳率の低下、調節緊張などのピント調節機能が改善され、さらにはVASアンケートによる自覚的な目の疲労感を和らげることが示された。VASアンケートは日本疲労学会が示す「抗疲労臨床評価ガイドライン」において、疲労の主観指標の1つに挙げられており、さらに日本人を対象とした臨床試験において目の疲労感を評価した査読付き論文が存在する。従って、目の疲労感の主観的指標として、VASアンケートは日本人において妥当性があり、学術的に広くコンセンサスが得られた評価法である。ビルベリー由来アントシアニンが目の疲労感を和らげる作用として、目の動脈血流を改善する作用を有するとともに、抗酸化作用による網膜神経節細胞の保護作用などが考えられる。 　介入試験における有効なビルベリー由来アントシアニンの摂取量は40 ～172.8 mg（ビルベリーエキス量として107 ～480 mg）であり、本品はビルベリー由来アントシアニンの含有量を40 mg以上と規格しているため、本システマティックレビューで有効性が示唆された摂取量を満たしている。 　これらを統括すると、本システマティックレビューより、本品「ブルーベリーアイ PRO（プロ）」にはビルベリー由来アントシアニンが含まれるので、目のピント調節力を改善することで目の疲労感を和らげるとの機能を有すると判断した。
A157	ルテイン　PRO	株式会社わかさ生活	1サプリ	ルテイン、ゼアキサンチン	本品にはルテイン、ゼアキサンチンが含まれます。ルテイン、ゼアキサンチンには目の黄斑部の色素密度を上昇させることで、光の刺激を和らげ、コントラスト感度を改善するため、目の調子を整えることが報告されています。	B	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	2	1	2	ルテイン及びゼアキサンチンはヒトの体内では合成されず、目の黄斑色素は 食事摂取に依存している。そこで、本研究レビューは、「P:健康な成人男女が、L:ルテイン及びゼアキサンチンを含むサプリメントを摂取すると、C:プラセ ボ摂取と比べて、O:目の調子を整える効果があるか」について網羅的な文献検 索を行い、合理的根拠を集めることを目的とした。 文献検索は 2015 年 1 月までの期間を設定し、PubMed、Cochrane Library database、医中誌 web、ScienceDirect を用いて、ランダム化比較試験(RCT) タイプのヒト試験を網羅的に検出した。抽出した文献について適格基準に合致 しているかを精査し、除外すべき文献に関しては除外理由を付してリスト化し た。 健康な成人男女においてルテイン及びゼアキサンチンを摂取した論文として、被験者も多く研究の質も高い 1 報が最終的に採択された。ルテイン 10 mg/日 及びゼアキサンチン 2 mg/日を 1 年間摂取することで、プラセボ摂取と比較して、目の黄斑部の色素密度が上昇したことにより、目に入るブルーライトなど 短波長の光を吸収して光の刺激を和らげ、光ストレスによる一時的な視機能の 低下からの回復時間が早くなり、さらにはコントラスト感度が改善されるため、 目の調子を整えることが示唆された。また、試験に使用されたルテイン及びゼ アキサンチンは、本品に配合されている FloraGLO ルテイン及び OPTISHARP ゼアキサンチンであり、結果の同等性は高い。 結論 健康な成人男女が、ルテイン 10 mg/日及びゼアキサンチン 2 mg/日を摂取 すると、目の黄斑部の色素密度を上昇させることで、光の刺激を和らげ、コン トラスト感度を改善するため、目の調子を整える機能性を有すると結論付けら れる。
A191	テア眠	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	L-テアニン：200 mg	本品には「L-テアニン」が含まれます。L-テアニンには、夜間の良質な睡眠（起床時の疲労感や眠気を軽減）をサポートすることが報告されています。	C	研究レビュー	3	3	3	3	3	3	3	0	3	1	1	機能性関与成分L-テアニンを用いた査読有RCT論文2報について統合解析を実施したところ、起床時の「疲労回復」「眠気」の主観的評価得点が有意に改善し、試験後値の群間比較で有意差を認めた（疲労回復、眠気共に$p<0.01$）。
A284	キユーピーアマニ油マヨネーズ	キユーピー株式会社	2加工	α-リノレン酸　2.6g	本品にはα-リノレン酸が含まれます。α-リノレン酸には血圧が高めの方に適した機能があることが報告されています。	B	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	2	0	3	2	3	採用文献は研究デザインがRCTの査読付き論文である。採用文献からエビデンス総体としてα-リノレン酸2.6g/日を経口摂取することによりプラセボと比較して収縮期血圧・拡張期血圧において有意に低値を示すことが検証された。 以上よりα-リノレン酸の経口摂取は血圧が高めの方の血圧を下げる機能があると考えられた。 本届出の研究レビューは、消費者庁ガイドラインに適合した科学的根拠を確認している。今後さらに機能性表示の根拠となる臨床データを収集する。
B104	グルコサミン	プロテインケミカル株式会社	1サプリ	機能性関与成分名：グルコサミン塩酸塩 1日用量：1,500mg	本品にはグルコサミン塩酸塩が含まれます。 グルコサミン塩酸塩は運動や歩行など関節への負荷に伴う軟骨成分の過剰な分解を抑えることで、関節軟骨を保護することが報告されており、関節の健康(運動や歩行時)が気になる方に適しています。	A	研究レビュー	6	6	5	5	6	6	4	1	6	4	5	グルコサミン塩酸塩の容量適合RCT論文は5報で、1報は非RCT論文であった。採択論文ではVAS、KPS、KOOSの一部、膝の屈曲、伸展角度に群間有意差が認められる結果であった。
B194	グルコサミンde(デ)うるおいキープ	プロテインケミカル株式会社	1サプリ	機能性関与成分名：グルコサミン塩酸塩 1日用量：1,500mg	本品にはグルコサミン塩酸塩が含まれます。 グルコサミン塩酸塩は肌の水分保持に役立ち、乾燥を緩和する機能があることが報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	機能性関与成分グルコサミン塩酸塩の用量適合のRCT論文は1報で、6週間の経口摂取により医師による皮膚臨床評価の顔の「乾燥」他2項目が群間で有意に改善した。
B343	KAGOME(カゴメ)カゴメ野菜ジュース食塩無添加	カゴメ株式会社	2加工	GABA　26 mg	本品にはGABAが含まれます。GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。	A	メタアナリシス	18	18	14	15	12	18	15	3	8	12	7	適格基準に合致した18 編の論文の内、統合可能な6 編を用いて、SBP、DBPについてメタ分析を行った。その結果、標準化平均差を用いた効果推定値[95%CI]は、SBPで-0.69 [-1.07, -0.32]、DBPで-0.69 [-0.90, -0.48]で有意に血圧が低下する結果だった。また、正常血圧者では有意な血圧低下作用は確認されなかったが、正常高値血圧者、I 度高血圧者ではSBP、DBP いずれに対しても血圧低下作用が示された。
B344	KAGOME(カゴメ)カゴメ野菜ジュース低塩	カゴメ株式会社	2加工	GABA　25 mg	本品にはGABAが含まれます。GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。	A	メタアナリシス	18	18	14	15	12	18	15	3	8	12	7	適格基準に合致した18 編の論文の内、統合可能な6 編を用いて、SBP、DBPについてメタ分析を行った。その結果、標準化平均差を用いた効果推定値[95%CI]は、SBPで-0.69 [-1.07, -0.32]、DBPで-0.69 [-0.90, -0.48]で有意に血圧が低下する結果だった。また、正常血圧者では有意な血圧低下作用は確認されなかったが、正常高値血圧者、I 度高血圧者ではSBP、DBP いずれに対しても血圧低下作用が示された。

ASCON科学者委員会　機能性表示食品の根拠に関する評価判定表（届出者による機能性根拠情報要約による自動評価判定成績）2025.9.1.まで

（注）Ａ～Ｃの評価判定は科学的根拠の強さを示したものであり、製品の効果の強さを示したものではありません。

評価判定の説明
（2023年7月1日）

「Ａ」：　有効性について十分な科学的根拠がある　（RCT論文が５報以上あり、有効の判定が７５％以上、もしくはシステマティックレビューで有効の場合、あるいは最終製品での肯定的RCT論文が２報以上の場合）
「Ｂ」：　有効性についてかなりの科学的根拠がある　（RCT論文が2報以上あり、有効の判定が６５％以上の場合、あるいは最終製品でのRCTが１報の場合）
「Ｃ」：　有効性についてある程度の科学的根拠がある　（RCT論文が1報のみ、あるいは2報以上で有効と無効が拮抗する＝有効の判定が６５％未満の場合）
「保留」：消費者庁ガイドラインへの適合性とともに、統計学の利用法などガイドラインに詳細を明記されていない事項に関して有効性の科学的根拠が不足しており、委員会の独自基準（ABC判定）をクリアしていない場合に、届出者からの追加資料を待つという意味で評価判定を保留とする。
＊届出者より機能性根拠情報要約を既定のエクセル確認票により提出された場合に、本評価成績を随時追加・変更する（消費者庁の届出情報とはタイムラグあり）。
＊委員会は消費者の代理として届出者に根拠情報要約を依頼し、その根拠情報要約とともに評価成績を公開している。届出者より根拠情報要約の回答がない場合、①RCT論文であっても被験者数が１群10名未満のものは評価対象としない。質が高い論文は高く評価すべきという見地から、被験者数が1群50名以上のRCT論文は1報を２報分と評価する。
②システマティックレビューとメタアナリシスは根拠論文がRCT論文５報以上のもののみを採用する。これはシステマティックレビュー１報とＲＣＴ論文5報を同等と考えるＡＳＣＯＮ評価基準に沿った措置である。また、非RCT試験、被験者数が１群10名未満の場合、被験者に病者を含む場合、本項5番に規定したような「データ変換」を使用して理論的根拠が不明確な場合など、ＡＳＣＯＮが評価対象としないＲＣＴ論文はシステマティックレビューの根拠論文と見なさない。
③18歳・19歳の被験者を含むＲＣＴ論文については、消費者庁「機能性表示食品に関する質疑応答集」（平成30 年3月28日一部改正）に準じて、評価上の必要性など合理的な理由がある場合には採用する。
④根拠論文の用量適合性の判定は、原則として製品への配合用量の2分の１から2倍までの1日用量を試験用量としたRCT論文を採用する（腸内細菌などは10分の１～10倍を採用）。
⑤「機能性表示食品に対する食品表示等関係法令に基づく事後的規制（事後チェック）の透明性」（２）イに基づき、「主要アウトカム評価項目における介入群と対照群の群間比較で統計的な有意差（有意水準５％）が認められていない場合」は根拠論文として認めない。なお群間比較を行う際、臨床試験の測定値をそのまま使用せず、試験前後の変化量など「データ変換」を使用した場合には、その理論的根拠が明確に説明されている場合のみ根拠論文として認める。

届出番号（機能性区分）	商品名	届出者名（略称）	区分	機能性関与成分名&1日用量	表示しようとする機能性	ASCON総合評価判定（届出者の根拠情報要約による自動判定成績）	論文区分	査読有論文数	試験数	RCT数	被験者10人以上の論文数	用量適合論文数(配合量の1/2～2倍)	病者、境界域個等を含まない論文数	試験後測定値で群間比較した論文等、統計手法採用の論文総数	試験前後の変化量で群間比較した論文総数	採用したRCT論文相当総数	肯定的RCT論文総数	採用した肯定的論文総数	論文採用の根拠 機能性エビデンスの総評
B374	KAGOME(カゴメ)カゴメ野菜ジュース食塩無添加160g	カゴメ株式会社	2加工	GABA 20 mg	本品にはGABAが含まれます。GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。	A	メタアナリシス	18	18	14	15	12	18	15	3	8	12	7	適格基準に合致した18 編の論文の内、統合可能な6 編を用いて、SBP、DBPについてメタ分析を行った。その結果、標準化平均差を用いた効果推定値[95%CI]は、SBP で-0.69 [-1.07, -0.32]、DBPで-0.69 [-0.90, -0.48]で有意に血圧が低下する結果だった。また、正常血圧者では有意な血圧低下作用は確認されなかったが、正常高値血圧者、I度高血圧者ではSBP、DBP いずれに対しても血圧低下作用が示された。
B375	KAGOME(カゴメ)カゴメ野菜ジュース低塩190g	カゴメ株式会社	2加工	GABA 23 mg	本品にはGABAが含まれます。GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。	A	メタアナリシス	18	18	14	15	12	18	15	3	8	12	7	適格基準に合致した18 編の論文の内、統合可能な6 編を用いて、SBP、DBPについてメタ分析を行った。その結果、標準化平均差を用いた効果推定値[95%CI]は、SBP で-0.69 [-1.07, -0.32]、DBPで-0.69 [-0.90, -0.48]で有意に血圧が低下する結果だった。また、正常血圧者では有意な血圧低下作用は確認されなかったが、正常高値血圧者、I度高血圧者ではSBP、DBP いずれに対しても血圧低下作用が示された。
B382	Ｎ－アセチルグルコサミンdeうるおいキープ	プロテインケミカル株式会社	1サプリ	機能性関与成分名:Ｎ-アセチルグルコサミン 1日用量:500mg	本品にはN-アセチルグルコサミンが含まれます。N-アセチルグルコサミンは肌の水分量を維持し、乾燥をやわらげる機能があることが報告されており、肌のうるおいを保ちたい方に適しています。	O	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	機能性関与成分N-アセチルグルコサミン用量適合のRCT論文は1報で、群間において肌水分量が有意に改善された。
B388	サンファイバー血糖	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	グアーガム分解物(食物繊維):3 g	本品にはグアーガム分解物(食物繊維)が含まれますので、糖の吸収をおだやかにし、食後血糖のピーク値を抑えます。食後の血糖値が気になる方に適した食品です。	A	最終製品	1	1	1	1	1	1	1	0	2	1	2	最終製品を用いたRCT論文1報において、食後血糖値が高めの健常者を対象とし、グアーガム分解物(食物繊維)を摂取させたところ、食後血糖のピーク値(Cmax)及びAUCが有意に抑制された(Cmax:p=0.004、AUC:p=0.043)。
B417(血圧)	KAGOME(カゴメ)カゴメトマトジュース食塩無添加	カゴメ株式会社	2加工	リコピン 15.9～27.8 mg GABA 24 mg	本品にはリコピンとGABAが含まれます。リコピンには血中HDL(善玉)コレステロールを増やす機能が、GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。血中コレステロールが気になる方や血圧が高めの方にお勧めです。	A	メタアナリシス	18	18	14	15	12	18	15	3	8	12	7	適格基準に合致した18 編の論文の内、統合可能な6 編を用いて、SBP、DBPについてメタ分析を行った。その結果、標準化平均差を用いた効果推定値[95%CI]は、SBP で-0.69 [-1.07, -0.32]、DBPで-0.69 [-0.90, -0.48]で有意に血圧が低下する結果だった。また、正常血圧者では有意な血圧低下作用は確認されなかったが、正常高値血圧者、I度高血圧者ではSBP、DBP いずれに対しても血圧低下作用が示された。
B417(HDL)	KAGOME(カゴメ)カゴメトマトジュース食塩無添加	カゴメ株式会社	2加工	リコピン 15.9～27.8 mg GABA 24 mg	本品にはリコピンとGABAが含まれます。リコピンには血中HDL(善玉)コレステロールを増やす機能が、GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。血中コレステロールが気になる方や血圧が高めの方にお勧めです。	保留	メタアナリシス	3	3	1	3	2	3	1	0	1	0	0	適格基準に合致した3 編でメタ分析を行った結果、HDLの標準化平均差を用いた効果推定値[95%CI]は0.51[0.06, 0.96]となり、トマト由来リコピンによるHDLc 上昇作用が示された。
B418(血圧)	KAGOME(カゴメ)カゴメトマトジュース低塩	カゴメ株式会社	2加工	リコピン 15.7～27.7 mg GABA 24 mg	本品にはリコピンとGABAが含まれます。リコピンには血中HDL(善玉)コレステロールを増やす機能が、GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。血中コレステロールが気になる方や血圧が高めの方にお勧めです。	A	メタアナリシス	18	18	14	15	12	18	15	3	8	12	7	適格基準に合致した18 編の論文の内、統合可能な6 編を用いて、SBP、DBPについてメタ分析を行った。その結果、標準化平均差を用いた効果推定値[95%CI]は、SBP で-0.69 [-1.07, -0.32]、DBPで-0.69 [-0.90, -0.48]で有意に血圧が低下する結果だった。また、正常血圧者では有意な血圧低下作用は確認されなかったが、正常高値血圧者、I度高血圧者ではSBP、DBP いずれに対しても血圧低下作用が示された。
B418(HDL)	KAGOME(カゴメ)カゴメトマトジュース低塩	カゴメ株式会社	2加工	リコピン 15.7～27.7 mg GABA 24 mg	本品にはリコピンとGABAが含まれます。リコピンには血中HDL(善玉)コレステロールを増やす機能が、GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。血中コレステロールが気になる方や血圧が高めの方にお勧めです。	保留	メタアナリシス	3	3	1	3	2	3	1	0	1	0	0	適格基準に合致した3 編でメタ分析を行った結果、HDLの標準化平均差を用いた効果推定値[95%CI]は0.51[0.06, 0.96]となり、トマト由来リコピンによるHDLc 上昇作用が示された。
B419(血圧)	KAGOME(カゴメ)カゴメトマトジュース高リコピントマト使用低塩	カゴメ株式会社	2加工	リコピン 20.9～38.3 mg GABA 36 mg	本品にはリコピンとGABAが含まれます。リコピンには血中HDL(善玉)コレステロールを増やす機能が、GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。血中コレステロールが気になる方や血圧が高めの方にお勧めです。	A	メタアナリシス	18	18	14	15	12	18	15	3	8	12	7	適格基準に合致した18 編の論文の内、統合可能な6 編を用いて、SBP、DBPについてメタ分析を行った。その結果、標準化平均差を用いた効果推定値[95%CI]は、SBP で-0.69 [-1.07, -0.32]、DBPで-0.69 [-0.90, -0.48]で有意に血圧が低下する結果だった。また、正常血圧者では有意な血圧低下作用は確認されなかったが、正常高値血圧者、I度高血圧者ではSBP、DBP いずれに対しても血圧低下作用が示された。
B419(HDL)	KAGOME(カゴメ)カゴメトマトジュース高リコピントマト使用低塩	カゴメ株式会社	2加工	リコピン 20.9～38.3 mg GABA 36 mg	本品にはリコピンとGABAが含まれます。リコピンには血中HDL(善玉)コレステロールを増やす機能が、GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。血中コレステロールが気になる方や血圧が高めの方にお勧めです。	保留	メタアナリシス	3	3	1	3	2	3	1	0	1	0	0	適格基準に合致した3 編でメタ分析を行った結果、HDLの標準化平均差を用いた効果推定値[95%CI]は0.51[0.06, 0.96]となり、トマト由来リコピンによるHDLc 上昇作用が示された。
C16	ヘルスエイド ビフィーナR(レギュラー)	森下仁丹株式会社	加工食品(錠剤、カプセル剤等)	ビフィズス菌(ロンガム種BB536) 25億個	本品には生きたビフィズス菌(ロンガム種BB536)が含まれます。ビフィズス菌(ロンガム種BB536)には腸内フローラを良好にし、便通を改善する機能があることが報告されています。	B	研究レビュー	11	11	3	9	8	11	11	0	2	3	2	本研究レビューの結果、20億～200億 CFU程度のBifidobacterium longum BB536を含む食品の摂取により、排便回数の増加、糞便中Bifidobacterium属菌の増加、腐敗産物のひとつであるアンモニア量の有意な減少等に基づく整腸作用を有することが明らかとなった。本研究レビューに使用した日本人の健常成人を対象とした8報については、一貫して整腸作用に関わる指標の改善を示すものであった。
C17	ヘルスエイド ビフィーナS(スーパー)	森下仁丹株式会社	加工食品(錠剤、カプセル剤等)	ビフィズス菌(ロンガム種BB536) 50億個	本品には生きたビフィズス菌(ロンガム種BB536)が含まれます。ビフィズス菌(ロンガム種BB536)には腸内フローラを良好にし、便通を改善する機能があることが報告されています。	B	研究レビュー	11	11	3	9	7	11	11	0	2	3	2	本研究レビューの結果、20億～200億 CFU程度のBifidobacterium longum BB536を含む食品の摂取により、排便回数の増加、糞便中Bifidobacterium属菌の増加、腐敗産物のひとつであるアンモニア量の有意な減少等に基づく整腸作用を有することが明らかとなった。本研究レビューに使用した日本人の健常成人を対象とした8報については、一貫して整腸作用に関わる指標の改善を示すものであった。
C18	ヘルスエイド ビフィーナEX(エクセレント)	森下仁丹株式会社	加工食品(錠剤、カプセル剤等)	ビフィズス菌(ロンガム種BB536) 100億個	本品には生きたビフィズス菌(ロンガム種BB536)が含まれます。ビフィズス菌(ロンガム種BB536)には腸内フローラを良好にし、便通を改善する機能があることが報告されています。	B	研究レビュー	11	11	3	9	7	11	11	0	2	3	2	本研究レビューの結果、20億～200億 CFU程度のBifidobacterium longum BB536を含む食品の摂取により、排便回数の増加、糞便中Bifidobacterium属菌の増加、腐敗産物のひとつであるアンモニア量の有意な減少等に基づく整腸作用を有することが明らかとなった。本研究レビューに使用した日本人の健常成人を対象とした8報については、一貫して整腸作用に関わる指標の改善を示すものであった。
C19	ヘルスエイド ビフィーナS(スーパー)Pearl(パール)	森下仁丹株式会社	加工食品(錠剤、カプセル剤等)	ビフィズス菌(ロンガム種BB536) 50億個	本品には生きたビフィズス菌(ロンガム種BB536)が含まれます。ビフィズス菌(ロンガム種BB536)には腸内フローラを良好にし、便通を改善する機能があることが報告されています。	B	研究レビュー	11	11	3	9	7	11	11	0	2	3	2	本研究レビューの結果、20億～200億 CFU程度のBifidobacterium longum BB536を含む食品の摂取により、排便回数の増加、糞便中Bifidobacterium属菌の増加、腐敗産物のひとつであるアンモニア量の有意な減少等に基づく整腸作用を有することが明らかとなった。本研究レビューに使用した日本人の健常成人を対象とした8報については、一貫して整腸作用に関わる指標の改善を示すものであった。
C75	イチョウ葉	森下仁丹株式会社	加工食品(錠剤、カプセル剤等)	イチョウ葉由来フラボノイド配糖体29mg イチョウ葉由来テルペンラクトン8mg	本品にはイチョウ葉由来フラボノイド配糖体及びイチョウ葉由来テルペンラクトンが含まれます。 イチョウ葉由来フラボノイド配糖体及びイチョウ葉由来テルペンラクトンには、認知機能の一部である記憶力(言葉や図形を記憶し、思い出す能力)を維持することが報告されています。記憶力を維持したい中高年の方に適した食品です。	A	研究レビュー	6	6	6	6	6	6	2	4	8	6	8	採用論文6報中6報で規格化イチョウ葉エキスの継続経口摂取により、一部の認知機能(記憶力や知能等)に関する評価に、プラセボと比較して有意な改善効果が報告されており、特に記憶力(言葉や図形を記憶し、思い出す能力)の評価について多くの改善効果が報告されていた。 有効摂取量は、イチョウ葉由来フラボノイド配糖体として一日当たり19.2～57.6mg、イチョウ葉由来テルペンラクトンとして一日当たり4.8～14.4mgであった。 採択した論文はいずれも海外での試験であったが、作用機序などから日本人への外挿性については問題ないと考えられた。
C84(血圧)	KAGOME(カゴメ)カゴメトマトジュース高リコピントマト使用食塩無添加	カゴメ株式会社	2加工	リコピン 16.2～29.7 mg GABA 33 mg	本品にはリコピンとGABAが含まれます。リコピンには血中HDL(善玉)コレステロールを増やす機能が、GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。血中コレステロールが気になる方や血圧が高めの方にお勧めです。	A	メタアナリシス	18	18	14	15	12	18	15	3	8	12	7	適格基準に合致した18 編の論文の内、統合可能な6 編を用いて、SBP、DBPについてメタ分析を行った。その結果、標準化平均差を用いた効果推定値[95%CI]は、SBP で-0.69 [-1.07, -0.32]、DBPで-0.69 [-0.90, -0.48]で有意に血圧が低下する結果だった。また、正常血圧者では有意な血圧低下作用は確認されなかったが、正常高値血圧者、I度高血圧者ではSBP、DBP いずれに対しても血圧低下作用が示された。
C84(HDL)	KAGOME(カゴメ)カゴメトマトジュース高リコピントマト使用食塩無添加	カゴメ株式会社	2加工	リコピン 16.2～29.7 mg GABA 33 mg	本品にはリコピンとGABAが含まれます。リコピンには血中HDL(善玉)コレステロールを増やす機能が、GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。血中コレステロールが気になる方や血圧が高めの方にお勧めです。	保留	メタアナリシス	3	3	1	3	2	3	1	0	1	0	0	適格基準に合致した3 編でメタ分析を行った結果、HDLの標準化平均差を用いた効果推定値[95%CI]は0.51[0.06, 0.96]となり、トマト由来リコピンによるHDLc 上昇作用が示された。
C139(血圧)	KAGOME(カゴメ)カゴメトマトジュース食塩無添加190g	カゴメ株式会社	2加工	リコピン 15.8～27.1 mg GABA 28 mg	本品にはリコピンとGABAが含まれます。リコピンには血中HDL(善玉)コレステロールを増やす機能が、GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。血中コレステロールが気になる方や血圧が高めの方にお勧めです。	A	メタアナリシス	18	18	14	15	12	18	15	3	8	12	7	適格基準に合致した18 編の論文の内、統合可能な6 編を用いて、SBP、DBPについてメタ分析を行った。その結果、標準化平均差を用いた効果推定値[95%CI]は、SBP で-0.69 [-1.07, -0.32]、DBPで-0.69 [-0.90, -0.48]で有意に血圧が低下する結果だった。また、正常血圧者では有意な血圧低下作用は確認されなかったが、正常高値血圧者、I度高血圧者ではSBP、DBP いずれに対しても血圧低下作用が示された。
C139(HDL)	KAGOME(カゴメ)カゴメトマトジュース食塩無添加190g	カゴメ株式会社	2加工	リコピン 15.8～27.1 mg GABA 28 mg	本品にはリコピンとGABAが含まれます。リコピンには血中HDL(善玉)コレステロールを増やす機能が、GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。血中コレステロールが気になる方や血圧が高めの方にお勧めです。	保留	メタアナリシス	3	3	1	3	2	3	1	0	1	0	0	適格基準に合致した3 編でメタ分析を行った結果、HDLの標準化平均差を用いた効果推定値[95%CI]は0.51[0.06, 0.96]となり、トマト由来リコピンによるHDLc 上昇作用が示された。
C140(血圧)	KAGOME(カゴメ)カゴメトマトジュース食塩無添加190g	カゴメ株式会社	2加工	リコピン 15.7～27.0 mg GABA 28 mg	本品にはリコピンとGABAが含まれます。リコピンには血中HDL(善玉)コレステロールを増やす機能が、GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。血中コレステロールが気になる方や血圧が高めの方にお勧めです。	A	メタアナリシス	18	18	14	15	12	18	15	3	8	12	7	適格基準に合致した18 編の論文の内、統合可能な6 編を用いて、SBP、DBPについてメタ分析を行った。その結果、標準化平均差を用いた効果推定値[95%CI]は、SBP で-0.69 [-1.07, -0.32]、DBPで-0.69 [-0.90, -0.48]で有意に血圧が低下する結果だった。また、正常血圧者では有意な血圧低下作用は確認されなかったが、正常高値血圧者、I度高血圧者ではSBP、DBP いずれに対しても血圧低下作用が示された。
C140(HDL)	KAGOME(カゴメ)カゴメトマトジュース食塩無添加190g	カゴメ株式会社	2加工	リコピン 15.7～27.0 mg GABA 28 mg	本品にはリコピンとGABAが含まれます。リコピンには血中HDL(善玉)コレステロールを増やす機能が、GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。血中コレステロールが気になる方や血圧が高めの方にお勧めです。	保留	メタアナリシス	3	3	1	3	2	3	1	0	1	0	0	適格基準に合致した3 編でメタ分析を行った結果、HDLの標準化平均差を用いた効果推定値[95%CI]は0.51[0.06, 0.96]となり、トマト由来リコピンによるHDLc 上昇作用が示された。

ASCON科学者委員会　機能性表示食品の根拠に関する評価判定表（届出者による機能性根拠情報要約による自動評価判定成績）2025.9.1.まで

（注）Ａ～Ｃの評価判定は科学的根拠の強さを示したものであり、製品の効果の強さを示したものではありません。

評価判定の説明 （2023年7月1日）	「A」：　有効性について十分な科学的根拠がある　（RCT論文が５報以上あり、有効の判定が７５％以上、もしくはシステマティックレビューで有効の場合、あるいは最終製品での肯定的RCT論文が２報以上の場合） 「B」：　有効性についてかなりの科学的根拠がある　（RCT論文が2報以上あり、有効の判定が６５％以上の場合、あるいは最終製品でのRCTが１報の場合） 「C」：　有効性についてある程度の科学的根拠がある　（RCT論文が1報のみ、あるいは2報以上で有効と無効が拮抗する＝有効の判定が６５％未満の場合） 「保留」：消費者庁ガイドラインへの適合性とともに、統計学の利用法などガイドラインに詳細を明記されていない事項に関して有効性の科学的根拠が不足しており、委員会の独自基準（ABC判定）をクリアしていない場合に、届出者からの追加資料を待つという意味で評価判定を保留とする。 ＊届出者より機能性根拠情報要約を既定のエクセル確認票により提出された場合に、本評価成績を随時追加・変更する（消費者庁の届出情報とはタイムラグあり）。 ＊委員会は消費者の代理として届出者に根拠情報要約を依頼し、その根拠情報要約とともに評価成績を公開している。届出者より根拠情報要約の回答がない場合、	①RCT論文であっても被験者数が１群10名未満のものは評価対象としない。質が高い論文は高く評価すべきという見地から、被験者数が1群50名以上のRCT論文は1報を２報分と評価する。 ②システマティックレビューとメタアナリシスは根拠論文がRCT論文５報以上のもののみを採用する。これはシステマティックレビュー１報とＲＣＴ論文5報を同等と考えるＡＳＣＯＮ評価基準に沿った措置である。また、非RCT試験、被験者数が１群10名未満の場合、被験者に病者を含む場合、本項5番に規定したような「データ変換」を使用して理論的根拠が不明確な場合など、ＡＳＣＯＮが評価対象としないＲＣＴ論文はシステマティックレビューの根拠論文と見なさない。 ③18歳・19歳の被験者を含むＲＣＴ論文については、消費者庁「機能性表示食品に関する質疑応答集」（平成30 年3月28日一部改正）に準じて、評価上の必要性など合理的な理由がある場合には採用する。 ④根拠論文の用量適合性の判定は、原則として製品への配合用量の2分の１から2倍までの1日用量を試験用量としたRCT論文を採用する（腸内細菌などは10分の１～10倍を採用）。 ⑤「機能性表示食品に対する食品表示等関係法令に基づく事後的規制（事後チェック）の透明性」（２）イに基づき、「主要アウトカム評価項目における介入群と対照群の群間比較で統計的な有意差（有意水準５％）が認められていない場合」は根拠論文として認めない。なお群間比較を行う際、臨床試験の測定値をそのまま使用せず、試験前後の変化量など「データ変換」を使用した場合には、その理論的根拠が明確に説明されている場合のみ根拠論文として認める。
届出番号 （機能性区分）	商品名	届出者名 （略称）	区分	機能性関与成分名 &1日用量	表示しようとする機能性	ASCON 総合評価判定 （届出者の根拠情報要約による自動判定成績）	論文区分	査読有論文数	試験数	RCT数	被験者10人以上の論文数	用量適合論文数（配合量の1/2～2倍）	病者、境界域超等を含まない論文数	試験後測定値で群間比較した論文等、統計手法採用の論文総数	試験前後の変化量で群間比較した論文総数	採用したRCT論文相当総数	肯定的RCT論文総数	採用した肯定的論文総数	論文採用の根拠 機能性エビデンスの総評
C410	NEW（ニュー）グルコサミン	プロテインケミカル株式会社	1サプリ	機能性関与成分名：グルコサミン塩酸塩 1日用量：1,500mg	本品にはグルコサミン塩酸塩が含まれます。グルコサミン塩酸塩は膝関節の可動性（曲げ伸ばし）をサポートし、膝の不快感をやわらげることが報告されており、膝関節の動きに悩みのある方に適しています。	A	研究レビュー	5	5	4	4	5	5	3	1	5	3	4	グルコサミン塩酸塩の容量適合RCT論文は5報で、1報は非RCT論文であった。採択論文ではVAS、膝の屈曲、伸展角度に群間有意差が認められる結果であった。
D79	KAGOME（カゴメ）毎日飲む野菜	カゴメ株式会社	2加工	GABA　15 mg	本品にはGABAが含まれます。GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。	A	メタアナリシス	18	18	14	15	12	18	15	3	8	12	7	適格基準に合致した18 編の論文の内、統合可能な6 編を用いて、SBP、DBPについてメタ分析を行った。その結果、標準化平均差を用いた効果推定値[95%CI]は、SBPで−0.69 [−1.07, −0.32]、DBPで−0.69 [−0.90, −0.48]で有意に血圧が低下する結果だった。また、正常血圧者では有意な血圧低下作用は確認されなかったが、正常高値血圧者、I度高血圧者ではSBP、DBP いずれに対しても血圧低下作用が示された。
D254	GABA（ギャバ）	三和酒類株式会社	2加工	GABA　100mg	本品にはGABAが含まれます。GABAの継続的な摂取により、日常生活で生じる一時的な活気・活力感の低下を軽減することが報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	★論文採用の根拠 本研究レビューでは、リサーチクエスチョンを「健康な成人男女に（P）、「GABAを摂取させると（I）、「プラセボと比較して（C）、「日常生活で生じる一時的な活気・活力感の低下を軽減するか？（O）」として、RCT研究を主な対象として、日本語文献及び海外文献の検索を行いった。採用論文は全て、事前に規定したプロトコルに基づいていると思われた。 ★機能性エビデンスの総評 一日あたりGABA100mg/日を継続的に摂取することで、日常生活で生じる一時的な活気・活力感の低下を軽減することが示された。
D265	グルコサミン	甲陽ケミカル株式会社	サプリ	グルコサミン塩酸塩 1,500mg	本品にはグルコサミン塩酸塩が含まれます。グルコサミン塩酸塩は、運動における軟骨成分の過剰な分解を抑えることで、関節軟骨の正常な代謝を促すのに役立つことが報告されています。関節負荷の少ない方に適しています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	採用論文における被験者の平均年齢は20歳以上であり、20歳以上を被験対象者の主体としているが、一部20歳未満の被験者も混在している。また、厚生労働省は、食品の摂取基準においては18歳以上を成人とみなしている。したがって、あくまで健常人の食品の摂取試験においては、18歳以上が厚生労働省の定める成人と判断できると考えられる。以上のことから、食品栄養学的にも、一般的に18歳以上は20歳以上と栄養必要量や代謝についても変わらないものと考えられるため、本研究レビューの採用論文として用いても差し支えないと判断した。最終的には、グルコサミン塩酸塩を用いて成人健常者を対象に膝関節機能を評価した、この無作為化コントロール試験1報をもって、機能性評価に有効な論文とした（この論文でのRCTでの群間有意差あり）。
D355	スルフォラファン	カゴメ株式会社	1サプリ	スルフォラファングルコシノレート 24～50 mg	本品は、スルフォラファングルコシノレートが含まれるため、健康な中高年世代の方の健常域でやや高めの血中肝機能酵素（ALT）値を低下させる機能があります。血中ALT値は肝臓の健康状態を示す指標の一つです。本品は、中高年世代の肝臓の健康状態を示す一指標の改善に役立ちます。	B	最終製品	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	スルフォラファングルコシノレート24 mgを含むカプセル（最終製品）を24週間摂取することで、プラセボ群（スルフォラファングルコシノレートを含まないカプセル摂取群）と比較して、中高年（45-64歳）のALTが有意な低値を示した。
D455	サンアムラパウダー	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	エラグ酸：4 mg	本品にはエラグ酸が含まれます。エラグ酸は、冷えにより低下した末梢血流を上昇させ、皮膚表面温度（末梢体温）を回復させる機能が報告されています。	保留	研究レビュー	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	機能性関与成分エラグ酸を用いた用量適合のRCT論文1報において、冷えが気になる健常者を対象とし、エラグ酸を摂取させたところ、冷水負荷後の末梢血流と皮膚表面温度が有意に改善した（p<0.05）。なお、当該論文の被験者数は1群当たり10人以下であるが、得られたデータは臨床統計的に意味のある有意差であると判断したため、採用論文とした。
D520	大麦若葉青汁　大麦のちから	三和酒類株式会社	2加工	GABA　100mg	本品にはGABAが含まれます。GABAには、一時的に落ち込んだ気分を前向きにする（積極的な気分にする、生き生きとした気分にする、やる気にするなどの）機能があることが報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	★論文採用の根拠 本研究レビューでは、リサーチクエスチョンを「健康な成人男女に（P）、「GABAを摂取させると（I）、「プラセボと比較して（C）」、「一時的に落ち込んだ気分に対して影響するか？（O）」として、RCT研究を主な対象として、日本語文献及び海外文献の検索を行いった。採用論文は全て、事前に規定したプロトコルに基づいていると思われた。 ★機能性エビデンスの総評 一日あたりGABA100mg/日を摂取することで、一時的に落ち込んだ気分を前向きにする（積極的な気分にする、生き生きとした気分にする、やる気にするなどの）機能があることが示された。
E76（体重）	葛花サプリ	東洋新薬	サプリ	葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）22 mg	本品には、葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）が含まれます。葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）には、肥満気味な方の、体重やお腹の脂肪（内臓脂肪と皮下脂肪）やウエスト周囲径を減らすのを助ける機能があることが報告されています。	A	研究レビュー	6	6	6	6	5	6	1	5	6	4	5	後値並びに変化量が報告されていなかった1報を除外し、最終的に残った査読つき論文4報でメタアナリシスを実施したところ、体重低減に関して有意な効果（p=0.0026）が認められた。なお、研究レビューとしても体重はRCT4報中4報相当で有効と考えます。 なお、試験前後の差分で群間比較をした臨床論文を採用するにあたり、科学的妥当性を確認した。
E76（ウエスト周囲径）	葛花サプリ	東洋新薬	サプリ	葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）22 mg	本品には、葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）が含まれます。葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）には、肥満気味な方の、体重やお腹の脂肪（内臓脂肪と皮下脂肪）やウエスト周囲径を減らすのを助ける機能があることが報告されています。	B	研究レビュー	6	6	6	6	5	6	1	5	6	3	4	後値並びに変化量が報告されていなかった1報を除外し、最終的に残った査読つき論文4報でメタアナリシスを実施したところ、胴囲低減に関して有意な効果（p=0.0122）が認められた。なお、研究レビューとしてもRCT4報中3報相当で有効と考えます。 なお、試験前後の差分で群間比較をした臨床論文を採用するにあたり、科学的妥当性を確認した。
E76（お腹の脂肪）	葛花サプリ	東洋新薬	サプリ	葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）22 mg	本品には、葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）が含まれます。葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）には、肥満気味な方の、体重やお腹の脂肪（内臓脂肪と皮下脂肪）やウエスト周囲径を減らすのを助ける機能があることが報告されています。	A	研究レビュー	4	4	4	4	4	4	0	4	5	3	4	査読つき論文4報でメタアナリシスを実施したところ、総脂肪面積、内臓脂肪面積、皮下脂肪面積低減に関して有意な効果（それぞれ、p<0.0001、p<0.0001、p=0.00015）が認められた。なお、研究レビューとしても総脂肪面積はRCT4報中3報相当で、内臓脂肪面積はRCT4報中4報相当で、皮下脂肪面積はRCT4報中3報相当で有効と考えます。 なお、試験前後の差分で群間比較をした臨床論文を採用するにあたり、科学的妥当性を確認した。
E131（体重）	葛の花タブレット　ブラック	東洋新薬	サプリ	葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）22 mg	本品には、葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）が含まれます。葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）には、肥満気味な方の、体重やお腹の脂肪（内臓脂肪と皮下脂肪）やウエスト周囲径を減らすのを助ける機能があることが報告されています。	A	研究レビュー	6	6	6	6	5	6	1	5	6	4	5	後値並びに変化量が報告されていなかった1報を除外し、最終的に残った査読つき論文4報でメタアナリシスを実施したところ、体重低減に関して有意な効果（p=0.0026）が認められた。なお、研究レビューとしても体重はRCT4報中4報相当で有効と考えます。 なお、試験前後の差分で群間比較をした臨床論文を採用するにあたり、科学的妥当性を確認した。
E131（お腹の脂肪）	葛の花タブレット　ブラック	東洋新薬	サプリ	葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）22 mg	本品には、葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）が含まれます。葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）には、肥満気味な方の、体重やお腹の脂肪（内臓脂肪と皮下脂肪）やウエスト周囲径を減らすのを助ける機能があることが報告されています。	A	研究レビュー	4	4	4	4	4	4	0	4	5	3	4	査読つき論文4報でメタアナリシスを実施したところ、総脂肪面積、内臓脂肪面積、皮下脂肪面積低減に関して有意な効果（それぞれ、p<0.0001、p<0.0001、p=0.0015）が認められた。なお、研究レビューとしても総脂肪面積はRCT4報中3報相当で、内臓脂肪面積はRCT4報中4報相当で、皮下脂肪面積はRCT4報中3報相当で有効と考えます。 なお、試験前後の差分で群間比較をした臨床論文を採用するにあたり、科学的妥当性を確認した。
E131（ウエスト周囲径）	葛の花タブレット　ブラック	東洋新薬	サプリ	葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）22 mg	本品には、葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）が含まれます。葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）には、肥満気味な方の、体重やお腹の脂肪（内臓脂肪と皮下脂肪）やウエスト周囲径を減らすのを助ける機能があることが報告されています。	B	研究レビュー	6	6	6	6	5	6	1	5	6	3	4	後値並びに変化量が報告されていなかった1報を除外し、最終的に残った査読つき論文4報でメタアナリシスを実施したところ、胴囲低減に関して有意な効果（p=0.0122）が認められた。なお、研究レビューとしてもRCT4報中3報相当で有効と考えます。 なお、試験前後の差分で群間比較をした臨床論文を採用するにあたり、科学的妥当性を確認した。
E152	KAGOME（カゴメ）あまいトマトGABA（ギャバ）&リラックス	カゴメ株式会社	2加工	GABA　80 mg	本品にはGABAが含まれます。GABAは、事務的作業による一時的で心理的なストレスを低減する機能があることが報告されています。	B	研究レビュー	7	7	7	6	2	7	4	3	2	4	2	単回摂取については対象研究が 6 試験抽出されたが、研究によってストレスマーカーの測定方法に違いがあること、1 編しか報告がなかったストレスマーカーが多かったことから、定性的な評価を行った。評価を行った 4 つの主要アウトカムのうち、3 つの指標（脳波、心拍変動、唾液中のクロモグラニンA）で、GABA の摂取による有効性が認められたと判断されたこと、また、有効性の判断ができなかった 1 つの指標（唾液中のコルチゾール）についてはマーカーとして適当でないとの考察が論文中でなされていたことから、GABAに一時的で心理的なストレスを低減する機能があると考えられた。

ASCON科学者委員会　機能性表示食品の根拠に関する評価判定表（届出者による機能性根拠情報要約による自動評価判定成績）2025.9.1.まで

（注）Ａ～Ｃの評価判定は科学的根拠の強さを示したものであり、製品の効果の強さを示したものではありません。

評価判定の説明 （2023年7月1日）	「A」：　有効性について十分な科学的根拠がある　（RCT論文が５報以上あり、有効の判定が７５％以上、もしくはシステマティックレビューで有効の場合、あるいは最終製品での肯定的RCT論文が２報以上の場合） 「B」：　有効性についてかなりの科学的根拠がある　（RCT論文が2報以上あり、有効の判定が６５％以上の場合、あるいは最終製品でのRCTが１報の場合） 「C」：　有効性についてある程度の科学的根拠がある　（RCT論文が1報のみ、あるいは2報以上で有効と無効が拮抗する＝有効の判定が６５％未満の場合） 「保留」：消費者庁ガイドラインへの適合性とともに、統計学の利用法などガイドラインに詳細を明記されていない事項に関して有効性の科学的根拠が不足しており、委員会の独自基準（ABC判定）をクリアしていない場合に、届出者からの追加資料を待つという意味で評価判定を保留とする。 ＊届出者より機能性根拠情報要約を既定のエクセル確認票により提出された場合に、本評価成績を随時追加・変更する（消費者庁の届出情報とはタイムラグあり）。 ＊委員会は消費者の代理として届出者に根拠情報要約を依頼し、その根拠情報要約とともに評価成績を公開している。届出者より根拠情報要約の回答がない場合、	①RCT論文であっても被験者数が１群10名未満のものは評価対象としない。質が高い論文は高く評価すべきという見地から、被験者数が1群50名以上のRCT論文は1報を２報分と評価する。 ②システマティックレビューとメタアナリシスは根拠論文がRCT論文５報以上のもののみを採用する。これはシステマティックレビュー１報とＲＣＴ論文5報を同等と考えるＡＳＣＯＮ評価基準に沿った措置である。また、非RCT試験、被験者数が１群10名未満の場合、被験者に病者を含む場合、本項5番に規定したような「データ変換」を使用して理論的根拠が不明確な場合など、ＡＳＣＯＮが評価対象としないＲＣＴ論文はシステマティックレビューの根拠論文と見なさない。 ③18歳・19歳の被験者を含むＲＣＴ論文については、消費者庁「機能性表示食品に関する質疑応答集」（平成30 年3月28日一部改正）に準じて、評価上の必要性など合理的な理由がある場合には採用する。 ④根拠論文の用量適合性の判定は、原則として製品への配合用量の2分の１から2倍までの1日用量を試験用量としたRCT論文を採用する（腸内細菌などは10分の１～10倍を採用）。 ⑤「機能性表示食品に対する食品表示等関係法令に基づく事後的規制（事後チェック）の透明性」（２）イに基づき、「主要アウトカム評価項目における介入群と対照群の群間比較で統計的な有意差（有意水準５％）が認められていない場合」は根拠論文として認めない。なお群間比較を行う際、臨床試験の測定値をそのまま使用せず、試験前後の変化量など「データ変換」を使用した場合には、その理論的根拠が明確に説明されている場合のみ根拠論文として認める。

届出番号 （機能性区分）	商品名	届出者名 （略称）	区分	機能性関与成分名 &1日用量	表示しようとする機能性	ASCON 総合評価判定 （届出者の根拠情報要約による 自動判定成績）	論文区分	査読有論文数	試験数	RCT数	被験者10人以上の論文数	用量適合論文数（配合量の1/2～2倍）	病者、境界域超等を含まない論文数	試験後測定値で群間比較した論文等、統計手法採用の論文総数	試験前後の変化量で群間比較した論文総数	採用したRCT論文相当総数	肯定的RCT論文総数	採用した肯定的論文総数	論文採用の根拠 機能性エビデンスの総評
E301	眠りメンテ	三和酒類株式会社	1サプリ	GABA：100mg	本品にはGABAが含まれます。GABAには、一時的な疲労感やストレスを感じている方の睡眠の質（眠りの深さ）の向上に役立つ機能があることが報告されています。	B	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	★論文採用の根拠 本研究レビューでは、リサーチクエスチョンとして、「健康な成人男女に（P）」、「GABAを摂取させると（I）」、「プラセボと比較して（C）」、「日常生活における睡眠の質（眠りの深さ）を改善するか（O）」を設定し、日本語文献及び海外文献の検索を行った。採用論文は全て、事前に規定したプロトコルに基づいていると思われた。 ★機能性エビデンスの総評 一日当たりGABA100mgを1～2週間摂取することで、機能性エビデンス「睡眠の質（眠りの深さ）の向上に役立つ」が発揮できることが示された。
E333（脂肪の吸収抑制）	ターミナリアタブレットGT（ジーティー）	東洋新薬	サプリ	ターミナリアベリリカ由来没食子酸　20.8 mg	本品には、ターミナリアベリリカ由来没食子酸が含まれます。ターミナリアベリリカ由来没食子酸には、食事に含まれる脂肪や糖の吸収を抑える機能が報告されています。	B	研究レビュー	3	3	3	3	3	3	0	3	4	3	4	RCT論文１報で、ターミナリアベリリカ由来没食子酸20.8 mg/回の摂取により脂肪の吸収を有意に抑制する機能が認められた（p<0.05）。 なお、試験前後の差分で群間比較をした臨床論文を採用するにあたり、科学的妥当性を確認した。
E333（糖の吸収抑制）	ターミナリアタブレットGT（ジーティー）	東洋新薬	サプリ	ターミナリアベリリカ由来没食子酸　20.8 mg	本品には、ターミナリアベリリカ由来没食子酸が含まれます。ターミナリアベリリカ由来没食子酸には、食事に含まれる脂肪や糖の吸収を抑える機能が報告されています。	B	研究レビュー	3	3	3	3	3	3	0	3	3	3	3	RCT論文3報で、ターミナリアベリリカ由来没食子酸20.8 mg/回の摂取により食後血糖値の上昇を有意に抑制する機能が認められた（p<0.05）。 なお、試験前後の差分で群間比較をした臨床論文を採用するにあたり、科学的妥当性を確認した。
E352	林原トレハロースGT（ジーティー）□	株式会社林原	加工食品(その他)	トレハロース 9.9 g	本品にはトレハロースが含まれます。トレハロースには、食後に上昇した血糖値を元に戻しやすくする機能があることが報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	適格基準に合致した論文1報を採用した。この1報において、トレハロース3.3 g（無水物換算）×3回/日の継続摂取は健常成人に対してコントロールと比較して有意に食後に上昇した血糖値を元に戻しやすくする効果を示した。
E448	ファイトリッチ　フルティカ（GABA）	Tファームいしい株式会社	生鮮食品	GABA　20mg	本品にはGABAが含まれています。GABAには高めの血圧を低下させる機能があることが報告されています	B	研究レビュー	5	5	5	5	3	5	5	0	3	4	3	機能性関与成分GABAを用いた用量適合のRCT論文5報中4報で12～16週間の経口摂取により群間有意差（p<0.01）が認められた。
E453（カシスアントシアニン ビント調節機能）	ヘルスエイドカシスアイ	森下仁丹株式会社	加工食品(錠剤、カプセル剤等)	カシスアントシアニン：50mg ルテイン：10mg ゼアキサンチン：2mg	本品にはカシスアントシアニンおよびルテイン・ゼアキサンチンが含まれます。カシスアントシアニンには、夕方・夜間（暗い場所）での見る力を助ける機能や、目のまわりの血流量を増やすことでピント調節機能の低下を和らげる働きが報告されています。 ルテイン・ゼアキサンチンには、目の黄斑部の色素量を増やす機能、ブルーライトなどの光ストレスから目を保護する機能、ぼやけを緩和しはっきり見る力（コントラスト感度）を助ける機能が報告されています。	B	研究レビュー	3	3	3	3	2	3	3	0	2	3	2	VDT作業負荷における屈折調節機能の評価は目の疲労感を評価する代表的な指標であり、群間有意差が認められている。 対象者に中程度近視者が含まれている論文があるが、病的近視の目安は-8.00Dであり、中程度近視は-3.00D～-6.00Dで分類されているため、健常成人とみなしている。
E453（カシスアントシアニン瞳順応）	ヘルスエイドカシスアイ	森下仁丹株式会社	加工食品(錠剤、カプセル剤等)	カシスアントシアニン：50mg ルテイン：10mg ゼアキサンチン：2mg	本品にはカシスアントシアニンおよびルテイン・ゼアキサンチンが含まれます。カシスアントシアニンには、夕方・夜間（暗い場所）での見る力を助ける機能や、目のまわりの血流量を増やすことでピント調節機能の低下を和らげる働きが報告されています。 ルテイン・ゼアキサンチンには、目の黄斑部の色素量を増やす機能、ブルーライトなどの光ストレスから目を保護する機能、ぼやけを緩和しはっきり見る力（コントラスト感度）を助ける機能が報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	暗順応閾値については、摂取前後比較と摂取後のプラセボ群との比較で有意差があり、肯定的な結果が得られている。
E453（ルテイン・ゼアキサンチン）	ヘルスエイドカシスアイ	森下仁丹株式会社	加工食品(錠剤、カプセル剤等)	カシスアントシアニン：50mg ルテイン：10mg ゼアキサンチン：2mg	本品にはカシスアントシアニンおよびルテイン・ゼアキサンチンが含まれます。カシスアントシアニンには、夕方・夜間（暗い場所）での見る力を助ける機能や、目のまわりの血流量を増やすことでピント調節機能の低下を和らげる働きが報告されています。 ルテイン・ゼアキサンチンには、目の黄斑部の色素量を増やす機能、ブルーライトなどの光ストレスから目を保護する機能、ぼやけを緩和しはっきり見る力（コントラスト感度）を助ける機能が報告されています。	B	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	2	1	2	広く採用されているMPODおよび色コントラスト感度を指標としており、肯定的な結果が得られている。米国の大学生であることから、日本人への外挿性が懸念されるが、目の使用に対する生活環境が日本と米国で類似しているため、外挿は可能と考えている。
E530_血糖	ファイバリクサ顆粒	株式会社林原	加工食品(その他)	イソマルトデキストリン（食物繊維） 1袋に2.15g、2袋に4.30g	本品にはイソマルトデキストリン（食物繊維）が含まれます。イソマルトデキストリン（食物繊維）には、食後の血糖値が上がりやすい方の食後血糖や、食後の血中中性脂肪値が高めの方の食後血中中性脂肪の上昇をおだやかにする機能が報告されています。また、腸内環境を整えることにより、おなかの調子を整える機能があることが報告されています。	C	研究レビュー	2	3	3	3	1	3	3	0	1	2	1	適格基準に合致したRCT論文2報（3試験）を採用した。イソマルトデキストリン（食物繊維）は、血糖の上がりやすい健常成人に対して血糖上昇抑制効果を示した(3試験とも群間有意差あり)。
E530_中性脂肪	ファイバリクサ顆粒	株式会社林原	加工食品(その他)	イソマルトデキストリン（食物繊維） 1袋に2.15g、2袋に4.30g	本品にはイソマルトデキストリン（食物繊維）が含まれます。イソマルトデキストリン（食物繊維）には、食後の血糖値が上がりやすい方の食後血糖や、食後の血中中性脂肪値が高めの方の食後血中中性脂肪の上昇をおだやかにする機能が報告されています。また、腸内環境を整えることにより、おなかの調子を整える機能があることが報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	適格基準に合致したRCT論文1報の試験データを採用した。この試験において、イソマルトデキストリン（食物繊維）は食後の血中中性脂肪値が高めの健常成人に対して食後の血中中性脂肪上昇抑制効果を示した。(群間有意差あり)。
E530_整腸	ファイバリクサ顆粒	株式会社林原	加工食品(その他)	イソマルトデキストリン（食物繊維） 1袋に2.15g、2袋に4.30g	本品にはイソマルトデキストリン（食物繊維）が含まれます。イソマルトデキストリン（食物繊維）には、食後の血糖値が上がりやすい方の食後血糖や、食後の血中中性脂肪値が高めの方の食後血中中性脂肪の上昇をおだやかにする機能が報告されています。また、腸内環境を整えることにより、おなかの調子を整える機能があることが報告されています。	C	研究レビュー	2	2	2	1	1	2	2	0	1	2	1	適格基準に合致したRCT論文2報を採用した。イソマルトデキストリン（食物繊維）の摂取は、便秘傾向者を含む健常成人において排便日数を有意に増加させ、便通を改善する効果があることが明らかになった（2報とも群間有意差あり）。
E562	3品目の芽ぐみ　ナムルサラダ	株式会社サラダコスモ	加工	GABA　12.3mg	本品にはGABAが含まれます。GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。	A	研究レビュー	11	11	11	11	8	11	11	0	9	10	9	最終的に残った11報の査読付き論文より、全被験者に対する評価および正常高値血圧者の結果を抽出した層別解析の評価を行ったところ、収縮期・拡張期血圧がプラセボ食摂取群と比較して有意に低下していると判断した。
E610	60代からのあたまサプリ	株式会社わかさ生活	1サプリ	イチョウ葉由来フラボノイド配糖体及びイチョウ葉由来テルペンラクトン	本品にはイチョウ葉由来フラボノイド配糖体及びイチョウ葉由来テルペンラクトンが含まれます。イチョウ葉由来フラボノイド配糖体及びイチョウ葉由来テルペンラクトンは、健常な中高年者の加齢によって低下する脳の血流を改善し、認知機能の一部である記憶力（言語や図形などを覚え、思い出す能力）を維持することが報告されています	B	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	2	0	2	2	2	一日当たりイチョウ葉由来フラボノイド配糖体19.2mg及びイチョウ葉由来テルペンラクトン4.8mgを継続経口摂取した場合に、中高年の方の、認知機能の一部である記憶力（言葉や図形などを覚え、思い出す能力）を維持する効果があることが示唆された。本届出商品も一日摂取目安量当たりに同等以上の機能性関与成分を含有することから、本研究レビューによって示された効果と同様の作用が本届出商品でも期待できるものと考える。
E648	プラズマローゲンサプリメント	丸大食品株式会社	加工食品（サプリメント形状）	鶏由来プラズマローゲン 1.0mg	本品には鶏由来プラズマローゲンが含まれます。鶏由来プラズマローゲンには、中高年の方の認知機能の一部である、言葉を記憶し、思い出す能力、「言語記憶力」を維持する機能があることが報告されています。	C	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	2	0	2	1	1	機能性関与成分鶏由来プラズマローゲンを用いた用量適合のRCT論文2報中1報で12週間の経口摂取により群間有意差（p<0.05）が認められた。
E703	プレミアムカテキンα（アルファ）	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	茶カテキン：540 mg	本品には茶カテキンが含まれます。茶カテキンには肥満気味の方の内臓脂肪を低下させる機能があることが報告されています。	A	メタアナリシス	11	11	10	8	11	11	6	5	12	10	11	査読付き論文11報でメタアナリシスを実施した結果、茶カテキンの摂取により、内臓脂肪面積が低下し、試験前後の変化量の群間比較で有意差を認めた（p<0.0001）。
E722	テアニン・ゼリー	森下仁丹株式会社	加工食品（その他）	L-テアニン 200mg	本品にはL-テアニンが含まれます。L-テアニンは、質の良い睡眠（朝、目覚めた時の疲労感や眠気を軽減）をサポートすることが報告されています。	B	研究レビュー	3	3	3	3	3	3	3	0	3	2	2	採用文献3報のうち、有効性が認められた文献は2 報であった。残り１ 報では有効性が確認されなかった。有効性に対して肯定的な文献が半数以上であることより、総合評価として、テアニンを含む食品の継続摂取により、有意な睡眠改善効果が示された。
E857	リフティングGABA（ギャバ）	三和酒類株式会社	1サプリ	GABA：100mg	本品にはGABAが含まれます。GABAには、肌の弾力を維持し、肌の健康を守るのを助ける機能があることが報告されています。肌の乾燥が気になる方に適しています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	★論文採用の根拠 本研究レビューでは、リサーチクエスチョンとして、「(P)健康な成人男女が」、「(I)GABA含有食品を摂取することは」、「(C)プラセボを摂取する場合と比較して」、「(O)肌の弾力維持に役立つか」を設定し、日本語文献及び海外文献の検索を行った。採用論文は、事前に規定したプロトコルに基づいていると思われた。 ★機能性エビデンスの総評 一日当たりGABA100mgを継続的に摂取することで、機能性エビデンス「肌の乾燥を気にする方の肌弾力を維持し、肌の健康を守るのを助ける」機能が発揮できることが示された。

ASCON科学者委員会　機能性表示食品の根拠に関する評価判定表（届出者による機能性根拠情報要約による自動評価判定成績）2025.9.1.まで

（注）Ａ～Ｃの評価判定は科学的根拠の強さを示したものであり、製品の効果の強さを示したものではありません。

評価判定の説明 （2023年7月1日）	「A」：　有効性について十分な科学的根拠がある　（RCT論文が５報以上あり、有効の判定が７５％以上、もしくはシステマティックレビューで有効の場合、あるいは最終製品での肯定的RCT論文が２報以上の場合） 「B」：　有効性についてかなりの科学的根拠がある　（RCT論文が2報以上あり、有効の判定が６５％以上の場合、あるいは最終製品でのRCTが１報の場合） 「C」：　有効性についてある程度の科学的根拠がある　（RCT論文が1報のみ、あるいは2報以上で有効と無効が拮抗する＝有効の判定が６５％未満の場合） 「保留」：消費者庁ガイドラインへの適合性とともに、統計学の利用法などガイドラインに詳細を明記されていない事項に関して有効性の科学的根拠が不足しており、委員会の独自基準（ABC判定）をクリアしていない場合に、届出者からの追加資料を待つという意味で評価判定を保留とする。 ＊届出者より機能性根拠情報要約を既定のエクセル確認票により提出された場合に、本評価成績を随時追加・変更する（消費者庁の届出情報とはタイムラグあり）。 ＊委員会は消費者の代理として届出者に根拠情報要約を依頼し、その根拠情報要約とともに評価成績を公開している。届出者より根拠情報要約の回答がない場合、	①RCT論文であっても被験者数が１群10名未満のものは評価対象としない。質が高い論文は高く評価すべきという見地から、被験者数が1群50名以上のRCT論文は1報を２報分と評価する。 ②システマティックレビューとメタアナリシスは根拠論文がRCT論文５報以上のもののみを採用する。これはシステマティックレビュー１報とＲＣＴ論文5報を同等と考えるＡＳＣＯＮ評価基準に沿った措置である。また、非RCT試験、被験者数が１群10名未満の場合、被験者に病者を含む場合、本項5番に規定したような「データ変換」を使用して理論的根拠が不明確な場合など、ＡＳＣＯＮが評価対象としないＲＣＴ論文はシステマティックレビューの根拠論文と見なさない。 ③18歳・19歳の被験者を含むＲＣＴ論文については、消費者庁「機能性表示食品に関する質疑応答集」（平成30 年3月28日一部改正）に準じて、評価上の必要性など合理的な理由がある場合には採用する。 ④根拠論文の用量適合性の判定は、原則として製品への配合用量の2分の１から2倍までの1日用量を試験用量としたRCT論文を採用する（腸内細菌などは10分の１～10倍を採用）。 ⑤「機能性表示食品に対する食品表示等関係法令に基づく事後的規制（事後チェック）の透明性」（２）イに基づき、「主要アウトカム評価項目における介入群と対照群の群間比較で統計的な有意差（有意水準５％）が認められていない場合」は根拠論文として認めない。なお群間比較を行う際、臨床試験の測定値をそのまま使用せず、試験前後の変化量など「データ変換」を使用した場合には、その理論的根拠が明確に説明されている場合のみ根拠論文として認める。

届出番号 （機能性区分）	商品名	届出者名 （略称）	区分	機能性関与成分名 &1日用量	表示しようとする機能性	ASCON 総合評価判定 （届出者の根拠情報要約による 自動判定成績）	論文区分	査読有論文数	試験数	RCT数	被験者10人以上の論文数	用量適合論文数（配合量の1/2～2倍）	病者、境界域個等を含まない論文数	試験後測定値で評間比較した論文等、統計手法採用の論文総数	試験前後の変化量で群間比較した論文総数	採用したRCT論文相当総数	肯定的RCT論文総数	採用した肯定的論文総数	論文採用の根拠 機能性エビデンスの総評
E862	坂元のくらずイチョウ葉	坂元醸造株式会社	1サプリ	イチョウ葉由来フラボノイド配糖体:28.8mg、イチョウ葉由来テルペンラクトン:7.2mg	本品にはイチョウ葉由来フラボノイド配糖体、イチョウ葉由来テルペンラクトンが含まれます。イチョウ葉由来フラボノイド配糖体、イチョウ葉由来テルペンラクトンは、加齢によって低下した脳の血流を改善し、認知機能の一部である記憶力（日常生活で見聞きした言葉や図形などを覚え、思い出す力）を維持することが報告されています。	C	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	1	0	1	2	1	2報の査読付きRCT論文に基づき、イチョウ葉由来フラボノイド配糖体28.8mg/日、イチョウ葉由来テルペンラクトン7.2mg/日を摂取することによって、加齢によって低下した脳の血流を改善し、認知機能の一部である記憶力（日常生活で見聞きした言葉や図形などを覚え、思い出す力）を維持する機能が認められた。
F57	プレミアムカテキンα（アルファ）400	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	茶カテキン　400mg	本品には茶カテキンが含まれます。茶カテキンには肥満気味の方の内臓脂肪を低下させる機能があることが報告されています。	A	メタアナリシス	11	11	10	8	11	11	6	5	12	10	11	査読付き論文11報でメタアナリシスを実施した結果、茶カテキンの摂取により、内臓脂肪面積が低下し、試験前後の変化量の群間比較で有意差を認めた（p<0.0001）。
F153	モリンガ元気タブレットS	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	モリンガ種子由来グルコモリンギン:12 mg	本品にはモリンガ種子由来グルコモリンギンが含まれます。モリンガ種子由来グルコモリンギンには、日常生活で疲れを感じやすい方の身体的な疲労感を軽減し、腰の負担を感じやすい方の腰の不快感を和らげる機能が報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	機能性関与成分モリンガ種子由来グルコモリンギンを用いた用量適合のRCT論文1報において、モリンガ種子由来グルコモリンギンを4週間摂取させたところ、日常生活で疲れを感じやすい健常者疲労感が有意に軽減され（p<0.05）、日常生活で腰の負担を感じやすい健常者の腰の不快感が有意に軽減された（p<0.05）。
F155	茶カテキンEGCg（イージーシージー）　ブラークガード　タブレット	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	エピガロカテキンガレート（EGCg）:18 mg	本品には、エピガロカテキンガレート(EGCg)が含まれます。エピガロカテキンガレート（EGCg）は、口内環境を良好に保つ（歯垢の生成を抑える）ことが報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	機能性関与成分EGCgを用いた用量適合のRCT論文1報で、健常者を対象とし、EGCgを摂取させたところ、歯垢指数が低下し、試験後値の群間比較で有意差を認めた（p<0.05）。
F199	にゅ～みん	カルビー株式会社	加工食品(その他)	クロセチン 7.5 mg	本品にはクロセチンが含まれます。クロセチンは、睡眠の質（眠りの深さ）を高め、起床時の眠気や疲労感を和らげることが報告されています。	B	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	2	0	2	2	2	採用論文の２報はいずれも肯定的な論文であった。いずれもクロセチンの量は１日 7.5 mg 摂取で、被験者数はそれぞれ 24 名と 17 名で解析し、被験者数も一定数確保されていた。1 報は EEG（脳波計）によるデルタパワー（眠りの深さ）および OSA-MA スコアでの起床時の眠気、疲労回復の項目がプラセボ群と比較して対象群は有意に改善されていた。もう 1 報はアンチグラフィー（活動量計）を用いて評価し、睡眠中の中途覚醒がプラセボ群と比較して有意に改善されていた。
F203	N-アセチルグルコサミン300	プロテインケミカル株式会社	1サプリ	機能性関与成分名:N-アセチルグルコサミン 1日用量:300mg	本品にはN-アセチルグルコサミンが含まれます。N-アセチルグルコサミンは、ひざ関節の悩みを改善することが報告されています。歩行や階段の昇り降り時、ひざ関節が気になる方に適しています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	機能性関与成分N-アセチルグルコサミン用量適合のRCT論文は1報で、群間でJOA、軟骨代謝マーカー比が有意に改善する結果であった。
F210	ブルーベリーアイ　PRO（プロ）	株式会社わかさ生活	1サプリ	ビルベリー由来アントシアニン	本品にはビルベリー由来アントシアニンが含まれます。ビルベリー由来アントシアニンにはピント調節力を改善することで目の疲労感を和らげることが報告されています。	B	研究レビュー	4	4	4	4	3	4	2	2	3	4	3	ビルベリー由来アントシアニンを含有するサプリメント形状での介入で、目のピント調節力および目の疲れに関する文献を網羅的に検索し、合理的根拠を集めた。その結果、健常者を対象としてビルベリー由来アントシアニンを摂取したRCTの試験として、4報の論文を採択できた。 ビルベリー由来アントシアニンを含む食品を摂取すると、目の遠近の焦点を合わせる調節力の低下、瞳孔反応による縮瞳率の低下、調節緊張などのピント調節機能が改善され、さらにはVASアンケートによる自覚的な目の疲労感を和らげることが示された。VASアンケートは日本疲労学会が示す「抗疲労臨床評価ガイドライン」において、疲労の主観指標の1つに挙げられており、さらに日本人を対象とした臨床試験において目の疲労感を評価した査読付き論文が存在する。従って、目の疲労感の主観的指標として、VASアンケートは日本人において妥当性があり、学術的に広くコンセンサスが得られた評価法である。ビルベリー由来アントシアニンが目の疲労感を和らげる作用として、目の動脈血流を改善する作用を有するとともに、抗酸化作用による網膜神経節細胞の保護作用などが考えられる。 介入試験における有効なビルベリー由来アントシアニンの摂取量は40 ～172.8 mg(ビルベリーエキス量として107 ～480 mg)であり、本品はビルベリー由来アントシアニンの含有量を40 mg以上と規格しているため、本システマティックレビューで有効性が示唆された摂取量を満たしている。 これらを統括すると、本システマティックレビューより、本品「ブルーベリーアイ PRO（プロ）」にはビルベリー由来アントシアニンが含まれるので、目のピント調節力を改善することで目の疲労感を和らげるとの機能を有すると判断した。
F230	ファイバリクサセーブ	株式会社林原	加工食品(その他)	イソマルデキストリン(食物繊維) 4.30 g	本品にはイソマルデキストリン（食物繊維）が含まれます。イソマルトデキストリン（食物繊維）には、食後に血糖値が上昇しやすい健常者において、食事から摂取した糖の吸収を抑える機能が報告されています。	B	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	2	0	2	2	2	適格基準に合致したRCT論文2報を採用した。イソマルトデキストリン（食物繊維）は、血糖の上がりやすい健常成人に対して食後の血糖上昇抑制効果を示した2試験とも群間有意差あり、1報では糖の吸収抑制も確認された。
F277(大豆イソフラボン肌)	子大豆もやし　芽ぐみ	株式会社サラダコスモ	生鮮	GABA 10mg（100gあたり） 大豆イソフラボン（アグリコン換算）13mg（100gあたり） 大豆イソフラボン（アグリコン換算）26mg（200gあたり）	本品にはGABAと大豆イソフラボンが含まれます。GABAを12.3mg/日摂取すると血圧が高めの方の血圧を下げる機能、大豆イソフラボンを23.3mg/日（アグリコン換算）摂取すると骨の成分の維持に役立つ機能、大豆イソフラボンを30mg/日（アグリコン換算）摂取すると肌が乾燥しがちな中高年女性の肌の潤いを保つ機能があることが報告されています。本品100gで機能性が報告されている一日あたりの血圧への機能性関与成分（GABA）の81%と骨への機能性関与成分（大豆イソフラボン）の56%、本品200gで肌への機能性関与成分（大豆イソフラボン）の67%を摂取できます。 ⇒イソフラボン肌	保留	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	大豆イソフラボン30 mg/日（アグリコン換算）以上の摂取による肌の保湿機能が認められた。採用文献の対象者は、健常で肌が乾燥しがちな日本人中高年女性であり、本品が想定する対象者と一致していた。 本研究レビューの結果、大豆イソフラボンの摂取が肌の保湿機能を保つことに対して肯定的な結果が得られた。
F277(大豆イソフラボン骨)	子大豆もやし　芽ぐみ	株式会社サラダコスモ	生鮮	GABA 10mg（100gあたり） 大豆イソフラボン（アグリコン換算）13mg（100gあたり） 大豆イソフラボン（アグリコン換算）26mg（200gあたり）	本品にはGABAと大豆イソフラボンが含まれます。GABAを12.3mg/日摂取すると血圧が高めの方の血圧を下げる機能、大豆イソフラボンを23.3mg/日（アグリコン換算）摂取すると骨の成分の維持に役立つ機能、大豆イソフラボンを30mg/日（アグリコン換算）摂取すると肌が乾燥しがちな中高年女性の肌の潤いを保つ機能があることが報告されています。本品100gで機能性が報告されている一日あたりの血圧への機能性関与成分（GABA）の81%と骨への機能性関与成分（大豆イソフラボン）の56%、本品200gで肌への機能性関与成分（大豆イソフラボン）の67%を摂取できます。 ⇒イソフラボン骨	C	研究レビュー	9	9	9	9	9	9	7	2	9	1	1	大豆イソフラボン23.3mg/日（アグリコン換算）以上の摂取により骨吸収抑制作用を有することが認められた。採用文献の対象者は、健常な日本人中高年女性であり、本品が想定する対象者と一致していた。本研究レビューの結果、大豆イソフラボンの摂取が骨吸収抑制作用を有することに対して肯定的な結果が得られた。
F280(腸内環境)	サンファイバーナチュラル腸活プラス	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	グアーガム分解物(食物繊維):3.5 g	本品にはグアーガム分解物（食物繊維）が含まれます。グアーガム分解物（食物繊維）は、腸まで届き善玉菌（ビフィズス菌）を増やして腸内環境を良好にする機能が報告されています。グアーガム分解物（食物繊維）は、やや軟らかめの便を改善しておなかの調子を整える機能が報告されています。グアーガム分解物（食物繊維）は、便秘気味の方のお通じを改善する機能が報告されています。グアーガム分解物（食物繊維）は、糖の吸収をおだやかにし、食後血糖のピーク値を抑える機能が報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	機能性関与成分グアーガム分解物（食物繊維）を用いた用量適合のRCT論文1報において、下痢傾向の健常者を対象とし、グアーガム分解物（食物繊維）を12 週間摂取させたところ、糞便中ビフィズス菌占有率が摂取期間全体で改善し、試験後値の群間比較で有意差を認めた（p<0.05）。
F280(軟便)	サンファイバーナチュラル腸活プラス	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	グアーガム分解物(食物繊維):3.5 g	本品にはグアーガム分解物（食物繊維）が含まれます。グアーガム分解物（食物繊維）は、腸まで届き善玉菌（ビフィズス菌）を増やして腸内環境を良好にする機能が報告されています。グアーガム分解物（食物繊維）は、やや軟らかめの便を改善しておなかの調子を整える機能が報告されています。グアーガム分解物（食物繊維）は、便秘気味の方のお通じを改善する機能が報告されています。グアーガム分解物（食物繊維）は、糖の吸収をおだやかにし、食後血糖のピーク値を抑える機能が報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	機能性関与成分グアーガム分解物（食物繊維）を用いた用量適合のRCT論文1報において、下痢傾向の健常者を対象とし、グアーガム分解物（食物繊維）を12 週間摂取させたところ、便性状が摂取期間全体で改善し、試験後値の群間比較で有意差を認めた（p<0.05）。
F280(便通)	サンファイバーナチュラル腸活プラス	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	グアーガム分解物(食物繊維):7 g	本品にはグアーガム分解物（食物繊維）が含まれます。グアーガム分解物（食物繊維）は、腸まで届き善玉菌（ビフィズス菌）を増やして腸内環境を良好にする機能が報告されています。グアーガム分解物（食物繊維）は、やや軟らかめの便を改善しておなかの調子を整える機能が報告されています。グアーガム分解物（食物繊維）は、便秘気味の方のお通じを改善する機能が報告されています。グアーガム分解物（食物繊維）は、糖の吸収をおだやかにし、食後血糖のピーク値を抑える機能が報告されています。	B	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	1	1	3	2	3	機能性関与成分グアーガム分解物（食物繊維）を用いた用量適合のRCT論文2報において、便秘気味の健常者を対象とし、グアーガム分解物（食物繊維）を2週間摂取させたところ、排便回数及び排便量が有意に増加した（p<0.05）。

ASCON科学者委員会　機能性表示食品の根拠に関する評価判定表（届出者による機能性根拠情報要約による自動評価判定成績）2025.9.1.まで

（注）Ａ～Ｃの評価判定は科学的根拠の強さを示したものであり、製品の効果の強さを示したものではありません。

評価判定の説明 （2023年7月1日）	「A」：　有効性について十分な科学的根拠がある　（RCT論文が５報以上あり、有効の判定が７５％以上、もしくはシステマティックレビューで有効の場合、あるいは最終製品での肯定的RCT論文が２報以上の場合） 「B」：　有効性についてかなりの科学的根拠がある　（RCT論文が2報以上あり、有効の判定が６５％以上の場合、あるいは最終製品でのRCTが１報の場合） 「C」：　有効性についてある程度の科学的根拠がある　（RCT論文が1報のみ、あるいは2報以上で有効と無効が拮抗する＝有効の判定が６５％未満の場合） 「保留」：消費者庁ガイドラインへの適合性とともに、統計学の利用法などガイドラインに詳細を明記されていない事項に関して有効性の科学的根拠が不足しており、委員会の独自基準（ABC判定）をクリアしていない場合に、届出者からの追加資料を待つという意味で評価判定を保留とする。 ＊届出者より機能性根拠情報要約を既定のエクセル確認票により提出された場合に、本評価成績を随時追加・変更する（消費者庁の届出情報とはタイムラグあり）。 ＊委員会は消費者の代理として届出者に根拠情報要約を依頼し、その根拠情報要約とともに評価成績を公開している。届出者より根拠情報要約の回答がない場合、	①RCT論文であっても被験者数が１群10名未満のものは評価対象としない。質が高い論文は高く評価すべきという見地から、被験者数が1群50名以上のRCT論文は1報を２報分と評価する。 ②システマティックレビューとメタアナリシスは根拠論文がRCT論文５報以上のもののみを採用する。これはシステマティックレビュー１報とＲＣＴ論文5報を同等と考えるＡＳＣＯＮ評価基準に沿った措置である。また、非RCT試験、被験者数が１群10名未満の場合、被験者に病者を含む場合、本項5番に規定したような「データ変換」を使用して理論的根拠が不明確な場合など、ＡＳＣＯＮが評価対象としないＲＣＴ論文はシステマティックレビューの根拠論文と見なさない。 ③18歳・19歳の被験者を含むＲＣＴ論文については、消費者庁「機能性表示食品に関する質疑応答集」（平成30 年3月28日一部改正）に準じて、評価上の必要性など合理的な理由がある場合には採用する。 ④根拠論文の用量適合性の判定は、原則として製品への配合用量の2分の１から2倍までの1日用量を試験用量としたRCT論文を採用する（腸内細菌などは10分の１～10倍を採用）。 ⑤「機能性表示食品に対する食品表示等関係法令に基づく事後的規制（事後チェック）の透明性」（２）イに基づき、「主要アウトカム評価項目における介入群と対照群の群間比較で統計的な有意差（有意水準５％）が認められていない場合」は根拠論文として認めない。なお群間比較を行う際、臨床試験の測定値をそのまま使用せず、試験前後の変化量など「データ変換」を使用した場合には、その理論的根拠が明確に説明されている場合のみ根拠論文として認める。
届出番号 （機能性区分）	商品名	届出者名 （略称）	区分	機能性関与成分名 &1日用量	表示しようとする機能性	ASCON 総合評価判定 （届出者の提出情報要約による 自動判定成績）	論文区分	査読有論文数	試験数	RCT数	被験者10人以上の論文数	用量適合論文数（配合量の1/2～2倍）	病者、境界域個等を含まない論文数	試験後測定値で群間比較した論文等、統計手法採用の論文総数	試験前後の変化量で群間比較した論文総数	採用したRCT論文相当総数	肯定的RCT論文総数	採用した肯定的論文総数	論文採用の根拠 機能性エビデンスの総評
F280(血糖)	サンファイバーナチュラル腸活プラス	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	グアーガム分解物(食物繊維):3.5 g	本品にはグアーガム分解物(食物繊維)が含まれます。グアーガム分解物(食物繊維)は、腸まで届き善玉菌(ビフィズス菌)を増やして腸内環境を良好にする機能が報告されています。グアーガム分解物(食物繊維)は、やや軟らかめの便を改善しておなかの調子を整える機能が報告されています。グアーガム分解物(食物繊維)は、便秘気味の方のお通じを改善する機能が報告されています。グアーガム分解物(食物繊維)は、糖の吸収をおだやかにし、食後血糖のピーク値を抑える機能が報告されています。	B	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	2	1	2	機能性関与成分グアーガム分解物(食物繊維)を用いた用量適合のRCT論文1報において、食後血糖値が高めの健常者を対象とし、グアーガム分解物(食物繊維)を摂取させたところ、食後血糖のピーク値(Cmax)及びAUCが有意に抑制された(Cmax:p=0.004、AUC:p=0.043)。
F494	キユービー　フィッテ	キユービー株式会社	2加工	ローズヒップ由来テイリロサイド　0.1mg	本品にはローズヒップ由来テイリロサイドが含まれます。ローズヒップ由来テイリロサイドには内臓脂肪を減らす機能があることが報告されており、BMIが高めの方に適しています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	採用文献が１報であったため、研究間の非 一貫性は高と評価せざるを得なかった。しかし、対象論文は、日本人を 対象としたランダム化比較試験であり、試験計画がよく遵守されている ことから、肯定的な結論は支持できるものと判断した。 BMI25-30の被験者も含まれるが、「特定保健用食品の表示許可等について」の別添2「特定保健用食品申請に係る申請書作成上の留意事項」に規定された定義に則り、機能性表示制度のガイドライン上、被験者として適切であると考える。 本届出の研究レビューは、消費者庁ガイドラインに適合した科学的根拠を確認している。今後さらに機能性表示の根拠となる臨床データを収集する。
F549	茶フッ素タブレット	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	緑茶フッ素:100 μg	本品には緑茶フッ素が含まれます。緑茶フッ素には歯の再石灰化を促進し、歯の表面を改善してむし歯の原因となる酸に溶けにくい状態にすることで歯を丈夫で健康にする機能が報告されています。	B	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	2	0	2	2	2	機能性関与成分緑茶フッ素を用いた用量適合のRCT論文1報において、緑茶フッ素の摂取により、歯の再石灰化が有意に促進された(p=0.030)。また、RCT論文2報において、緑茶フッ素の摂取により、歯の耐酸性が有意に向上した(p<0.05)。
F717(内臓脂肪)	プレミアムカテキン糖脂	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	茶カテキン:540 mg エピガロカテキンガレート(EGCg):140.2 mg	本品には茶カテキンが含まれます。茶カテキンには肥満気味の方の内臓脂肪を低下させる機能があることが報告されています。本品にはエピガロカテキンガレート(EGCg)が含まれます。エピガロカテキンガレート(EGCg)には食後血糖値の上昇をおだやかにする機能が報告されています。	A	メタアナリシス	11	11	10	8	11	11	6	5	12	10	11	査読付き論文11報でメタアナリシスを実施した結果、茶カテキンの摂取により、内臓脂肪面積が有意に低下した(p<0.0001)。
F717(血糖)	プレミアムカテキン糖脂	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	茶カテキン:540 mg エピガロカテキンガレート(EGCg):140.2 mg	本品には茶カテキンが含まれます。茶カテキンには肥満気味の方の内臓脂肪を低下させる機能があることが報告されています。本品にはエピガロカテキンガレート(EGCg)が含まれます。エピガロカテキンガレート(EGCg)には食後血糖値の上昇をおだやかにする機能が報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	機能性関与成分EGCgを用いた用量適合のRCT論文1報において、健常者を対象とし、EGCgを摂取させることで、食後血糖の上昇が有意に抑制された(p<0.05)。
F760(体重)	葛花・ルイボス茶	東洋新薬	加工	葛の花由来イソフラボン(テクトリゲニン類として):22 mg	本品には、葛の花由来イソフラボン(テクトリゲニン類として)が含まれます。葛の花由来イソフラボン(テクトリゲニン類として)には、肥満気味な方の、体重やお腹の脂肪(内臓脂肪と皮下脂肪)やウエスト周囲径を減らすのを助ける機能があることが報告されています。肥満気味な方、BMIが高めの方、肥満気味でお腹の脂肪やウエスト周囲径が気になる方に適した食品です。	A	研究レビュー	5	5	5	5	4	5	1	4	5	3	4	後値並びに変化量が報告されていなかった1報を除外し、最終的に残った査読つき論文4報でメタアナリシスを実施したところ、体重低減に関して有意な効果(p<0.0001)が認められた。なお、研究レビューとしても体重はRCT4報相当で有効と考える。 なお、試験前後の差分で群間比較をした臨床論文を採用するにあたり、科学的妥当性を確認した。
F760(お腹の脂肪)	葛花・ルイボス茶	東洋新薬	加工	葛の花由来イソフラボン(テクトリゲニン類として):22 mg	本品には、葛の花由来イソフラボン(テクトリゲニン類として)が含まれます。葛の花由来イソフラボン(テクトリゲニン類として)には、肥満気味な方の、体重やお腹の脂肪(内臓脂肪と皮下脂肪)やウエスト周囲径を減らすのを助ける機能があることが報告されています。肥満気味な方、BMIが高めの方、肥満気味でお腹の脂肪やウエスト周囲径が気になる方に適した食品です。	A	研究レビュー	4	4	4	4	4	4	0	4	5	3	4	査読つき論文4報でメタアナリシスを実施したところ、総脂肪面積、内臓脂肪面積、皮下脂肪面積低減に関して有意な効果(それぞれ、p=0.0002、p<0.0001、p=0.0009)が認められた。なお、研究レビューとしても総脂肪面積はRCT4報中3報相当で、内臓脂肪面積はRCT4報中4報相当で、皮下脂肪面積はRCT4報中3報相当で有効と考えます。 なお、試験前後の差分で群間比較をした臨床論文を採用するにあたり、科学的妥当性を確認した。
F760(ウエスト周囲径)	葛花・ルイボス茶	東洋新薬	加工	葛の花由来イソフラボン(テクトリゲニン類として):22 mg	本品には、葛の花由来イソフラボン(テクトリゲニン類として)が含まれます。葛の花由来イソフラボン(テクトリゲニン類として)には、肥満気味な方の、体重やお腹の脂肪(内臓脂肪と皮下脂肪)やウエスト周囲径を減らすのを助ける機能があることが報告されています。肥満気味な方、BMIが高めの方、肥満気味でお腹の脂肪やウエスト周囲径が気になる方に適した食品です。	C	研究レビュー	5	5	5	5	4	5	1	4	5	2	3	後値並びに変化量が報告されていなかった1報を除外し、最終的に残った査読つき論文4報でメタアナリシスを実施したところ、胴囲低減に関して有意な効果(p=0.0004)が認められた。なお、研究レビューとしてもRCT4報中3報相当で有効と考えます。 なお、試験前後の差分で群間比較をした臨床論文を採用するにあたり、科学的妥当性を確認した。
F784(肌)	ブロッコリースルフォラファンスプラウトお肌７０	株式会社サラダコスモ	生鮮	スルフォラファングルコシノレート　28mg	本品にはスルフォラファングルコシノレートが含まれます。スルフォラファングルコシノレートを20mg/日摂取すると肌の乾燥が気になる方の肌の水分量を高める機能、スルフォラファングルコシノレートを24mg/日摂取すると、健康な中高年世代の方の健常域でやや高めの血中肝機能酵素(ALT)値を低下させる機能が報告されています。 肌のうるおいを保ちたい方、肝機能酵素(ALT)値が高めの方におすすめです。 ⇒肌の水分量	C	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	2	0	2	1	1	肌が乾燥しがちな参加者がスルフォラファングルコシノレートを20 mg/日、12週間摂取することにより皮膚水分量が有意に増加する結果が得られた。
F784(肝機能ALT)	ブロッコリースルフォラファンスプラウトお肌７０	株式会社サラダコスモ	生鮮	スルフォラファングルコシノレート　28mg	本品にはスルフォラファングルコシノレートが含まれます。スルフォラファングルコシノレートを20mg/日摂取すると肌の乾燥が気になる方の肌の水分量を高める機能、スルフォラファングルコシノレートを24mg/日摂取すると、健康な中高年世代の方の健常域でやや高めの血中肝機能酵素(ALT)値を低下させる機能が報告されています。 肌のうるおいを保ちたい方、肝機能酵素(ALT)値が高めの方におすすめです。 ⇒肝機能酵素(ALT)値低下	B	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	2	1	2	本研究レビューの結果、スルフォラファングルコシノレート24mg/日を継続摂取することが、健康な中高年(45－64歳)世代の方の健常域でやや高めの血中肝機能酵素(ALT)値を低下させる効果に対して肯定的な結果が得られた。
F788(肌)	ブロッコリースルフォラファンスプラウトお肌　B	株式会社サラダコスモ	生鮮	スルフォラファングルコシノレート　28mg	本品にはスルフォラファングルコシノレートが含まれます。スルフォラファングルコシノレートを20mg/日摂取すると肌の乾燥が気になる方の肌の水分量を高める機能、スルフォラファングルコシノレートを24mg/日摂取すると、健康な中高年世代の方の健常域でやや高めの血中肝機能酵素(ALT)値を低下させる機能が報告されています。 肌のうるおいを保ちたい方、肝機能酵素(ALT)値が高めの方におすすめです。 ⇒肌の水分量	C	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	2	0	2	1	1	肌が乾燥しがちな参加者がスルフォラファングルコシノレートを20 mg/日、12週間摂取することにより皮膚水分量が有意に増加する結果が得られた。
F788(肝機能ALT)	ブロッコリースルフォラファンスプラウトお肌　B	株式会社サラダコスモ	生鮮	スルフォラファングルコシノレート　28mg	本品にはスルフォラファングルコシノレートが含まれます。スルフォラファングルコシノレートを20mg/日摂取すると肌の乾燥が気になる方の肌の水分量を高める機能、スルフォラファングルコシノレートを24mg/日摂取すると、健康な中高年世代の方の健常域でやや高めの血中肝機能酵素(ALT)値を低下させる機能が報告されています。 肌のうるおいを保ちたい方、肝機能酵素(ALT)値が高めの方におすすめです。 ⇒肝機能酵素(ALT)値低下	B	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	2	1	2	本研究レビューの結果、スルフォラファングルコシノレート24mg/日を継続摂取することが、健康な中高年(45－64歳)世代の方の健常域でやや高めの血中肝機能酵素(ALT)値を低下させる効果に対して肯定的な結果が得られた。
F1053	チアシードオイルb	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	α-リノレン酸:2.6 g	本品にはα-リノレン酸が含まれます。α-リノレン酸には、血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	機能性関与成分α-リノレン酸を用いた用量適合のRCT論文1報で、血圧が高めの健常者を対象とした α-リノレン酸摂取群において、収縮期血圧、拡張期血圧が有意に低下した(p<0.05)。
G083（肌の健康）	リフティングGABA（ギャバ）a	三和酒類株式会社	1サプリ	GABA:100mg	本品にはGABAが含まれます。GABAには、肌の弾力を維持し、肌の健康を守るのを助ける機能があることが報告されており、肌の乾燥が気になる方に適しています。また、一時的なストレスや疲労感を感じている方の睡眠の質（眠りの深さ）の向上に役立つ機能があることが報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	★論文採用の根拠 本研究レビューでは、リサーチクエスチョンとして、「(P)健康な成人男女が」、「(I)GABA含有食品を摂取することは」、「(C)プラセボを摂取する場合と比較して」、「(O)肌の弾力維持に役立つか」を設定し、日本語文献及び海外文献の検索を行った。採用論文は、事前に規定したプロトコルに基づいていると思われた。 ★機能性エビデンスの総評 一日当たりGABA100mgを継続的に摂取することで、機能性エビデンス「肌の乾燥を気にする方の肌弾力を維持し、肌の健康を守るのを助ける」機能が発揮できることが示された。

ASCON科学者委員会　機能性表示食品の根拠に関する評価判定表（届出者による機能性根拠情報要約による自動評価判定成績）2025.9.1.まで

（注）A～Cの評価判定は科学的根拠の強さを示したものであり、製品の効果の強さを示したものではありません。

評価判定の説明 （2023年7月1日）	「A」：　有効性について十分な科学的根拠がある　（RCT論文が５報以上あり、有効の判定が７５％以上、もしくはシステマティックレビューで有効の場合、あるいは最終製品での肯定的RCT論文が２報以上の場合） 「B」：　有効性についてかなりの科学的根拠がある　（RCT論文が2報以上あり、有効の判定が６５％以上の場合、あるいは最終製品でのRCTが１報の場合） 「C」：　有効性についてある程度の科学的根拠がある　（RCT論文が1報のみ、あるいは2報以上で有効と無効が拮抗する＝有効の判定が６５％未満の場合） 「保留」：消費者庁ガイドラインへの適合性とともに、統計学の利用法などガイドラインに詳細を明記されていない事項に関して有効性の科学的根拠が不足しており、委員会の独自基準（ABC判定）をクリアしていない場合に、届出者からの追加資料を待つという意味で評価判定を保留とする。 ＊届出者より機能性根拠情報要約を既定のエクセル確認票により提出された場合に、本評価成績を随時追加・変更する（消費者庁の届出情報とはタイムラグあり）。 ＊委員会は消費者の代理として届出者に根拠情報要約を依頼し、その根拠情報要約とともに評価成績を公開している。届出者より根拠情報要約の回答がない場合、	①RCT論文であっても被験者数が１群10名未満のものは評価対象としない。質が高い論文は高く評価すべきという見地から、被験者数が1群50名以上のRCT論文は1報を２報分と評価する。 ②システマティックレビューとメタアナリシスは根拠論文がRCT論文５報以上のもののみを採用する。これはシステマティックレビュー１報とＲＣＴ論文5報を同等と考えるＡＳＣＯＮ評価基準に沿った措置である。また、非RCT試験、被験者数が１群10名未満の場合、被験者に病者を含む場合、本項5番に規定したような「データ変換」を使用して理論的根拠が不明確な場合など、ＡＳＣＯＮが評価対象としないＲＣＴ論文はシステマティックレビューの根拠論文と見なさない。 ③18歳・19歳の被験者を含むＲＣＴ論文については、消費者庁「機能性表示食品に関する質疑応答集」（平成30 年3月28日一部改正）に準じて、評価上の必要性など合理的な理由がある場合には採用する。 ④根拠論文の用量適合性の判定は、原則として製品への配合用量の2分の１から2倍までの1日用量を試験用量としたRCT論文を採用する（腸内細菌などは10分の１～10倍を採用）。 ⑤「機能性表示食品に対する食品表示等関係法令に基づく事後的規制（事後チェック）の透明性」（２）イに基づき、「主要アウトカム評価項目における介入群と対照群の群間比較で統計的な有意差（有意水準５％）が認められていない場合」は根拠論文として認めない。なお群間比較を行う際、臨床試験の測定値をそのまま使用せず、試験前後の変化量など「データ変換」を使用した場合には、その理論的根拠が明確に説明されている場合のみ根拠論文として認める。

届出番号 （機能性区分）	商品名	届出者名 （略称）	区分	機能性関与成分名 &1日用量	表示しようとする機能性	ASCON 総合評価判定 （届出者の根拠情報要約による 自動判定成績）	論文区分	査読有論文数	試験数	RCT数	被験者10人以上の論文数	用量適合論文数（配合量の1/2～2倍）	病者、境界域超等を含まない論文数	試験後測定値で群間比較した論文等、統計手法採用の論文総数	試験前後の変化量で群間比較した論文総数	採用したRCT論文相当総数	肯定的RCT論文総数	採用した肯定的論文総数	論文採用の根拠 機能性エビデンスの総評
G083（睡眠の質）	リフティングGABA（ギャバ）a	三和酒類株式会社	1サプリ	GABA：100mg	本品にはGABAが含まれます。GABAには、肌の弾力を維持し、肌の健康を守るのを助ける機能があることが報告されており、肌の乾燥が気になる方に適しています。また、一時的なストレスや疲労感を感じている方の睡眠の質（眠りの深さ）の向上に役立つ機能があることが報告されています。	B	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	★論文採用の根拠 本研究レビューでは、リサーチクエスチョンとして、「健康な成人男女に（P）」、「GABAを摂取させると（I）」、「プラセボと比較して（O）」、「日常生活における睡眠の質（眠りの深さ）を改善するか（O）」を設定し、日本語文献及び海外文献の検索を行った。採用論文は全て、事前に規定したプロトコルに基づいていると思われた。 ★機能性エビデンスの総評 一日当たりGABA100mg を1～2週間摂取することで、機能性エビデンス「睡眠の質（眠りの深さ）の向上に役立つ」が免疫できることが示された。
G228	プレミアムカテキンbody（ボディ）	タイヨーラボ	加工食品（サプリメント形状）	茶カテキン：540 mg	本品には、茶カテキンが含まれます。茶カテキンにはBMIが高めの方の体脂肪を減らす機能があることが報告されています。	A	メタアナリシス	11	11	10	8	11	11	6	5	12	11	12	査読付き論文11報でメタアナリシスを実施した結果、茶カテキンの摂取により、体脂肪（内臓脂肪、皮下脂肪）が有意に低下した（p<0.0001）。
G466	モリンガ元気タブレットH　S（エイチエス）	タイヨーラボ	加工食品（サプリメント形状）	モリンガ種子由来グルコモリンギン：12 mg	本品にはモリンガ種子由来グルコモリンギンが含まれます。モリンガ種子由来グルコモリンギンには、日常生活で疲れを感じやすい方の一時的な身体的疲労感を軽減する機能が報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	機能性関与成分モリンガ種子由来グルコモリンギンを用いた用量適合のRCT論文1報において、日常生活で疲れを感じやすい健常者を対象とし、モリンガ種子由来グルコモリンギンを4週間摂取させたところ、疲労感が有意に軽減された（p<0.05）。
G552	マルベリータブレット	タイヨーラボ	加工食品（サプリメント形状）	桑葉由来イミノシュガー：2.42 mg	本品には、桑葉由来イミノシュガーが含まれます。桑葉由来イミノシュガーは健康な人の食後の血糖値の上昇抑制に役立つことが報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	機能性関与成分桑葉由来イミノシュガーを用いた用量適合のRCT論文1報において、健常者を対象とし、負荷食と共に桑葉由来イミノシュガーを摂取させたところ、食後血糖値が有意に抑制された（p<0.05）。
G580	キオクルト	丸大食品株式会社	加工食品（その他）	鶏由来プラズマローゲン 1.0mg	本品には鶏由来プラズマローゲンが含まれます。鶏由来プラズマローゲンには、中高年の方の認知機能の一部である、言葉を記憶し思い出す能力、「言語記憶力」を維持する機能があることが報告されています。	C	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	2	0	2	1	1	機能性関与成分鶏由来プラズマローゲンを用いた用量適合のRCT論文2報中1報で12週間の経口摂取により群間有意差（p<0.05）が認められた。
G592（体重）	葛花サプリR	東洋新薬	サプリ	葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）22 mg	本品には、葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）が含まれます。葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）には、肥満気味な方の、体重やお腹の脂肪（内臓脂肪と皮下脂肪）やウエスト周囲径を減らすのを助ける機能があることが報告されています。肥満気味な方、BMIが高めの方、肥満気味でお腹の脂肪やウエスト周囲径が気になる方に適した食品です。	A	研究レビュー	6	6	6	6	5	6	1	5	6	4	5	後値並びに変化量が報告されていなかった1報を除外し、最終的に残った査読つき論文5報でメタアナリシスを実施したところ、体重低減に関して有意な効果（p=0.0026）が認められた。なお、研究レビューとしても体重はRCT4報中4報で有効と考えます。 なお、試験前後の差分で群間比較をした臨床論文を採用するにあたり、科学的妥当性を確認した。
G592（お腹の脂肪）	葛花サプリR	東洋新薬	サプリ	葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）22 mg	本品には、葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）が含まれます。葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）には、肥満気味な方の、体重やお腹の脂肪（内臓脂肪と皮下脂肪）やウエスト周囲径を減らすのを助ける機能があることが報告されています。肥満気味な方、BMIが高めの方、肥満気味でお腹の脂肪やウエスト周囲径が気になる方に適した食品です。	A	研究レビュー	4	4	4	4	4	4	0	4	5	3	4	査読つき論文4報でメタアナリシスを実施したところ、総脂肪面積、内臓脂肪面積、皮下脂肪面積低減に関して有意な効果（それぞれ、p<0.0001、p<0.0001、p=0.0015）が認められた。なお、研究レビューとしても総脂肪面積はRCT4報中3報相当で、内臓脂肪面積はRCT4報中4報相当で、皮下脂肪面積はRCT4報中3報相当で有効と考えます。 なお、試験前後の差分で群間比較をした臨床論文を採用するにあたり、科学的妥当性を確認した。
G592（ウエスト周囲径）	葛花サプリR	東洋新薬	サプリ	葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）22 mg	本品には、葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）が含まれます。葛の花由来イソフラボン（テクトリゲニン類として）には、肥満気味な方の、体重やお腹の脂肪（内臓脂肪と皮下脂肪）やウエスト周囲径を減らすのを助ける機能があることが報告されています。肥満気味な方、BMIが高めの方、肥満気味でお腹の脂肪やウエスト周囲径が気になる方に適した食品です。	B	研究レビュー	6	6	6	6	5	6	1	5	6	3	4	後値並びに変化量が報告されていなかった1報を除外し、最終的に残った査読つき論文5報でメタアナリシスを実施したところ、瞬間低減に関して有意な効果（p=0.0122）が認められた。なお、研究レビューとしてもRCT4報中3報相当で有効と考えます。 なお、試験前後の差分で群間比較をした臨床論文を採用するにあたり、科学的妥当性を確認した。
G606	フルグラ　食後の血糖値の上昇が気になる方へ	カルビー株式会社	加工食品（その他）	イソマルトデキストリン（食物繊維）2.13 g	本品にはイソマルトデキストリン（食物繊維）が含まれます。イソマルトデキストリン（食物繊維）には食後に血糖値が上昇しやすい健常者において、食後の血糖値の上昇をおだやかにする機能があることが報告されています。	C	研究レビュー	2	2	2	1	2	2	2	0	1	2	1	システマテックレビューに採用した 2 報はいずれも、RCT 二重盲検のクロスオーバー試験を実施し、肯定的な結果を得ていた。根拠論文 JD6 は被験者が 7 名のため総合判定からは除外した。根拠論文 JD25 は食後血糖値の上昇幅が 66 mg / dL 以上の者 23 名を抽出した層別解析（PPS解析）を行っていた。食後 45 分後の血糖値、最大血糖値、AUC において被験食群とプラセボ群で有意差が認められていた。この結果を踏まえ、訴求する対象者を食後に血糖値が上昇しやすい健常人とした。
G621	リラーレ	キユーピー株式会社	1サプリ	ラフマ由来ヒペロシド 1mg ラフマ由来イソクエルエルストリン 1mg	本品にはラフマ由来ヒペロシド、ラフマ由来イソクエルエルストリンが含まれます。ラフマ由来ヒペロシド、ラフマ由来イソクエルエルストリンには睡眠の質（眠りの深さ・起床時の睡眠に対する満足感）の向上に役立つことが報告されています。	C	研究レビュー	2	2	2	1	2	2	0	2	1	2	1	ラフマ由来ヒペロシド及びラフマ由来イソクエルエルストリン 各1mg/日ずつを摂取することにより、プラセボ摂取と比較して睡眠の質（眠りの深さ・起床時の睡眠に対する満足感）の向上機能があると結論付けた。 本届出の研究レビューは、消費者庁ガイドラインに適合した科学的根拠を確認している。今後さらに機能性表示の根拠となる臨床データを収集する。
G720（一時的な活気・活力の向上と日中の眠気の軽減）	REMWELL（レムウェル）	小野薬品ヘルスケア株式会社	1 サプリ	DHA 150mg、EPA 60mg、DAGE（ジアシルグリセリルエーテル）360mg	さらに、一時的に活気・活力が低下している方の不安感・緊張感・気分の落ち込みを和らげ、一時的な活気・活力の向上と日中の眠気の軽減に役立ちます。	B	最終製品	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	最終製品を用いたRCT論文1報で12週間の経口摂取により群間有意差（p<0.05）が認められた。 主要評価項目である脳波測定による睡眠の質に関しては、個人差が大きいことり、さらに睡眠ステージによっては季節変動も大きい2）と報告されています。我々はこれらの影響をできるだけ抑えるため試験前後の変化量で群間比較する旨を本臨床研究計画書に記載しています。 1）研究開発成果等報告書、平成24年度戦略的基盤技術高度化支援事業「耳栓型2点計測方式による脳波センシング技術と、人行動支援システムの開発」 2）M Kohsaka , K Honma, S Honma, N Morita. Seasonality in human sleep. Experientia. 1992 Mar 15;48(3):231–3.
G720（睡眠の質向上）	REMWELL（レムウェル）	小野薬品ヘルスケア株式会社	1 サプリ	DHA 150mg、EPA 60mg、DAGE（ジアシルグリセリルエーテル）360mg	本品にはDHA、EPA、DAGE（ジアシルグリセリルエーテル、1,2-dipalmitoyl-3-O-hexadecyl-rac-glycerolとして）が含まれており、一時的に睡眠に不満を感じている健康な方の深睡眠とレム睡眠の割合を増加させることで、睡眠の質を向上させる機能があります。	B	最終製品	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	最終製品を用いたRCT論文1報で12週間の経口摂取により群間有意差（p<0.05）が認められた。 主要評価項目である脳波測定による睡眠の質に関しては、個人差が大きいことり、さらに睡眠ステージによっては季節変動も大きい2）と報告されています。我々はこれらの影響をできるだけ抑えるため試験前後の変化量で群間比較する旨を本臨床研究計画書に記載しています。 1）研究開発成果等報告書、平成24年度戦略的基盤技術高度化支援事業「耳栓型2点計測方式による脳波センシング技術と、人行動支援システムの開発」 2）M Kohsaka , N Fukuda, K Honma, S Honma, N Morita. Seasonality in human sleep. Experientia. 1992 Mar 15;48(3):231–3.
G785	サンファイバーおなかサポート	タイヨーラボ	加工食品（サプリメント形状）	グアーガム分解物（食物繊維）：4 g	本品にはグアーガム分解物（食物繊維）が含まれます。グアーガム分解物（食物繊維）は、やや軟らかめの便を改善しておなかの調子を整える機能が報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	機能性関与成分グアーガム分解物（食物繊維）を用いた用量適合のRCT論文1報において、下痢傾向の健常者を対象とし、グアーガム分解物（食物繊維）を12 週間摂取させたところ、便性状が摂取期間全体で改善し、試験後値の群間比較で有意差を認めた（p<0.05）。
G825（お腹の脂肪）	ターミナリアベリリカタブレットE	東洋新薬	サプリ	ターミナリアベリリカ由来没食子酸 2粒当たり20.8 mg　4粒当たり41.6 mg	本品には、ターミナリアベリリカ由来没食子酸が含まれます。ターミナリアベリリカ由来没食子酸には、食事の脂肪や糖の吸収を抑え、食後の中性脂肪や血糖値の上昇をおだやかにする機能、肥満気味な方のお腹の脂肪（内臓脂肪と皮下脂肪）とBMIを減らすのを助ける機能が報告されています。	B	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	0	2	4	2	4	査読つき論文2報でメタアナリシスを実施したところ、内臓脂肪面積、皮下脂肪面積、全脂肪面積に関して有意な効果（p=0.0045, p=0.0092, p=0.0007）が認められた。 なお、研究レビューとしても内臓脂肪面積はRCT2報中2報、皮下脂肪面積、全脂肪面積はRCT2報中1報で有効と考えます。 なお、試験前後の差分で群間比較をした臨床論文を採用するにあたり、科学的妥当性を確認した。
G825（BMI）	ターミナリアベリリカタブレットE	東洋新薬	サプリ	ターミナリアベリリカ由来没食子酸 2粒当たり20.8 mg　4粒当たり41.6 mg	本品には、ターミナリアベリリカ由来没食子酸が含まれます。ターミナリアベリリカ由来没食子酸には、食事の脂肪や糖の吸収を抑え、食後の中性脂肪や血糖値の上昇をおだやかにする機能、肥満気味な方のお腹の脂肪（内臓脂肪と皮下脂肪）とBMIを減らすのを助ける機能が報告されています。	B	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	0	2	4	2	4	査読つき論文2報でメタアナリシスを実施したところ、BMI低減に関して有意な効果（p=0.0006）が認められた。 なお、研究レビューとしてもRCT2報中2報で有効と考えます。 なお、試験前後の差分で群間比較をした臨床論文を採用するにあたり、科学的妥当性を確認した。
G825（食後血糖値）	ターミナリアベリリカタブレットE	東洋新薬	サプリ	ターミナリアベリリカ由来没食子酸 2粒当たり20.8 mg　4粒当たり41.6 mg	本品には、ターミナリアベリリカ由来没食子酸が含まれます。ターミナリアベリリカ由来没食子酸には、食事の脂肪や糖の吸収を抑え、食後の中性脂肪や血糖値の上昇をおだやかにする機能、肥満気味な方のお腹の脂肪（内臓脂肪と皮下脂肪）とBMIを減らすのを助ける機能が報告されています。	B	研究レビュー	3	3	3	3	3	3	0	3	4	3	4	RCT論文3報で、ターミナリアベリリカ由来没食子酸20.8 mg/回の摂取により食後血糖値の上昇を有意に抑制する機能が認められた（p<0.05）。 なお、試験前後の差分で群間比較をした臨床論文を採用するにあたり、科学的妥当性を確認した。

ASCON科学者委員会　機能性表示食品の根拠に関する評価判定表（届出者による機能性根拠情報要約による自動評価判定成績）2025.9.1.まで

（注）Ａ～Ｃの評価判定は科学的根拠の強さを示したものであり、製品の効果の強さを示したものではありません。

評価判定の説明 （2023年7月1日）	「A」：　有効性について十分な科学的根拠がある　（RCT論文が５報以上あり、有効の判定が７５％以上、もしくはシステマティックレビューで有効の場合、あるいは最終製品での肯定的RCT論文が２報以上の場合） 「B」：　有効性についてかなりの科学的根拠がある　（RCT論文が2報以上あり、有効の判定が６５％以上の場合、あるいは最終製品でのRCTが１報の場合） 「C」：　有効性についてある程度の科学的根拠がある　（RCT論文が1報のみ、あるいは2報以上で有効と無効が拮抗する＝有効の判定が６５％未満の場合） 「保留」：消費者庁ガイドラインへの適合性とともに、統計学の利用法などガイドラインに詳細を明記されていない事項に関して有効性の科学的根拠が不足しており、委員会の独自基準（ABC判定）をクリアしていない場合に、届出者からの追加資料を待つという意味で評価判定を保留とする。 ＊届出者より機能性根拠情報要約を既定のエクセル確認票により提出された場合に、本評価成績を随時追加・変更する（消費者庁の届出情報とはタイムラグあり）。 ＊委員会は消費者の代理として届出者に根拠情報要約を依頼し、その根拠情報要約とともに評価成績を公開している。届出者より根拠情報要約の回答がない場合、	①RCT論文であっても被験者数が１群10名未満のものは評価対象としない。質が高い論文は高く評価すべきという見地から、被験者数が1群50名以上のRCT論文は1報を２報分と評価する。 ②システマティックレビューとメタアナリシスは根拠論文がRCT論文５報以上のもののみを採用する。これはシステマティックレビュー１報とＲＣＴ論文5報を同等と考えるＡＳＣＯＮ評価基準に沿った措置である。また、非RCT試験、被験者数が１群10名未満の場合、被験者に病者を含む場合、本項5番に規定したような「データ変換」を使用して理論的根拠が不明確な場合など、ＡＳＣＯＮが評価対象としないＲＣＴ論文はシステマティックレビューの根拠論文と見なさない。 ③18歳・19歳の被験者を含むＲＣＴ論文については、消費者庁「機能性表示食品に関する質疑応答集」（平成30 年3月28日一部改正）に準じて、評価上の必要性など合理的な理由がある場合には採用する。 ④根拠論文の用量適合性の判定は、原則として製品への配合用量の2分の１から2倍までの1日用量を試験用量としたRCT論文を採用する（腸内細菌などは10分の１～10倍を採用）。 ⑤「機能性表示食品に対する食品表示等関係法令に基づく事後的規制（事後チェック）の透明性」（２）イに基づき、「主要アウトカム評価項目における介入群と対照群の群間比較で統計的な有意差（有意水準５％）が認められていない場合」は根拠論文として認めない。なお群間比較を行う際、臨床試験の測定値をそのまま使用せず、試験前後の変化量など「データ変換」を使用した場合には、その理論的根拠が明確に説明されている場合のみ根拠論文として認める。

届出番号 （機能性区分）	商品名	届出者名 （略称）	区分	機能性関与成分名 &1日用量	表示しようとする機能性	ASCON 総合評価判定 （届出者の根拠情報要約による 自動判定成績）	論文区分	査読有論文数	試験数	RCT数	被験者10人以上の論文数	用量適合論文数(配合量の1/2～2倍)	病者、境界域個等を含まない論文数	試験後測定値で群間比較した論文等、統計手法採用の論文総数	試験前後の変化量で群間比較した論文総数	採用したRCT論文相当総数	肯定的RCT論文総数	採用した肯定的論文総数	論文採用の根拠 機能性エビデンスの総評
G825(食後中性脂肪)	ターミナリアベリリカタブレットE	東洋新薬	サプリ	ターミナリアベリリカ由来没食子酸 2粒当たり20.8 mg　4粒当たり41.6 mg	本品には、タ－ミナリアベリリカ由来没食子酸が含まれます。タ－ミナリアベリリカ由来没食子酸には、食事の脂肪や糖の吸収を抑え、食後の中性脂肪や血糖値の上昇をおだやかにする機能、肥満気味な方のお腹の脂肪（内臓脂肪と皮下脂肪）とBMIを減らすのを助ける機能が報告されています。	B	研究レビュー	3	3	3	3	3	3	0	3	4	3	4	RCT論文3報で、タ－ミナリアベリリカ由来没食子酸20.8 mg/回の摂取により食後中性脂肪の上昇を有意に抑制する機能が認められた(p<0.05)。 なお、試験前後の差分で群間比較をした臨床論文を採用するにあたり、科学的妥当性を確認した。
G1051(整腸作用)	植物性乳酸菌ラブレダブル	カゴメ株式会社	2加工	ラブレ菌(Levilactobacillus brevis KB290)　21億個	本品にはラブレ菌(Levilactobacillus brevis KB290)が含まれます。本ラブレ菌は生きて腸まで届き、お通じと腸内環境を改善すること、肌の潤いを守るのを助けることが報告されています。	保留	メタアナリシス	3	3	3	3	2	3	0	3	0	2	0	適格基準に合致した3試験を用いてメタ分析を行った。その結果、標準化平均差を用いた効果推定値[95 %CI]は、主要アウトカムの排便日数で0.39 [0.08, 0.70]、排便回数で0.26 [−0.10, 0.63]、副次アウトカムの糞便中のプロピオン酸濃度で0.35 [0.05, 0.64]だった。またメタ分析を行えなかった副次アウトカムでも、糞便中のビフィズス菌数以外の項目（糞便中の乳酸菌数、糞便中の総有機酸濃度、糞便中の酢酸濃度、排便後の感覚）で総じて改善する方向への変化が見られたことから、ラブレ菌摂取により整腸作用が発揮されると考えられた。
G1051(肌の潤い)	植物性乳酸菌ラブレダブル	カゴメ株式会社	2加工	ラブレ菌(Levilactobacillus brevis KB290)　21億個	本品にはラブレ菌(Levilactobacillus brevis KB290)が含まれます。本ラブレ菌は生きて腸まで届き、お通じと腸内環境を改善すること、肌の潤いを守るのを助けることが報告されています。	保留	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	0	2	0	2	0	適格基準に合致した2 試験を用いて定性的評価を行った結果、採用した 2 試験の両方において、対照群と比較してラブレ菌摂取群では、全ての測定部位、全ての測定時期で角層水分量が有意に高かった。そのため、ラブレ菌摂取により角層水分量上昇作用が発揮されると考えられた。
G1244(血管を締め付けた後の血管の拡張度)	フラバンサプリメントK	東洋新薬	サプリ	松樹皮由来プロシアニジンB1及びB3　2.46mg	本品には、松樹皮由来プロシアニジンB1及びB3が含まれます。松樹皮由来プロシアニジンB1及びB3には、悪玉（LDL）コレステロールや総コレステロールを下げる機能、加齢ともに低下する血管のしなやかさ(柔軟性)（血管を締め付けた後の血管の拡張度）の維持に役立つ機能があることが報告されています。	B	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	2	0	2	2	2	2報の査読付きRCT論文をもって評価を行ったところ、FMDに関して、松樹皮由来プロシアニジンB1及びB3　2.4 mg／日の経口摂取により効果が認められた。
G1244(総コレステロール)	フラバンサプリメントK	東洋新薬	サプリ	松樹皮由来プロシアニジンB1及びB3　2.46mg	本品には、松樹皮由来プロシアニジンB1及びB3が含まれます。松樹皮由来プロシアニジンB1及びB3には、悪玉（LDL）コレステロールや総コレステロールを下げる機能、加齢ともに低下する血管のしなやかさ(柔軟性)（血管を締め付けた後の血管の拡張度）の維持に役立つ機能があることが報告されています。	B	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	1	1	3	1	2	査読つき論文2報でメタアナリシスを実施したところ、総コレステロール低下に関して有意な効果(p<0.001)が認められた。 なお、研究レビューとしてもRCT3報中2報相当で有効と考えます。 なお、試験前後の差分で群間比較をした臨床論文を採用するにあたり、科学的妥当性を確認した。
G1244(悪玉（LDL）コレステロール)	フラバンサプリメントK	東洋新薬	サプリ	松樹皮由来プロシアニジンB1及びB3　2.46mg	本品には、松樹皮由来プロシアニジンB1及びB3が含まれます。松樹皮由来プロシアニジンB1及びB3には、悪玉（LDL）コレステロールや総コレステロールを下げる機能、加齢ともに低下する血管のしなやかさ(柔軟性)（血管を締め付けた後の血管の拡張度）の維持に役立つ機能があることが報告されています。	B	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	2	0	3	2	3	査読つき論文2報でメタアナリシスを実施したところ、LDLコレステロール低下に関して有意な効果(p=0.006)が認められた。 なお、研究レビューとしてもRCT3報中3報相当で有効と考えます。
G1339	有機　黒にんにく	株式会社サラダコスモ	加工	S-アリルシステイン　2mg	本品にはS-アリルシステインが含まれます。S-アリルシステインには、日常生活で生じる一過性の身体的な疲労感を軽減する機能があることが報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	S-アリルシステイン2.0 mg/日の摂取により、身体的な疲労感スコアの低下が認められた。採用文献の対象者は、健常な成人男女であり、本品が想定する対象者と一致していた。 本研究レビューの結果、S-アリルシステインの摂取が日常生活で生じる一過性の身体的な疲労感を軽減する機能に対して肯定的な結果が得られ、その科学的根拠は中程度と判断した。
G1362(肌の健康)	リフティングGABA(ギャバ)b	三和酒類株式会社	1サプリ	GABA：100mg	本品にはGABAが含まれます。GABAには、肌の弾力を維持し、健やかな肌を守るのを助ける機能があることが報告されており、肌の乾燥が気になる方に適しています。 また、一時的な疲労感やストレスを感じている方や中高年者の深い睡眠を増やし、健やかな睡眠（眠りの深さ）を得ることに役立つ機能があることが報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	★論文採用の根拠 本研究レビューでは、リサーチクエスチョンとして、「(P)健康な成人男女が」、「(I)GABA含有食品を摂取することは」、「(C)プラセボを摂取する場合と比較して」、「(O)肌の弾力維持に役立つか」を設定し、日本語文献及び海外文献の検索を行った。採用論文は、事前に規定したプロトコルに基づいていると思われた。 ★機能性エビデンスの総評 一日当たりGABA100mgを継続的に摂取することで、機能性エビデンス「肌の乾燥を気にする方の肌弾力を維持し、肌の健康を守るのを助ける」機能が発揮できることが示された。
G1362(睡眠の質)	リフティングGABA(ギャバ)b	三和酒類株式会社	1サプリ	GABA：100mg	本品にはGABAが含まれます。GABAには、肌の弾力を維持し、健やかな肌を守るのを助ける機能があることが報告されており、肌の乾燥が気になる方に適しています。 また、一時的な疲労感やストレスを感じている方や中高年者の深い睡眠を増やし、健やかな睡眠（眠りの深さ）を得ることに役立つ機能があることが報告されています。	B	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	★論文採用の根拠 本研究レビューでは、リサーチクエスチョンとして、「健康な成人男女に(P)」、「GABAを摂取させると(I)」、「プラセボと比較して(C)」、「日常生活における睡眠の質（眠りの深さ）を改善するか(O)」を設定し、日本語文献及び海外文献の検索を行った。採用論文は全て、事前に規定したプロトコルに基づいていると思われた。 ★機能性エビデンスの総評 一日当たりGABA100mgを1～2週間摂取することで、機能性エビデンス「一時的な疲労感やストレスを感じている方や中高年者の深い睡眠を増やし、健やかな睡眠（眠りの深さ）を得ることに役立つ」が発揮できることが示された。
H134	プラズマローゲン　ハードカプセル	丸大食品株式会社	加工食品(サプリメント形状)	鶏由来プラズマローゲン　0.5mg	本品には鶏由来プラズマローゲンが含まれます。鶏由来プラズマローゲンには、中高年の方の認知機能の一部である認知機能速度（視覚情報を素早く正確に判断して適切な行動につなげる力）を維持するのに役立つ機能があることが報告されています。	C	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	2	0	2	1	1	機能性関与成分鶏由来プラズマローゲンを用いた用量適合のRCT論文2報中1報で12週間の経口摂取により群間有意差(p<0.05)が認められた。
H374(体脂肪)	プレミアムカテキントリプル	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	茶カテキン：540 mg エピガロカテキンガレート(EGCg)：140.2 mg	本品に含まれる茶カテキンには、肥満気味の方の体脂肪（内臓脂肪・皮下脂肪）を減らす機能があることが報告されています。 本品に含まれるエピガロカテキンガレート(EGCg)には、食後血糖値の上昇をおだやかにする機能が報告されています。	A	メタアナリシス	11	11	10	8	11	11	6	5	12	11	12	査読付き論文11報でメタアナリシスを実施した結果、茶カテキンの摂取により、体脂肪(内臓脂肪、皮下脂肪)が有意に低下した(p<0.0001)。
H374(血糖)	プレミアムカテキントリプル	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	茶カテキン：540 mg エピガロカテキンガレート(EGCg)：140.2 mg	本品に含まれる茶カテキンには、肥満気味の方の体脂肪（内臓脂肪・皮下脂肪）を減らす機能があることが報告されています。 本品に含まれるエピガロカテキンガレート(EGCg)には、食後血糖値の上昇をおだやかにする機能が報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	機能性関与成分EGCgを用いた用量適合のRCT論文1報において、健常者を対象とし、EGCgを摂取させることで、食後血糖の上昇が有意に抑制された(p<0.05)。
H423(大豆イソフラボン骨)	カラダに芽ぐみ　キムチ鍋野菜	株式会社サラダコスモ	加工	GABA 12.3mg（1袋3200gあたり） 大豆イソフラボン(アグリコン換算)23.3mg(1袋3200gあたり)	本品にはGABAと大豆イソフラボンが含まれます。GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能、大豆イソフラボンには骨の成分の維持に役立つ機能があることが報告されています。 ⇒イソフラボン骨	A	メタアナリシス	9	9	9	9	9	9	7	2	9	1	1	大豆イソフラボン23.3mg/日（アグリコン換算）以上の摂取により骨吸収抑制作用を有することが認められた。採用文献の対象者は、健常な日本人中高年女性であり、本品が想定する対象者と一致していた。本研究レビューの結果、大豆イソフラボンの摂取が骨吸収抑制作用を有することに対して肯定的な結果が得られた。
H423(GABA血圧)	カラダに芽ぐみ　キムチ鍋野菜	株式会社サラダコスモ	加工	GABA 12.3mg（1袋3200gあたり） 大豆イソフラボン(アグリコン換算)23.3mg(1袋3200gあたり)	本品にはGABAと大豆イソフラボンが含まれます。GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能、大豆イソフラボンには骨の成分の維持に役立つ機能があることが報告されています。 ⇒GABAの血圧作用について	A	研究レビュー	11	11	11	11	8	11	11	0	9	10	9	最終的に残った11報の査読付き論文より、全被験者に対する評価および正常高値血圧者の結果を抽出した層別解析の評価を行ったところ、収縮期・拡張期血圧がプラセボ食摂取群と比較して有意に低下していると判断した。
H424	カラダに芽ぐみ　寄せ鍋野菜	株式会社サラダコスモ	加工	GABA 12.3mg（1袋320gあたり）	本品にはGABAが含まれます。GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。	A	研究レビュー	11	11	11	11	8	11	11	0	9	10	9	最終的に残った11報の査読付き論文より、全被験者に対する評価および正常高値血圧者の結果を抽出した層別解析の評価を行ったところ、収縮期・拡張期血圧がプラセボ食摂取群と比較して有意に低下していると判断した。
H435(骨)	大豆もやし	株式会社サラダコスモ	生鮮	大豆イソフラボン(アグリコン換算)13mg（100gあたり） 大豆イソフラボン(アグリコン換算)26mg（200gあたり）	本品には大豆イソフラボンが含まれます。大豆イソフラボン23.3mg/日（アグリコン換算）摂取すると骨の成分の維持に役立つ機能、大豆イソフラボンを30mg/日（アグリコン換算）摂取すると肌が乾燥しがちな中高年女性の肌の潤いを保つ機能があることが報告されています。本品100gで機能性が報告されている一日あたりの骨への機能性関与成分の56%、本品200gで肌への機能性関与成分の87%を摂取できます。	A	メタアナリシス	9	9	9	9	9	9	7	2	9	1	1	大豆イソフラボン23.3mg/日（アグリコン換算）以上の摂取により骨吸収抑制作用を有することが認められた。採用文献の対象者は、健常な日本人中高年女性であり、本品が想定する対象者と一致していた。本研究レビューの結果、大豆イソフラボンの摂取が骨吸収抑制作用を有することに対して肯定的な結果が得られた。
H435(肌)	大豆もやし	株式会社サラダコスモ	生鮮	大豆イソフラボン(アグリコン換算)13mg（100gあたり） 大豆イソフラボン(アグリコン換算)26mg（200gあたり）	本品には大豆イソフラボンが含まれます。大豆イソフラボン23.3mg/日（アグリコン換算）摂取すると骨の成分の維持に役立つ機能、大豆イソフラボンを30mg/日（アグリコン換算）摂取すると肌が乾燥しがちな中高年女性の肌の潤いを保つ機能があることが報告されています。本品100gで機能性が報告されている一日あたりの骨への機能性関与成分の56%、本品200gで肌への機能性関与成分の87%を摂取できます。 ⇒イソフラボン肌	保留	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	大豆イソフラボン30 mg/日（アグリコン換算）以上の摂取による肌の保湿機能が認められた。採用文献の対象者は、健常で肌が乾燥しがちな日本人中高年女性であり、本品が想定する対象者と一致していた。 本研究レビューの結果、大豆イソフラボンの摂取が肌の保湿機能を保つことに対して肯定的な結果が得られた。

ASCON科学者委員会　機能性表示食品の根拠に関する評価判定表（届出者による機能性根拠情報要約による自動評価判定成績）2025.9.1.まで

（注）Ａ～Ｃの評価判定は科学的根拠の強さを示したものであり、製品の効果の強さを示したものではありません。

評価判定の説明 （2023年7月1日）	「A」：　有効性について十分な科学的根拠がある　（RCT論文が５報以上あり、有効の判定が７５％以上、もしくはシステマティックレビューで有効の場合、あるいは最終製品での肯定的RCT論文が２報以上の場合） 「B」：　有効性についてかなりの科学的根拠がある　（RCT論文が2報以上あり、有効の判定が６５％以上の場合、あるいは最終製品でのRCTが１報の場合） 「C」：　有効性についてある程度の科学的根拠がある　（RCT論文が1報のみ、あるいは2報以上で有効と無効が拮抗する＝有効の判定が６５％未満の場合） 「保留」：消費者庁ガイドラインへの適合性とともに、統計学的利用法などガイドラインに詳細を明記されていない事項に関して有効性の科学的根拠が不足しており、委員会の独自基準（ABC判定）をクリアしていない場合に、届出者からの追加資料を待つという意味で評価判定を保留とする。 ＊届出者より機能性根拠情報要約を既定のエクセル確認票により提出された場合に、本評価成績を随時追加・変更する（消費者庁の届出情報とはタイムラグあり）。 ＊委員会は消費者の代理として届出者に根拠情報要約を依頼し、その根拠情報要約とともに評価成績を公開している。届出者より根拠情報要約の回答がない場合、	①RCT論文であっても被験者数が１群10名未満のものは評価対象としない。質が高い論文は高く評価すべきという見地から、被験者数が1群50名以上のRCT論文は1報を２報分と評価する。 ②システマティックレビューとメタアナリシスは根拠論文がRCT論文５報以上のもののみを採用する。これはシステマティックレビュー１報とＲＣＴ論文5報を同等と考えるＡＳＣＯＮ評価基準に沿った措置である。また、非RCT試験、被験者数が１群10名未満の場合、被験者に病者を含む場合、本項5番に規定したような「データ変換」を使用して理論的根拠が不明確な場合など、ＡＳＣＯＮが評価対象としないＲＣＴ論文はシステマティックレビューの根拠論文と見なさない。 ③18歳・19歳の被験者を含むＲＣＴ論文については、消費者庁「機能性表示食品に関する質疑応答集」（平成30 年3月28日一部改正）に準じて、評価上の必要性など合理的な理由がある場合には採用する。 ④根拠論文の用量適合性の判定は、原則として製品への配合用量の2分の１から2倍までの1日用量を試験用量としたRCT論文を採用する（腸内細菌などは10分の１～10倍を採用）。 ⑤「機能性表示食品に対する食品表示等関係法令に基づく事後的規制（事後チェック）の透明性」（２）イに基づき、「主要アウトカム評価項目における介入群と対照群の群間比較で統計的な有意差（有意水準５％）が認められていない場合」は根拠論文として認めない。なお群間比較を行う際、臨床試験の測定値をそのまま使用せず、試験前後の変化量など「データ変換」を使用した場合には、その理論的根拠が明確に説明されている場合のみ根拠論文として認める。

届出番号 （機能性区分）	商品名	届出者名 （略称）	区分	機能性関与成分名 &1日用量	表示しようとする機能性	ASCON 総合評価判定 （届出者の根拠情報要約による 自動判定成績）	論文区分	査読有論文数	試験数	RCT数	被験者10人以上の論文数	用量適合論文数(配合量の1/2～2倍)	病者、境界域個等を含まない論文数	試験後測定値で群間比較した論文等、統計手法採用の論文総数	試験前後の変化量で群間比較した論文総数	採用したROT論文相当総数	肯定的RCT論文総数	採用した肯定的論文総数	論文採用の根拠 機能性エビデンスの総評
H611(総コレステロール)	血管しなやか×コレステリミット	東洋新薬	サプリ	松樹皮由来プロシアニジンB1及びB3　2.46mg	本品には、松樹皮由来プロシアニジンB1及びB3が含まれます。松樹皮由来プロシアニジンB1及びB3には、加齢とともに低下する血管のしなやかさ(柔軟性)(血管を締め付けた後の血管の拡張度)の維持に役立つ機能、悪玉(LDL)コレステロールや総コレステロールを下げる機能があることが報告されています。	B	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	1	1	3	1	2	査読つき論文2報でメタアナリシスを実施したところ、総コレステロール低下に関して有意な効果(p<0.001)が認められた。 なお、研究レビューとしてもRCT3報中2報相当で有効と考えます。 なお、試験前後の差分で群間比較をした臨床論文を採用するにあたり、科学的妥当性を確認した。
H611(悪玉(LDL)コレステロール)	血管しなやか×コレステリミット	東洋新薬	サプリ	松樹皮由来プロシアニジンB1及びB3　2.46mg	本品には、松樹皮由来プロシアニジンB1及びB3が含まれます。松樹皮由来プロシアニジンB1及びB3には、加齢とともに低下する血管のしなやかさ(柔軟性)(血管を締め付けた後の血管の拡張度)の維持に役立つ機能、悪玉(LDL)コレステロールや総コレステロールを下げる機能があることが報告されています。	B	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	2	0	3	2	3	査読つき論文2報でメタアナリシスを実施したところ、LDLコレステロール低下に関して有意な効果(p=0.006)が認められた。 なお、研究レビューとしてもRCT3報中3報相当で有効と考えます。
H611(血管を締め付けた後の血管拡張度))	血管しなやか×コレステリミット	東洋新薬	サプリ	松樹皮由来プロシアニジンB1及びB3　2.46mg	本品には、松樹皮由来プロシアニジンB1及びB3が含まれます。松樹皮由来プロシアニジンB1及びB3には、加齢とともに低下する血管のしなやかさ(柔軟性)(血管を締め付けた後の血管の拡張度)の維持に役立つ機能、悪玉(LDL)コレステロールや総コレステロールを下げる機能があることが報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1報の査読付きRCT論文をもって評価を行ったところ、FMDに関して、松樹皮由来プロシアニジンB1及びB3　2.4 mg／日の経口摂取により効果が認められた。
H682	キュービー　アマニ油ドレッシング　和風たまねぎ	キユーピー株式会社	2加工	α-リノレン酸 2.6g	本品にはα-リノレン酸が含まれます。α-リノレン酸には血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。	B	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	2	0	3	2	3	採用文献は研究デザインがRCTの査読付き論文である。採用文献からエビデンス総体としてα-リノレン酸2.6g/日を経口摂取することによりプラセボと比較して収縮期血圧・拡張期血圧において有意に低値を示すことが検証された。 以上よりα-リノレン酸の経口摂取は血圧が高めの方の血圧を下げる機能があると考えられた。 本届出の研究レビューは、消費者庁ガイドラインに適合した科学的根拠を確認している。今後さらに機能性表示の根拠となる臨床データを収集する。
H683	キュービー　アマニ油ドレッシング　イタリアン	キユーピー株式会社	2加工	α-リノレン酸 2.6g	本品にはα-リノレン酸が含まれます。α-リノレン酸には血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。	B	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	2	0	3	2	3	採用文献は研究デザインがRCTの査読付き論文である。採用文献からエビデンス総体としてα-リノレン酸2.6g/日を経口摂取することによりプラセボと比較して収縮期血圧・拡張期血圧において有意に低値を示すことが検証された。 以上よりα-リノレン酸の経口摂取は血圧が高めの方の血圧を下げる機能があると考えられた。 本届出の研究レビューは、消費者庁ガイドラインに適合した科学的根拠を確認している。今後さらに機能性表示の根拠となる臨床データを収集する。
H684	フィッテドレッシング　和風醤油　黒酢入り	キユーピー株式会社	2加工	ローズヒップ由来チィリロサイド 0.1 mg	本品にはローズヒップ由来チィリロサイドが含まれます。ローズヒップ由来チィリロサイドにはBMIが高めの方の内臓脂肪を減らす機能があることが報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	採用文献が１報であったため、研究間の非 一貫性は高と評価せざるを得なかった。しかし、対象論文は、日本人を 対象としたランダム化比較試験であり、試験計画がよく遵守されている ことから、肯定的な結論は支持できるものと判断した。 BMI25-30の被験者も含まれるが、「特定保健用食品の表示許可等について」の別添2「特定保健用食品申請に係る申請書作成上の留意事項」に規定された定義に則り、機能性表示制度のガイドライン上、被験者として適切であると考える。 本届出の研究レビューは、消費者庁ガイドラインに適合した科学的根拠を確認している。今後さらに機能性表示の根拠となる臨床データを収集する。
H685	キュービー　フィッテドレッシング　ごま	キユーピー株式会社	2加工	ローズヒップ由来チィリロサイド 0.1 mg	本品にはローズヒップ由来チィリロサイドが含まれます。ローズヒップ由来チィリロサイドにはBMIが高めの方の内臓脂肪を減らす機能があることが報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	採用文献が１報であったため、研究間の非 一貫性は高と評価せざるを得なかった。しかし、対象論文は、日本人を 対象としたランダム化比較試験であり、試験計画がよく遵守されている ことから、肯定的な結論は支持できるものと判断した。 BMI25-30の被験者も含まれるが、「特定保健用食品の表示許可等について」の別添2「特定保健用食品申請に係る申請書作成上の留意事項」に規定された定義に則り、機能性表示制度のガイドライン上、被験者として適切であると考える。 本届出の研究レビューは、消費者庁ガイドラインに適合した科学的根拠を確認している。今後さらに機能性表示の根拠となる臨床データを収集する。
H812	キュービー　アマニ油ドレッシング　ごま　豆乳入り	キユーピー株式会社	2加工	α-リノレン酸 2.6g	本品にはα-リノレン酸が含まれます。α-リノレン酸には血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。	B	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	2	0	3	2	3	採用文献は研究デザインがRCTの査読付き論文である。採用文献からエビデンス総体としてα-リノレン酸2.6g/日を経口摂取することによりプラセボと比較して収縮期血圧・拡張期血圧において有意に低値を示すことが検証された。 以上よりα-リノレン酸の経口摂取は血圧が高めの方の血圧を下げる機能があると考えられた。 本届出の研究レビューは、消費者庁ガイドラインに適合した科学的根拠を確認している。今後さらに機能性表示の根拠となる臨床データを収集する。
H858	林原ヘスペリジンTG(ティージー)	株式会社林原	加工食品(その他)	モノグルコシルヘスペリジン	本品にはモノグルコシルヘスペリジンが含まれます。モノグルコシルヘスペリジンには正常高値からやや高めの血中中性脂肪値を低下させる機能が報告されています。	B	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	2	0	4	2	4	適格基準に合致したRCT論文2報を採用した。採用文献2報は、どちらもモノグルコシルヘスペリジンの摂取により正常高値からやや高めの血中中性脂肪値を低下させる作用が期待できると判断した
H918(血糖)	サンファイバー血糖・腸内環境	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	グアーガム分解物(食物繊維)：3.5 g	本品には、グアーガム分解物(食物繊維)が含まれます。グアーガム分解物(食物繊維)は、糖の吸収をおだやかにし、食後血糖のピーク値を抑える機能が報告されています。グアーガム分解物(食物繊維)は、腸に届いて善玉菌(ビフィズス菌)を増やし、腸内環境を良好にする機能が報告されています。	B	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	2	1	2	機能性関与成分グアーガム分解物(食物繊維)を用いた用量適合のRCT論文1報において、食後血糖値が高めの健常者を対象とし、グアーガム分解物(食物繊維)を摂取させたところ、食後血糖のピーク値(Cmax)及びAUCが有意に抑制された(Cmax：p=0.004、AUC：p=0.043)。
H918(腸内環境)	サンファイバー血糖・腸内環境	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	グアーガム分解物(食物繊維)：3.5 g	本品には、グアーガム分解物(食物繊維)が含まれます。グアーガム分解物(食物繊維)は、糖の吸収をおだやかにし、食後血糖のピーク値を抑える機能が報告されています。グアーガム分解物(食物繊維)は、腸に届いて善玉菌(ビフィズス菌)を増やし、腸内環境を良好にする機能が報告されています。	C	研究レビュー	2	2	2	1	2	2	2	0	1	2	1	機能性関与成分グアーガム分解物(食物繊維)を用いた用量適合のRCT論文2報において、グアーガム分解物を摂取させたところ、黄便中ビフィズス菌占有率が摂取期間全体で有意に改善した(p<0.05)。
H1013	ネルニチン	プロティンケミカル株式会社	iサプリ	機能性関与成分名：L-オルニチン塩酸塩 1日用量：500mg	本品にはL-オルニチン塩酸塩が含まれます。L-オルニチン塩酸塩は、睡眠の質(寝付きの良さ、眠りの深さ、睡眠時間の長さ)の向上をサポートすることが報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	機能性関与成分L-オルニチン塩酸塩で1報の論文が採択され、群間において主観的な睡眠指標OSA-MAの一部、AISが改善される結果であった。
H1025(睡眠)	サンテアニン3つのはたらき	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	L-テアニン：200 mg	本品には「L-テアニン」が含まれます。L-テアニンには、起床時の疲労感や眠気を軽減する機能、一過性の作業にともなうストレスをやわらげる機能、認知機能の一部である言語流暢性(言語情報を適切に素早く数多く思い出す力)が低めの方の言語流暢性をサポートする機能が報告されています。	C	研究レビュー	3	3	3	3	3	3	3	0	3	1	1	機能性関与成分L-テアニンを用いた査読有RCT論文2報について統合解析を実施したところ、起床時の「疲労回復」「眠気」の主観的評価得点が有意に改善し、試験後値の群間比較で有意差を認めた(疲労回復、眠気共に p<0.01)。
H1025(ストレス)	サンテアニン3つのはたらき	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	L-テアニン：200 mg	本品には「L-テアニン」が含まれます。L-テアニンには、起床時の疲労感や眠気を軽減する機能、一過性の作業にともなうストレスをやわらげる機能、認知機能の一部である言語流暢性(言語情報を適切に素早く数多く思い出す力)が低めの方の言語流暢性をサポートする機能が報告されています。	B	研究レビュー	3	3	3	3	3	3	3	0	3	3	3	機能性関与成分L-テアニンを用いた査読有RCT論文3報について統合解析を実施したところ、一過性の作業に伴う精神的ストレスに関してVisual Analogue Scale (VAS)スコアおよび不安感の指標であるState-Trait Anxiety Inventory (STAI)得点が低減し、試験後値の群間比較で有意差を認めた(STAI p<0.01、VAS p<0.05)。
H1025(認知)	サンテアニン3つのはたらき	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	L-テアニン：200 mg	本品には「L-テアニン」が含まれます。L-テアニンには、起床時の疲労感や眠気を軽減する機能、一過性の作業にともなうストレスをやわらげる機能、認知機能の一部である言語流暢性(言語情報を適切に素早く数多く思い出す力)が低めの方の言語流暢性をサポートする機能が報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	機能性関与成分L-テアニンを用いた用量適合のRCT論文1報において、言語流暢性が低めの健常者を対象とした層別解析の結果、L-テアニンを4週間摂取させたところ、言語流暢性が有意に改善した(p<0.05)。
H1052	サンファイバー腸内細菌サポート	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	グアーガム分解物(食物繊維)：2.4 g	本品に含まれるグアーガム分解物(食物繊維)には、腸に届いて腸内細菌叢を改善し、腸内環境を良好にする機能が報告されています。	B	研究レビュー	3	3	3	2	3	3	3	0	2	3	2	機能性関与成分グアーガム分解物(食物繊維)を用いた用量適合のRCT論文3報において、グアーガム分解物を摂取させたところ、腸内細菌叢有意に改善した(p<0.05)。
H1053	サンファイバー便通サポート	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	グアーガム分解物(食物繊維)：4 g	本品に含まれるグアーガム分解物(食物繊維)には、便秘気味の方のお通じを改善する機能が報告されています。	B	研究レビュー	3	3	3	3	3	3	1	2	4	3	4	機能性関与成分グアーガム分解物(食物繊維)を用いた用量適合のRCT論文3報において、便秘気味の健常者を対象とし、グアーガム分解物(食物繊維)を摂取させたところ、排便回数及び排便量が有意に増加した(p<0.05)。

ASCON科学者委員会　機能性表示食品の根拠に関する評価判定表（届出者による機能性根拠情報要約による自動評価判定成績）2025.9.1.まで

（注）Ａ～Ｃの評価判定は科学的根拠の強さを示したものであり、製品の効果の強さを示したものではありません。

評価判定の説明 （2023年7月1日）	「A」：　有効性について十分な科学的根拠がある　（RCT論文が５報以上あり、有効の判定が７５％以上、もしくはシステマティックレビューで有効の場合、あるいは最終製品での肯定的RCT論文が２報以上の場合） 「B」：　有効性についてかなりの科学的根拠がある　（RCT論文が2報以上あり、有効の判定が６５％以上の場合、あるいは最終製品でのRCTが１報の場合） 「C」：　有効性についてある程度の科学的根拠がある　（RCT論文が1報のみ、あるいは2報以上で有効と無効が拮抗する＝有効の判定が６５％未満の場合） 「保留」：消費者庁ガイドラインへの適合性とともに、統計学の利用法などガイドラインに詳細を明記されていない事項に関して有効性の科学的根拠が不足しており、委員会の独自基準（ABC判定）をクリアしていない場合に、届出者からの追加資料を待つという意味で評価判定を保留とする。 ＊届出者より機能性根拠情報要約を既定のエクセル確認票により提出された場合に、本評価成績を随時追加・変更する（消費者庁の届出情報とはタイムラグあり）。 ＊委員会は消費者の代理として届出者に根拠情報要約を依頼し、その根拠情報要約とともに評価成績を公開している。届出者より根拠情報要約の回答がない場合、	①RCT論文であっても被験者数が１群10名未満のものは評価対象としない。質が高い論文は高く評価すべきという見地から、被験者数が1群50名以上のRCT論文は1報を２報分と評価する。 ②システマティックレビューとメタアナリシスは根拠論文がRCT論文５報以上のもののみを採用する。これはシステマティックレビュー１報とＲＣＴ論文5報を同等と考えるＡＳＣＯＮ評価基準に沿った措置である。また、非RCT試験、被験者数が１群10名未満の場合、被験者に病者を含む場合、本項5番に規定したような「データ変換」を使用して理論的根拠が不明確な場合など、ＡＳＣＯＮが評価対象としないＲＣＴ論文はシステマティックレビューの根拠論文と見なさない。 ③18歳・19歳の被験者を含むＲＣＴ論文については、消費者庁「機能性表示食品に関する質疑応答集」（平成30 年3月28日一部改正）に準じて、評価上の必要性など合理的な理由がある場合には採用する。 ④根拠論文の用量適合性の判定は、原則として製品への配合用量の2分の１から2倍までの1日用量を試験用量としたRCT論文を採用する（腸内細菌などは10分の１～10倍を採用）。 ⑤「機能性表示食品に対する食品表示等関係法令に基づく事後的規制（事後チェック）の透明性」（２）イに基づき、「主要アウトカム評価項目における介入群と対照群の群間比較で統計的な有意差（有意水準５％）が認められていない場合」は根拠論文として認めない。なお群間比較を行う際、臨床試験の測定値をそのまま使用せず、試験前後の変化量など「データ変換」を使用した場合には、その理論的根拠が明確に説明されている場合のみ根拠論文として認める。
届出番号 （機能性区分）	商品名	届出者名 （略称）	区分	機能性関与成分名 &1日用量	表示しようとする機能性	ASCON 総合評価判定 （届出者の根拠情報要約による 自動判定成績）	論文区分	査読有論文数	試験数	RCT数	被験者10人以上の論文数	用量適合論文数(配合量の1/2～2倍)	病者、境界域個等を含まない論文数	試験後測定値で群間比較した論文等、統計手法採用の論文総数	試験前後の変化量で群間比較した論文総数	採用したRCT論文相当総数	肯定的RCT論文総数	採用した肯定的論文総数	論文採用の根拠 機能性エビデンスの総評
H1122(血圧)	野菜一日これ一本トリプルケア200ml	カゴメ株式会社	2加工	トマト由来食物繊維　1.6 g GABA　36 mg	本品にはトマト由来食物繊維とGABAが含まれます。トマト由来食物繊維には、食後の血糖値上昇を抑える機能、食後の血中中性脂肪が高めの方の食後血中性脂肪の上昇を抑える機能が報告されています。GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能が報告されています。	A	メタアナリシス	18	18	14	15	12	18	15	3	8	12	7	適格基準に合致した18 編の論文の内、統合可能な6 編を用いて、SBP、DBPについてメタ分析を行った。その結果、標準化平均差を用いた効果推定値[95%CI]は、SBPで−0.69 [−1.07, −0.32]、DBPで−0.69 [−0.90, −0.48]で有意に血圧が低下する結果だった。また、正常血圧者では有意な血圧低下作用は確認されなかったが、正常高値血圧者、I度高血圧者ではSBP、DBP いずれに対しても血圧低下作用が示された。
H1122(食後血糖)	野菜一日これ一本トリプルケア200ml	カゴメ株式会社	2加工	トマト由来食物繊維　1.6 g GABA　36 mg	本品にはトマト由来食物繊維とGABAが含まれます。トマト由来食物繊維には、食後の血糖値上昇を抑える機能、食後の血中中性脂肪が高めの方の食後血中中性脂肪の上昇を抑える機能が報告されています。GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能が報告されています。	保留	メタアナリシス	3	3	0	3	3	3	3	0	0	3	0	採用した3試験を用いて食後血糖値、糖の吸収量の指標である IAUCについてメタアナリシスを行った。その結果、平均差を用いた効果推定値[95 %CI]は、食後45分の血糖値で−9.65 [−16.32, −2.98]で有意な低下を示した。また、IAUC90minで−525.34 [−1002.11, −48.57]、IAUC120minで−457.04 [−910.03, −4.06]で有意な低下を示した。メタアナリシスを行えなかった項目でも、食後15、30分の血糖値及びIAUC60min が低下する傾向が見られた。
H1122(食後中脂)	野菜一日これ一本トリプルケア200ml	カゴメ株式会社	2加工	トマト由来食物繊維　1.6 g GABA　36 mg	本品にはトマト由来食物繊維とGABAが含まれます。トマト由来食物繊維には、食後の血糖値上昇を抑える機能、食後の血中中性脂肪が高めの方の食後血中中性脂肪の上昇を抑える機能が報告されています。GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能が報告されています。	保留	メタアナリシス	2	2	0	2	2	2	2	0	0	2	0	採用した2試験を用いて、食後血中中性脂肪値、ΔCmax、中性脂肪の吸収量の指標であるIAUCの中で検定で異質性がない判断された項目について、全解析対象者および食後血中中性脂肪が高めの方を対象としてメタアナリシスを行った。その結果、食後血中中性脂肪が高めの方を対象とした解析において、平均差を用いた効果推定値[95 %CI]が、食後4時間の血中中性脂肪値は−38.97 [−56.32, −21.63]、ΔCmaxは−29.10 [−43.62, −14.58]、IAUC−63.69 [−102.41, −24.97]で有意な低下を示した。また、IAUC90minで−525.34 [−1002.11, −48.57]、IAUC120minで−457.04 [−910.03, −4.06]で、いずれも有意な低下を示した。
H1134(ひざ関節)	ナグレッシブ	プロテインケミカル株式会社	1サプリ	機能性関与成分名:N-アセチルグルコサミン 1日用量:500mg	本品にはN-アセチルグルコサミンが含まれます。N-アセチルグルコサミンは、歩行や階段の昇り降り時における、ひざ関節の悩みを改善することが報告されています。また、N-アセチルグルコサミンは、肌の乾燥が気になる方の、肌の潤いに役立つことが報告されています。	A	研究レビュー	5	5	5	5	5	5	2	2	5	4	5	機能性関与成分N-アセチルグルコサミン用量適合のRCT論文はJOAスコア、VASスコア、軟骨代謝マーカーにおいて群間で有意に改善された。
H1134(肌乾燥)	ナグレッシブ	プロテインケミカル株式会社	1サプリ	機能性関与成分名:N-アセチルグルコサミン 1日用量:500mg	本品にはN-アセチルグルコサミンが含まれます。N-アセチルグルコサミンは、歩行や階段の昇り降り時における、ひざ関節の悩みを改善することが報告されています。また、N-アセチルグルコサミンは、肌の乾燥が気になる方の、肌の潤いに役立つことが報告されています。	C	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	0	1	1	1	1	機能性関与成分N-アセチルグルコサミン用量適合のRCT論文は2報で、1報に8週間摂取後、角層水分量において群間有意差が認められた。
H1136(血圧)	サンファイバープレミアム血圧サポート	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	GABA:12.3 mg グアーガム分解物(食物繊維):3.5 g L-テアニン:200 mg	本品には、GABA、グアーガム分解物(食物繊維)、L-テアニンが含まれます。 GABAには、血圧が高めの方の血圧を下げる機能が報告されています。 グアーガム分解物(食物繊維)には、善玉菌(ビフィズス菌)を増やし、腸内環境を良好にする機能が報告されています。 L-テアニンには、夜間の良質な睡眠(起床時の疲労感・眠気を軽減)をサポートする機能、一過性の作業に伴うストレスを緩和する機能が報告されています。	A	研究レビュー	11	11	11	11	7	11	9	2	8	11	8	機能性関与成分GABAを用いた用量適合のRCT論文において、血圧が高めの健常者を対象とし、GABAを摂取させたところ、血圧が有意に低下した($p<0.05$)。
H1136(腸内環境)	サンファイバープレミアム血圧サポート	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	GABA:12.3 mg グアーガム分解物(食物繊維):3.5 g L-テアニン:200 mg	本品には、GABA、グアーガム分解物(食物繊維)、L-テアニンが含まれます。 GABAには、血圧が高めの方の血圧を下げる機能が報告されています。 グアーガム分解物(食物繊維)には、善玉菌(ビフィズス菌)を増やし、腸内環境を良好にする機能が報告されています。 L-テアニンには、夜間の良質な睡眠(起床時の疲労感・眠気を軽減)をサポートする機能、一過性の作業に伴うストレスを緩和する機能が報告されています。	C	研究レビュー	2	2	2	1	2	2	2	0	1	2	1	機能性関与成分グアーガム分解物(食物繊維)を用いた用量適合のRCT論文2報において、グアーガム分解物を摂取させたところ、糞便中ビフィズス菌占有率が摂取期間全体で有意に改善した($p<0.05$)。
H1136(睡眠)	サンファイバープレミアム血圧サポート	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	GABA:12.3 mg グアーガム分解物(食物繊維):3.5 g L-テアニン:200 mg	本品には、GABA、グアーガム分解物(食物繊維)、L-テアニンが含まれます。 GABAには、血圧が高めの方の血圧を下げる機能が報告されています。 グアーガム分解物(食物繊維)には、善玉菌(ビフィズス菌)を増やし、腸内環境を良好にする機能が報告されています。 L-テアニンには、夜間の良質な睡眠(起床時の疲労感・眠気を軽減)をサポートする機能、一過性の作業に伴うストレスを緩和する機能が報告されています。	C	研究レビュー	3	3	3	3	3	3	3	0	3	1	1	機能性関与成分L-テアニンを用いた査読有RCT論文2報について統合解析を実施したところ、起床時の「疲労回復」「眠気」の主観的評価得点が有意に改善し、試験後値の群間比較で有意差を認めた(疲労回復、眠気共に$p<0.01$)。
H1136(ストレス)	サンファイバープレミアム血圧サポート	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	GABA:12.3 mg グアーガム分解物(食物繊維):3.5 g L-テアニン:200 mg	本品には、GABA、グアーガム分解物(食物繊維)、L-テアニンが含まれます。 GABAには、血圧が高めの方の血圧を下げる機能が報告されています。 グアーガム分解物(食物繊維)には、善玉菌(ビフィズス菌)を増やし、腸内環境を良好にする機能が報告されています。 L-テアニンには、夜間の良質な睡眠(起床時の疲労感・眠気を軽減)をサポートする機能、一過性の作業に伴うストレスを緩和する機能が報告されています。	B	研究レビュー	3	3	3	3	3	3	3	0	3	3	3	機能性関与成分L-テアニンを用いた査読有RCT論文3報について統合解析を実施したところ、一過性の作業に伴う精神的ストレスに関してVisual Analogue Scale (VAS)スコアおよび不安感の指標であるState-Trait Anxiety Inventory (STAI)得点が低減し、試験後値の群間比較で有意差を認めた(STAI $p<0.01$、VAS $p<0.05$)。
H1240	林原ヘスペリジンTGα（ティージーアルファ）	株式会社林原	加工食品(その他)	モノグルコシルヘスペリジン	本品にはモノグルコシルヘスペリジンが含まれます。モノグルコシルヘスペリジンには正常高値からやや高めの血中中性脂肪値を低下させる機能が報告されています。	B	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	2	0	4	2	4	適格基準に合致したRCT論文2報を採用した。採用文献2報は、どちらもモノグルコシルヘスペリジンの摂取により正常高値からやや高めの血中中性脂肪値を低下させる作用が期待できると判断した
H1252_糖吸収	キリン×ファンケル　カロリミットブレンド茶	キリンビバレッジ株式会社	加工食品(その他)	難消化性デキストリン(食物繊維として) 含有量:5g	本品には難消化性デキストリン(食物繊維として)が含まれています。難消化性デキストリン(食物繊維として)には、食事から摂取した糖や脂肪の吸収を抑える機能があることが報告されています。	A	メタアナリシス	24	24	24	23	24	24	24	0	23	20	20	査読付きRCT論文24報でメタアナリシスを実施した。試験は難消化性デキストリン(食物繊維)を含む試験食(飲料)もしくはプラセボ食(飲料)を負荷食と共に摂取した。その結果、食後血糖値AUCにおいて有意な低下が認められた。
H1252_脂肪吸収	キリン×ファンケル　カロリミットブレンド茶	キリンビバレッジ株式会社	加工食品(その他)	難消化性デキストリン(食物繊維として) 含有量:5g	本品には難消化性デキストリン(食物繊維として)が含まれています。難消化性デキストリン(食物繊維として)には、食事から摂取した糖や脂肪の吸収を抑える機能があることが報告されています。	A	メタアナリシス	9	9	9	9	9	9	9	0	14	6	11	査読付きRCT論文9報でメタアナリシスを実施した。試験は難消化性デキストリン(食物繊維)を含む試験食(飲料)もしくはプラセボ食(飲料)を負荷食と共に摂取した。その結果、食後中性脂肪値AUCにおいて有意な低下が認められた。 尚、本システマティックレビューの対象者は、健常成人および機能性表示食品の届出等に関するガイドラインで示されている特定保健用食品の試験方法として記載された対象被験者の範囲とした。全ての論文にやや高め(空腹時血中中性脂肪値が150～200mg/dL未満の者)が含まれていたため、健常成人のみで再度追加的解析を行い、別途定性評価を行った。その結果、AUCにおいて有意な低下が認められた。
H1392_血糖	ファイバリクサ顆粒T	株式会社林原	加工食品(その他)	イソマルデキストリン(食物繊維) 4.30 g	本品にはイソマルデキストリン(食物繊維)が含まれます。イソマルデキストリン(食物繊維)には、食後の血糖値が上がりやすい方の食後血糖や、食後の血中中性脂肪値が高めの方の食後血中中性脂肪の上昇をおだやかにする機能が報告されています。また、腸内環境を整えることにより、おなかの調子を整える機能があることが報告されています。	B	研究レビュー	3	3	3	3	3	3	3	0	3	3	3	適格基準に合致したRCT論文3報を採用した。イソマルデキストリン(食物繊維)は健常成人に対して2.13 g摂取時に血糖値があがりやすい健常成人に対して食後の血糖値の上昇抑制作用を示し、2.53 g摂取時には血糖下面積(AUC)の低下を示した。また3 g摂取時には健常成人に対して食後血糖値の上昇抑制作用とその曲線下面積(AUC)の低下を示した。いずれの結果も群間での有意差が認められた。
H1392_中性脂肪	ファイバリクサ顆粒T	株式会社林原	加工食品(その他)	イソマルデキストリン(食物繊維) 4.30 g	本品にはイソマルデキストリン(食物繊維)が含まれます。イソマルデキストリン(食物繊維)には、食後の血糖値が上がりやすい方の食後血糖や、食後の血中中性脂肪値が高めの方の食後血中中性脂肪の上昇をおだやかにする機能が報告されています。また、腸内環境を整えることにより、おなかの調子を整える機能があることが報告されています。	C	研究レビュー	2	2	2	2	1	2	2	0	1	2	1	適格基準に合致したRCT論文2報の試験データを採用した。イソマルデキストリン(食物繊維)は、は2.13 g摂取時に食後の血中中性脂肪値が高めの健常成人に対して食後の血中中性脂肪値の上昇抑制作用を示し、また5 g摂取時には健常成人に対して食後の血中中性脂肪値の上昇抑制作用とその曲線下面積(AUC)の低下を示した。いずれの結果も群間での有意差が認められた。
H1392_整腸	ファイバリクサ顆粒T	株式会社林原	加工食品(その他)	イソマルデキストリン(食物繊維) 4.30 g	本品にはイソマルデキストリン(食物繊維)が含まれます。イソマルデキストリン(食物繊維)には、食後の血糖値が上がりやすい方の食後血糖や、食後の血中中性脂肪値が高めの方の食後血中中性脂肪の上昇をおだやかにする機能が報告されています。また、腸内環境を整えることにより、おなかの調子を整える機能があることが報告されています。	C	研究レビュー	2	2	2	1	1	2	2	0	1	2	1	適格基準に合致したRCT論文2報を採用した。イソマルデキストリン(食物繊維)の摂取は、便秘傾向者を含む健常成人において排便日数を有意に増加させ、便通を改善する効果があることが明らかになった(2報とも群間有意差あり)。

ASCON科学者委員会　機能性表示食品の根拠に関する評価判定表（届出者による機能性根拠情報要約による自動評価判定成績）2025.9.1.まで

（注）Ａ～Ｃの評価判定は科学的根拠の強さを示したものであり、製品の効果の強さを示したものではありません。

評価判定の説明 （2023年7月1日）	「A」：　有効性について十分な科学的根拠がある　（RCT論文が５報以上あり、有効の判定が７５％以上、もしくはシステマティックレビューで有効の場合、あるいは最終製品での肯定的RCT論文が２報以上の場合） 「B」：　有効性についてかなりの科学的根拠がある　（RCT論文が2報以上あり、有効の判定が６５％以上の場合、あるいは最終製品でのRCTが１報の場合） 「C」：　有効性についてある程度の科学的根拠がある　（RCT論文が1報のみ、あるいは2報以上で有効と無効が拮抗する＝有効の判定が６５％未満の場合） 「保留」：消費者庁ガイドラインへの適合性とともに、統計学的利用法などガイドラインに詳細を明記されていない事項に関して有効性の科学的根拠が不足しており、委員会の独自基準（ABC判定）をクリアしていない場合に、届出者からの追加資料を待つという意味で評価判定を保留とする。 ＊届出者より機能性根拠情報要約を既定のエクセル確認票により提出された場合に、本評価成績を随時追加・変更する（消費者庁の届出情報とはタイムラグあり）。 ＊委員会は消費者の代理として届出者に根拠情報要約を依頼し、その根拠情報要約とともに評価成績を公開している。届出者より根拠情報要約の回答がない場合、	①RCT論文であっても被験者数が１群10名未満のものは評価対象としない。質が高い論文は高く評価すべきという見地から、被験者数が1群50名以上のRCT論文は1報を２報分と評価する。 ②システマティックレビューとメタアナリシスは根拠論文がRCT論文５報以上のもののみを採用する。これはシステマティックレビュー１報とＲＣＴ論文5報を同等と考えるＡＳＣＯＮ評価基準に沿った措置である。また、非RCT試験、被験者数が１群10名未満の場合、被験者に病者を含む場合、本項5番に規定したような「データ変換」を使用して理論的根拠が不明確な場合など、ＡＳＣＯＮが評価対象としないＲＣＴ論文はシステマティックレビューの根拠論文と見なさない。 ③18歳・19歳の被験者を含むＲＣＴ論文については、消費者庁「機能性表示食品に関する質疑応答集」（平成30 年3月28日一部改正）に準じて、評価上の必要性など合理的な理由がある場合には採用する。 ④根拠論文の用量適合性の判定は、原則として製品への配合用量の2分の１から2倍までの1日用量を試験用量としたRCT論文を採用する（腸内細菌などは10分の１～10倍を採用）。 ⑤「機能性表示食品に対する食品表示等関係法令に基づく事後的規制（事後チェック）の透明性」（２）イに基づき、「主要アウトカム評価項目における介入群と対照群の群間比較で統計的な有意差（有意水準５％）が認められていない場合」は根拠論文として認めない。なお群間比較を行う際、臨床試験の測定値をそのまま使用せず、試験前後の変化量など「データ変換」を使用した場合には、その理論的根拠が明確に説明されている場合のみ根拠論文として認める。

届出番号 （機能性区分）	商品名	届出者名 （略称）	区分	機能性関与成分名 &1日用量	表示しようとする機能性	ASCON 総合評価判定 （届出者の根拠情報要約による 自動判定成績）	論文区分	変換有論文数	試験数	ROT数	被験者10人以上の論文数	用量適合論文数（配合量の1/2～2倍）	病者、境界域個等を含まない論文数	試験後測定値で群間比較した論文等、統計手法採用の論文総数	試験前後の変化量で群間比較した論文総数	採用したROT論文相当総数	肯定的RCT論文総数	採用した肯定的論文総数	論文採用の根拠 機能性エビデンスの総評
I1(免疫機能の維持)	ディアレブラス	キユーピー株式会社	1サプリ	酢酸菌GK-1(G. hansenii GK-1) 400億個、GABA 28mg それぞれ別機能を表示するため。	本品には酢酸菌GK-1(G. hansenii GK-1)とGABAが含まれます。酢酸菌GK-1は、pDC(プラズマサイトイド樹状細胞)に働きかけ、健康な人の免疫機能の維持に役立つことと、花粉、ホコリ、ハウスダストなどによる鼻の不快感を軽減することが報告されています。GABAは、仕事や勉強による一時的な精神的ストレスや疲労感を軽減する機能があることが報告されています。	B	研究レビュー	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	採用文献は研究デザインがRCTの査読付き論文である。採用文献からエビデンス総体として、酢酸菌GK-1(G. hansenii GK-1) 90億個/日以上を経口摂取することによりプラセボと比較して免疫機能の維持に役立つことが検証された。 本届出の研究レビューは、消費者庁ガイドラインに適合した科学的根拠を確認している。今後さらに機能性表示の根拠となる臨床データを収集する。
I1(鼻の不快感を低減)	ディアレブラス	キユーピー株式会社	1サプリ	酢酸菌GK-1(G. hansenii GK-1) 400億個、GABA 28mg それぞれ別機能を表示するため。	本品には酢酸菌GK-1(G. hansenii GK-1)とGABAが含まれます。酢酸菌GK-1は、pDC(プラズマサイトイド樹状細胞)に働きかけ、健康な人の免疫機能の維持に役立つことと、花粉、ホコリ、ハウスダストなどによる鼻の不快感を軽減することが報告されています。GABAは、仕事や勉強による一時的な精神的ストレスや疲労感を軽減する機能があることが報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	採用文献は研究デザインがRCTの査読付き論文である。採用文献からエビデンス総体として、酢酸菌GK-1(G. hansenii GK-1) 400億個/日を経口摂取することによりプラセボと比較して鼻の不快感が有意に低値を示すことが検証された。 以上より、酢酸菌GK-1(G. hansenii GK-1) の経口摂取は鼻の不快感軽減機能があると考えられた。 本届出の研究レビューは、消費者庁ガイドラインに適合した科学的根拠を確認している。今後さらに機能性表示の根拠となる臨床データを収集する。
I1(一時的な精神的ストレスや疲労感を軽減)	ディアレブラス	キユーピー株式会社	1サプリ	酢酸菌GK-1(G. hansenii GK-1) 400億個、GABA 28mg それぞれ別機能を表示するため。	本品には酢酸菌GK-1(G. hansenii GK-1)とGABAが含まれます。酢酸菌GK-1は、pDC(プラズマサイトイド樹状細胞)に働きかけ、健康な人の免疫機能の維持に役立つことと、花粉、ホコリ、ハウスダストなどによる鼻の不快感を軽減することが報告されています。GABAは、仕事や勉強による一時的な精神的ストレスや疲労感を軽減する機能があることが報告されています。	C	研究レビュー	7	7	7	6	5	7	4	3	1	5	1	採用文献は研究デザインがRCTの査読付き論文である。採用文献からエビデンス総体としてGABA 28mg/日を経口摂取することによりプラセボと比較して一時的な精神的ストレスや疲労感に関連する副交感神経活動において有意に高値を示すことが検証された。 以上より、GABA の経口摂取は一時的な精神的ストレスや疲労感の軽減機能があると考えられた。 本届出の研究レビューは、消費者庁ガイドラインに適合した科学的根拠を確認している。今後さらに機能性表示の根拠となる臨床データを収集する。
I69	ブルーベリーアイ　W(ダブル)の効果	株式会社わかさ生活	1サプリ	ビルベリー由来アントシアニン、ルテイン	本品にはビルベリー由来アントシアニン及びルテインが含まれます。ビルベリー由来アントシアニンにはピント調節力を改善することで、眼の疲労感を和らげる機能、ルテインにはかすみやぼやけを緩和してくっきり見る力(コントラスト感度)を改善する機能が報告されています。	B	研究レビュー	5	5	5	5	3	5	4	1	3	5	3	<ビルベリー由来アントシアニン> 健康な日本人成人男女に対して、ビルベリー由来アントシアニン40～59.2mg/日(ビルベリーエキスとして107～160mg/日)の摂取は、ピント調節力を改善することにより目の疲労感を和らげる(改善)機能があると示唆された。 <ルテイン> 健康な成人を対象としたRCT研究から、健康な成人において1日当たり6mg以上のルテインを摂取すると、摂取開始から早ければ3か月程度でコントラスト感度が改善することが示唆された。
I351	没食子酸BW(ビーダブル)	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	没食子酸：29.0 mg	本品に含まれる没食子酸には、肥満気味な方の内臓脂肪や体重を減らし、BMI値を改善する機能が報告されています。	B	研究レビュー	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	機能性関与成分没食子酸を用いた用量適合のRCT論文3報において、健常者を対象とし、没食子酸を12週間摂取させることで、内臓脂肪面積、体重及びBMIが有意に低下した(p<0.05)。 本SRは、内臓脂肪面積、体重及びBMIの変化量で群間比較した文献を採用しているが、内臓脂肪面積、体重及びBMIは個人差が大きく影響するため、変化量で評価することは妥当と考え、採用文献とした。
I363	PoteCera（ポテセラ）	カルビー株式会社	加工食品(錠剤、カプセル剤等)	じゃがいも由来グルコシルセラミド 1.8 mg（1800 μg）	本品にはじゃがいも由来グルコシルセラミドが含まれるので、肌が乾燥しがちな方の肌のうるおいを守り、肌の弾力を維持し、肌の健康に役立つ機能があります。	B	最終製品	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	最終製品を用いた二重盲検プラセボ対照並行群間 RCT 試験を実施し、肌の乾燥・かさつきがある健常成人男女がじゃがいも由来グルコシルセラミド 1800 μg を 12 週間継続摂取することで、経表皮水分蒸散量および弾性指数（R2）の有意な差が認められた。よって肌が乾燥しがちな方の肌のうるおいを守り、肌の弾力を維持し、肌の健康に役立つ機能があると結論付けた。
I395	豆苗	株式会社サラダコスモ	生鮮	GABA 7mg（1袋　可食部100g）	本品にはGABAが含まれます。GABAを12.3mg/日摂取すると血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。本品1袋（可食部100g）で機能性が報告されている一日あたりの血圧への機能性関与成分（GABA）の57%を摂取できます。	A	研究レビュー	11	11	11	11	8	11	11	0	9	10	9	最終的に残った11報の査読付き論文より、全被験者に対する評価および正常高値血圧者の結果を抽出した層別解析の評価を行ったところ、収縮期・拡張期血圧がプラセボ食摂取群と比較して有意に低下していると判断した。
I413_難吸収	メルシャン×ファンケル　カロリミット　ノンアル梅酒テイスト	メルシャン株式会社	加工食品(その他)	難消化性デキストリン(食物繊維として) 含有量：5g	本品には難消化性デキストリン（食物繊維として）が含まれています。難消化性デキストリン（食物繊維として）には、食事から摂取した糖や脂肪の吸収を抑える機能があることが報告されています。	A	メタアナリシス	24	24	24	23	24	24	24	0	23	20	20	査読付きRCT論文24報でメタアナリシスを実施した。試験は難消化性デキストリン（食物繊維）を含む試験食（飲料）もしくはプラセボ食（飲料）を負荷食と共に摂取した。その結果、食後血糖値AUCにおいて有意な低下が認められた。
I413_脂肪吸収	メルシャン×ファンケル　カロリミット　ノンアル梅酒テイスト	メルシャン株式会社	加工食品(その他)	難消化性デキストリン(食物繊維として) 含有量：5g	本品には難消化性デキストリン（食物繊維として）が含まれています。難消化性デキストリン（食物繊維として）には、食事から摂取した糖や脂肪の吸収を抑える機能があることが報告されています。	A	メタアナリシス	9	9	9	9	9	9	9	0	14	6	11	査読付きRCT論文9報でメタアナリシスを実施した。試験は難消化性デキストリン（食物繊維）を含む試験食（飲料）もしくはプラセボ食（飲料）を負荷食と共に摂取した。その結果、食後中性脂肪値AUCにおいて有意な低下が認められた。 尚、本システマティックレビューの対象者は、健常成人および機能性表示食品の届出等に関するガイドラインで示されている特定保健用食品の試験方法として記載された対象被験者の範囲とした。全ての論文にやや高め（空腹時血中中性脂肪値が150～200mg/dL未満の者）が含まれていたため、健常成人のみで再度追加的解析を行い、別途定性評価を行った。その結果、AUCにおいて有意な低下が認められた。
I1043	没食子酸BG2(ビージーツー)	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	没食子酸：18.0 mg	本品に含まれる没食子酸には、食事の糖の吸収を抑え、食後の血糖値の上昇をおだやかにする機能が報告されています。	B	研究レビュー	4	4	4	4	4	4	0	4	4	4	4	機能性関与成分没食子酸を用いた用量適合のRCT論文4報において、健常者を対象とし、没食子酸を摂取させることで、食後血糖の上昇が有意に抑制された(p<0.05)。 本SRは、血糖値の変化量で群間比較した文献を採用しているが、血糖値は個人差が大きく影響するため、変化量で評価することが妥当と考え、採用文献とした。
I1052	没食子酸TG2(ティージーツー)	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	没食子酸：20.8 mg	本品に含まれる没食子酸には、食事の脂肪の吸収を抑え、食後の中性脂肪の上昇をおだやかにする機能が報告されています。	B	研究レビュー	3	3	3	3	3	3	0	3	4	3	4	機能性関与成分没食子酸を用いた用量適合のRCT論文3報において、健常者を対象とし、没食子酸を摂取させることで、食後血中中性脂肪の上昇が有意に抑制された(p<0.05)。 本SRは、血中中性脂肪の変化量で群間比較した文献を採用しているが、血中中性脂肪は個人差が大きく影響するため、変化量で評価することが妥当と考え、採用文献とした。
I1060	ヘスペリジンSW(エスダブリュー)	㈱式会社林原	加工食品(その他)	モノグルコシルヘスペリジン	本品にはモノグルコシルヘスペリジンが含まれます。モノグルコシルヘスペリジンには一時的に自覚する朝の顔のむくみ感や、夕方の脚(ふくらはぎ)のむくみを軽減する機能があることが報告されています	B	研究レビュー	2	2	2	1	1	2	2	0	2	2	2	適格基準に合致したRCT論文2報を採用した。採用文献2報を評価し、モノグルコシルヘスペリジンの摂取により朝の顔のむくみ感およびタ方の足のむくみを軽減する作用が期待できると判断した。 変化量での群間比較となっているが、VAS法での評価であること、クロスオーバーでの試験であることから、妥当であると考えられる。
I1170	コリンEX	キユーピー株式会社	加工食品(サプリメント形状)	卵黄コリン(コリンとして)	本品には卵黄コリン(コリンとして)が含まれます。卵黄コリンは、中高年の方の加齢に伴い低下する認知機能の一部である言語記憶力(言葉を記憶し思い出す力)を維持することが報告されています。	C	研究レビュー	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2	1	機能性関与成分卵黄コリン(コリンとして)を用いた用量適合のRCT論文2報中、2報とも12週間の経口摂取により、卵黄コリン群はプラセボ(卵黄コリンを含有しない食品)群に対し、摂取後のCognitrax の言語記憶力あるいはCognitrax の言語記憶力の試験前後の差分において有意に高値であった(p<0.05)。
I1329	サエルン	カゴメ株式会社	1サプリ	スルフォラファングルコシノレート	本品にはスルフォラファングルコシノレートが含まれます。スルフォラファングルコシノレートには高年齢者の加齢に伴い低下する認知機能の一部である処理能力（視覚情報を素早く処理し、速(正確に作業を行う能力）の向上をサポートする機能が報告されています。	保留	メタアナリシス	2	2	2	2	2	2	0	2	0	2	0	2 編 3 研究のメタアナリシスの結果、認知機能の指標である「記号探し」は変化量の平均値差を用いた効果推定値［95%CI］が 1.36［0.46, 2.25］であり、有意な向上が確認された(p = 0.003)。また、「符号」は変化量の効果推定値が 1.34［−0.05, 2.72］で統計学的な有意差は認められなかったものの向上する傾向が確認された（p = 0.06）。
J133	サンファイバー睡眠サポートb	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	グアーガム分解物(食物繊維)：4.0 g	本品に含まれるグアーガム分解物(食物繊維)には、睡眠後、目覚めたときのすっきり感をサポートし、起床時の疲労感を軽減する機能が報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	機能性関与成分グアーガム分解物(食物繊維)を用いた用量適合のRCT論文1報において、健常者を対象とし、グアーガム分解物(食物繊維)を摂取させることで、目覚めのすっきり感と起床時の疲労感が有意に良好であった(p<0.05)。
J203	サンテアニン睡眠p	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	L-テアニン：200 mg	本品に含まれるL-テアニンには、夜間の良質な睡眠(起床時の疲労感や眠気を軽減)をサポートする機能が報告されています。	C	研究レビュー	3	3	3	2	2	3	3	0	2	1	1	機能性関与成分L-テアニン(200 mg/日摂取)を用いた査読有RCT論文2報についてメタアナリシスを実施したところ、起床時の「疲労回復」「眠気」の主観的評価得点が有意に改善し、試験後値の群間比較で有意差を認めた(疲労回復、眠気共にp<0.01)。
J271(整腸作用)	植物性乳酸菌ラブレカプセル	カゴメ株式会社	1サプリ	ラブレ菌(Levilactobacillus brevis KB290)　21億個	本品にはラブレ菌(Levilactobacillus brevis KB290)が含まれます。ネラブレ菌は生きて腸まで届き、お通じと腸内環境を改善すること、肌の潤いを守るのを助けることが報告されています。	保留	メタアナリシス	3	3	3	3	2	3	0	3	0	2	0	適格基準に合致したメタ分析を行った。その結果、標準化平均差を用いた効果推定値(95 %CI)は、主要アウトカムの排便日数で0.39 [0.08, 0.70]、排便回数で0.26 [−0.10, 0.63]、副次アウトカムの糞便中のプロピオン酸濃度で0.35 [0.05, 0.64]だった。またメタ分析を行えなかった副次アウトカムでも、糞便中のビフィズス菌数以外の項目(糞便中の乳酸菌数、糞便中の総有機酸濃度、糞便中の酪酸濃度、排便後の感覚)で総じて改善する方向への変化が見られたことから、ラブレ菌摂取により整腸作用が発揮されると考えられた。
J271(肌の潤い)	植物性乳酸菌ラブレカプセル	カゴメ株式会社	1サプリ	ラブレ菌(Levilactobacillus brevis KB290)　21億個	本品にはラブレ菌(Levilactobacillus brevis KB290)が含まれます。ネラブレ菌は生きて腸まで届き、お通じと腸内環境を改善すること、肌の潤いを守るのを助けることが報告されています。	保留	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	0	2	0	2	0	適格基準に合致した2 試験を用いて定性的評価を行った結果、採用した 2 試験の両方において、対照群と比較してラブレ菌摂取群では、全ての測定部位、全ての測定時期で角層水分量が有意に高かった。そのため、ラブレ菌摂取により角層水分量上昇作用が発揮されると考えられた。

ASCON科学者委員会　機能性表示食品の根拠に関する評価判定表（届出者による機能性根拠情報要約による自動評価判定成績）2025.9.1.まで

（注）Ａ～Ｃの評価判定は科学的根拠の強さを示したものであり、製品の効果の強さを示したものではありません。

評価判定の説明 （2023年7月1日）	「A」：　有効性について十分な科学的根拠がある　（RCT論文が５報以上あり、有効の判定が７５％以上、もしくはシステマティックレビューで有効の場合、あるいは最終製品での肯定的RCT論文が２報以上の場合） 「B」：　有効性についてかなりの科学的根拠がある　（RCT論文が2報以上あり、有効の判定が６５％以上の場合、あるいは最終製品でのRCTが１報の場合） 「C」：　有効性についてある程度の科学的根拠がある　（RCT論文が1報のみ、あるいは2報以上で有効と無効が拮抗する＝有効の判定が６５％未満の場合） 「保留」：消費者庁ガイドラインへの適合性とともに、統計学の利用法などガイドラインに詳細を明記されていない事項に関して有効性の科学的根拠が不足しており、委員会の独自基準（ABC判定）をクリアしていない場合に、届出者からの追加資料を待つという意味で評価判定を保留とする。 ＊届出者より機能性根拠情報要約を既定のエクセル確認票により提出された場合に、本評価成績を随時追加・変更する（消費者庁の届出情報とはタイムラグあり）。 ＊委員会は消費者の代理として届出者に根拠情報要約を依頼し、その根拠情報要約とともに評価成績を公開している。届出者より根拠情報要約の回答がない場合、	①RCT論文であっても被験者数が１群10名未満のものは評価対象としない。質が高い論文は高く評価すべきという見地から、被験者数が1群50名以上のRCT論文は1報を２報分と評価する。 ②システマティックレビューとメタアナリシスは根拠論文がRCT論文５報以上のもののみを採用する。これはシステマティックレビュー１報とＲＣＴ論文5報を同等と考えるＡＳＣＯＮ評価基準に沿った措置である。また、非RCT試験、被験者数が１群10名未満の場合、被験者に病者を含む場合、本項5番に規定したような「データ変換」を使用して理論的根拠が不明確な場合など、ＡＳＣＯＮが評価対象としないＲＣＴ論文はシステマティックレビューの根拠論文と見なさない。 ③18歳・19歳の被験者を含むＲＣＴ論文については、消費者庁「機能性表示食品に関する質疑応答集」（平成30 年3月28日一部改正）に準じて、評価上の必要性など合理的な理由がある場合には採用する。 ④根拠論文の用量適合性の判定は、原則として製品への配合用量の2分の１から2倍までの1日用量を試験用量としたRCT論文を採用する（腸内細菌などは10分の１～10倍を採用）。 ⑤「機能性表示食品に対する食品表示等関係法令に基づく事後的規制（事後チェック）の透明性」（２）イに基づき、「主要アウトカム評価項目における介入群と対照群の群間比較で統計的な有意差（有意水準５％）が認められていない場合」は根拠論文として認めない。なお群間比較を行う際、臨床試験の測定値をそのまま使用せず、試験前後の変化量など「データ変換」を使用した場合には、その理論的根拠が明確に説明されている場合のみ根拠論文として認める。

届出番号 （機能性区分）	商品名	届出者名 （略称）	区分	機能性関与成分名 &1日用量	表示しようとする機能性	ASCON 総合評価判定 （届出者の根拠情報要約による 自動判定成績）	論文区分	変換有論文数	試験数	ROT数	被験者10人以上の論文数	用量適合論文数（配合量の1/2～2倍）	病者、境界域個等を含まない論文数	試験後測定値で群間比較した論文等、統計手法採用の論文総数	試験前後の変化量で群間比較した論文総数	採用したROT論文相当総数	肯定的RCT論文総数	採用した肯定的論文総数	論文採用の根拠 機能性エビデンスの総評
J333(一時的な活気・活力感の向上と日中の眠気の軽減)	REMWELL(レムウェル)a	小野薬品ヘルスケア株式会社	1 サプリ	DHA 150mg、EPA 60mg、DAGE(ジアシルグリセリルエーテル、1,2-dipalmitoyl-3-O-hexadecyl-rac-glycerolとして) 360mg	さらに、一時的に活気・活力が低下している方の不安感・緊張感・気分の落ち込みを和らげ、一時的な活気・活力感の向上と日中の眠気の軽減に役立ちます。	B	最終製品	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	最終製品を用いたRCT論文1報で12週間の経口摂取により群間有意差(p<0.05)が認められた。 主要評価項目である脳波測定による睡眠の質に関しては、個人差が大きいことと1)、さらに睡眠ステージによっては季節変動も大きい2)と報告されています。我々はこれらの影響をできるだけ抑えるため試験前後の変化量で群間比較する旨を本臨床研究計画書に記載しています。 1) 研究開発成果等報告書、平成24年度戦略的基盤技術高度化支援事業「耳栓型2点計測方式による脳波センシング技術と、人行動支援システムの開発」 2) M Kohsaka , N Fukuda, K Honma, S Honma, N Morita. Seasonality in human sleep. Experientia. 1992 Mar 15;48(3):231-3.
J333(睡眠の質向上)	REMWELL(レムウェル)a	小野薬品ヘルスケア株式会社	1 サプリ	DHA 150mg、EPA 60mg、DAGE(ジアシルグリセリルエーテル、1,2-dipalmitoyl-3-O-hexadecyl-rac-glycerolとして) 360mg	本品にはDHA、EPA、DAGE(ジアシルグリセリルエーテル、1,2-dipalmitoyl-3-O-hexadecyl-rac-glycerolとして)が含まれており、一時的に睡眠に不満を感じている健康な方の深睡眠とレム睡眠の割合を増加させることで、睡眠の質を向上させる機能があります。	B	最終製品	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	最終製品を用いたRCT論文1報で12週間の経口摂取により群間有意差(p<0.05)が認められた。 主要評価項目である脳波測定による睡眠の質に関しては、個人差が大きいことと1)、さらに睡眠ステージによっては季節変動も大きい2)と報告されています。我々はこれらの影響をできるだけ抑えるため試験前後の変化量で群間比較する旨を本臨床研究計画書に記載しています。 1) 研究開発成果等報告書、平成24年度戦略的基盤技術高度化支援事業「耳栓型2点計測方式による脳波センシング技術と、人行動支援システムの開発」 2) M Kohsaka , N Fukuda, K Honma, S Honma, N Morita. Seasonality in human sleep. Experientia. 1992 Mar 15;48(3):231-3.
J354(食後中脂)	KAGOME(カゴメ)日本のトマト	カゴメ株式会社	2加工	トマト由来食物繊維　1.6 g GABA　36 mg	本品にはトマト由来食物繊維とGABAが含まれます。トマト由来食物繊維には、食後の血中中性脂肪が高めの方の食後血中中性脂肪の上昇を抑える機能が報告されています。GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能が報告されています。	保留	メタアナリシス	2	2	0	2	2	2	2	0	0	2	0	採用2 研究による全解析対象者では、いずれのアウトカムにおいても、全解析対象者での解析ではトマト由来食物繊維の介入による有意な低下は見られなかった。サブグループ解析として、食後の血中中性脂肪値が高めの者を対象とした解析を実施し、採用2 研究によるサブグループ解析対象者でのMA の結果、主要アウトカムであるIAUCとΔCmax、副次アウトカムである食後4 時間の血中中性脂肪値において、トマト由来食物繊維の介入による有意な低下が見られた。平均差を用いた効果推定値[95%CI]は、IAUCが−63.69［−102.41, −24.97］、ΔCmaxが−29.10［−43.82, −14.58］、血中中性脂肪値4 時間が−38.97［−56.32, −21.63］であった。
J354(血圧)	KAGOME(カゴメ)日本のトマト	カゴメ株式会社	2加工	トマト由来食物繊維　1.6 g GABA　36 mg	本品にはトマト由来食物繊維とGABAが含まれます。トマト由来食物繊維には、食後の血中中性脂肪が高めの方の食後血中中性脂肪の上昇を抑える機能が報告されています。GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能が報告されています。	保留	メタアナリシス	10	10	7	10	7	10	10	0	4	8	4	採用10 研究による全ての参加者（正常血圧者、正常高値血圧者、I度高血圧者）でのメタアナリシス の結果、SBP 平均差の効果推定値［95%CI］は −5.60［−8.00, −3.20］、DBP 平均差の効果推定値は −3.35［−4.46, −2.25］であり、どちらも有意な低下が確認された。健常者（正常血圧者、正常高値血圧者）のみを対象とした場合、5研究（採2〜6）が該当し、SBP とDBP の平均差を用いた効果推定値［95%CI］は、それぞれ −4.24［−8.21, −0.28］と −2.94［−4.26, −1.61］であり、ともに有意な血圧低下作用が確認された。 また軽症者（I 度高血圧者）のみの場合の分析では5 研究（採1、採2、採3、採5、採6）が該当し、SBP とDBP の平均差を用いた効果推定値［95%CI］はそれぞれ−5.74［−9.59, −1.89］、−3.47［−5.29, −1.65］であり、ともに有意な低下が確認された。
J372	ヘルシーナッツ　スマートプラス	森下仁丹株式会社	加工食品(その他)	ローズヒップ由来ティリロサイド 0.1mg	本品にはローズヒップ由来ティリロサイドが含まれます。ローズヒップ由来ティリロサイドには血圧が高めの方の体脂肪を減らすのを助ける機能があることが報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	採用した文献は1報であったため、科学的根拠の一貫性を示すことができなかった。しかし、対象論文は、日本人を対象としたランダム化並行群間比較試験であり、試験計画がよく遵守されていることから、肯定的な結論は支持できるものと判断した。
J385(ビフィズス菌)	聞いたことないがすごい素材の腸活スリムファイバー	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	グアーガム分解物(食物繊維)4 g 没食子酸:29 mg	本品にはグアーガム分解物(食物繊維)、没食子酸が含まれます。グアーガム分解物(食物繊維)には、腸に届いて善玉菌(ビフィズス菌)を増やし腸内環境を良好にする機能が報告されています。グアーガム分解物(食物繊維)には、やや軟らかめの便を改善しておなかの調子を整える機能が報告されています。グアーガム分解物(食物繊維)には、便秘気味の方のお通じを改善する機能が報告されています。没食子酸には、食事の脂肪の吸収を抑え、食後の中性脂肪の上昇をおだやかにする機能が報告されています。没食子酸には、食事の糖の吸収を抑え、食後の血糖値の上昇をおだやかにする機能が報告されています。没食子酸には、肥満気味な方の内臓脂肪や体重を減らし、BMI値を改善する機能が報告されています。	C	研究レビュー	2	2	2	1	2	2	2	0	1	2	1	機能性関与成分グアーガム分解物(食物繊維)を用いた用量適合のRCT論文2報において、グアーガム分解物を摂取させたところ、黄便中ビフィズス菌占有率が摂取期間全体で有意に改善した(p<0.05)。
J385(軟便)	聞いたことないがすごい素材の腸活スリムファイバー	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	グアーガム分解物(食物繊維)4 g 没食子酸:29 mg	本品にはグアーガム分解物(食物繊維)、没食子酸が含まれます。グアーガム分解物(食物繊維)には、腸に届いて善玉菌(ビフィズス菌)を増やし腸内環境を良好にする機能が報告されています。グアーガム分解物(食物繊維)には、やや軟らかめの便を改善しておなかの調子を整える機能が報告されています。グアーガム分解物(食物繊維)には、便秘気味の方のお通じを改善する機能が報告されています。没食子酸には、食事の脂肪の吸収を抑え、食後の中性脂肪の上昇をおだやかにする機能が報告されています。没食子酸には、食事の糖の吸収を抑え、食後の血糖値の上昇をおだやかにする機能が報告されています。没食子酸には、肥満気味な方の内臓脂肪や体重を減らし、BMI値を改善する機能が報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	機能性関与成分グアーガム分解物(食物繊維)を用いた用量適合のRCT論文1報において、下痢傾向の健常者を対象とし、グアーガム分解物(食物繊維)を12 週間摂取させたところ、便性状が摂取期間全体で改善し、試験後値の群間比較で有意差を認めた(p<0.05)。
J385(便通)	聞いたことないがすごい素材の腸活スリムファイバー	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	グアーガム分解物(食物繊維)4 g 没食子酸:29 mg	本品にはグアーガム分解物(食物繊維)、没食子酸が含まれます。グアーガム分解物(食物繊維)には、腸に届いて善玉菌(ビフィズス菌)を増やし腸内環境を良好にする機能が報告されています。グアーガム分解物(食物繊維)には、やや軟らかめの便を改善しておなかの調子を整える機能が報告されています。グアーガム分解物(食物繊維)には、便秘気味の方のお通じを改善する機能が報告されています。没食子酸には、食事の脂肪の吸収を抑え、食後の中性脂肪の上昇をおだやかにする機能が報告されています。没食子酸には、食事の糖の吸収を抑え、食後の血糖値の上昇をおだやかにする機能が報告されています。没食子酸には、肥満気味な方の内臓脂肪や体重を減らし、BMI値を改善する機能が報告されています。	B	研究レビュー	3	3	3	3	3	3	1	2	4	3	4	機能性関与成分グアーガム分解物(食物繊維)を用いた用量適合のRCT論文3報において、便秘気味の健常者を対象とし、グアーガム分解物(食物繊維)を摂取させたところ、排便回数及び排便量が有意に増加した(p<0.05)。
J385(中性脂肪)	聞いたことないがすごい素材の腸活スリムファイバー	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	グアーガム分解物(食物繊維)4 g 没食子酸:29 mg	本品にはグアーガム分解物(食物繊維)、没食子酸が含まれます。グアーガム分解物(食物繊維)には、腸に届いて善玉菌(ビフィズス菌)を増やし腸内環境を良好にする機能が報告されています。グアーガム分解物(食物繊維)には、やや軟らかめの便を改善しておなかの調子を整える機能が報告されています。グアーガム分解物(食物繊維)には、便秘気味の方のお通じを改善する機能が報告されています。没食子酸には、食事の脂肪の吸収を抑え、食後の中性脂肪の上昇をおだやかにする機能が報告されています。没食子酸には、食事の糖の吸収を抑え、食後の血糖値の上昇をおだやかにする機能が報告されています。没食子酸には、肥満気味な方の内臓脂肪や体重を減らし、BMI値を改善する機能が報告されています。	B	研究レビュー	3	3	3	3	3	3	0	3	4	3	4	機能性関与成分没食子酸を用いた用量適合のRCT論文3報において、健常者を対象とし、没食子酸を摂取させることで、食後血中中性脂肪の上昇が有意に抑制された(p<0.05)。 本SRは、血中中性脂肪の変化量で群間比較した文献を採用しているが、血中中性脂肪は個人差が大きく影響するため、変化量で評価することが妥当と考え、採用文献とした。
J385(血糖)	聞いたことないがすごい素材の腸活スリムファイバー	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	グアーガム分解物(食物繊維)4 g 没食子酸:29 mg	本品にはグアーガム分解物(食物繊維)、没食子酸が含まれます。グアーガム分解物(食物繊維)には、腸に届いて善玉菌(ビフィズス菌)を増やし腸内環境を良好にする機能が報告されています。グアーガム分解物(食物繊維)には、やや軟らかめの便を改善しておなかの調子を整える機能が報告されています。グアーガム分解物(食物繊維)には、便秘気味の方のお通じを改善する機能が報告されています。没食子酸には、食事の脂肪の吸収を抑え、食後の中性脂肪の上昇をおだやかにする機能が報告されています。没食子酸には、食事の糖の吸収を抑え、食後の血糖値の上昇をおだやかにする機能が報告されています。没食子酸には、肥満気味な方の内臓脂肪や体重を減らし、BMI値を改善する機能が報告されています。	B	研究レビュー	4	4	4	4	4	4	0	4	4	4	4	機能性関与成分没食子酸を用いた用量適合のRCT論文4報において、健常者を対象とし、没食子酸を摂取させることで、食後血糖の上昇が有意に抑制された(p<0.05)。 本SRは、血糖値の変化量で群間比較した文献を採用しているが、血糖値は個人差が大きく影響するため、変化量で評価することが妥当と考え、採用文献とした。

ASCON科学者委員会　機能性表示食品の根拠に関する評価判定表（届出者による機能性根拠情報要約による自動評価判定成績）2025.9.1.まで

（注）Ａ～Ｃの評価判定は科学的根拠の強さを示したものであり、製品の効果の強さを示したものではありません。

評価判定の説明 （2023年7月1日）	「A」：　有効性について十分な科学的根拠がある　（RCT論文が５報以上あり、有効の判定が７５％以上、もしくはシステマティックレビューで有効の場合、あるいは最終製品での肯定的RCT論文が２報以上の場合） 「B」：　有効性についてかなりの科学的根拠がある　（RCT論文が2報以上あり、有効の判定が６５％以上の場合、あるいは最終製品でのRCTが１報の場合） 「C」：　有効性についてある程度の科学的根拠がある　（RCT論文が1報のみ、あるいは2報以上で有効と無効が拮抗する＝有効の判定が６５％未満の場合） 「保留」：消費者庁ガイドラインへの適合性とともに、統計学の利用法などガイドラインに詳細を明記されていない事項に関して有効性の科学的根拠が不足しており、委員会の独自基準（ABC判定）をクリアしていない場合に、届出者からの追加資料を待つという意味で評価判定を保留とする。 ＊届出者より機能性根拠情報要約を既定のエクセル確認票により提出された場合に、本評価成績を随時追加・変更する（消費者庁の届出情報とはタイムラグあり）。 ＊委員会は消費者の代理として届出者に根拠情報要約を依頼し、その根拠情報要約とともに評価成績を公開している。届出者より根拠情報要約の回答がない場合、	①RCT論文であっても被験者数が１群10名未満のものは評価対象としない。質が高い論文は高く評価すべきという見地から、被験者数が1群50名以上のRCT論文は1報を２報分と評価する。 ②システマティックレビューとメタアナリシスは根拠論文がRCT論文５報以上のもののみを採用する。これはシステマティックレビュー１報とＲＣＴ論文5報を同等と考えるＡＳＣＯＮ評価基準に沿った措置である。また、非RCT試験、被験者数が１群10名未満の場合、被験者に病者を含む場合、本項5番に規定したような「データ変換」を使用して理論的根拠が不明確な場合など、ＡＳＣＯＮが評価対象としないＲＣＴ論文はシステマティックレビューの根拠論文と見なさない。 ③18歳・19歳の被験者を含むＲＣＴ論文については、消費者庁「機能性表示食品に関する質疑応答集」（平成30 年3月28日一部改正）に準じて、評価上の必要性など合理的な理由がある場合には採用する。 ④根拠論文の用量適合性の判定は、原則として製品への配合用量の2分の１から2倍までの1日用量を試験用量としたRCT論文を採用する（腸内細菌などは10分の１～10倍を採用）。 ⑤「機能性表示食品に対する食品表示等関係法令に基づく事後的規制（事後チェック）の透明性」（２）イに基づき、「主要アウトカム評価項目における介入群と対照群の群間比較で統計的な有意差（有意水準５％）が認められていない場合」は根拠論文として認めない。なお群間比較を行う際、臨床試験の測定値をそのまま使用せず、試験前後の変化量など「データ変換」を使用した場合には、その理論的根拠が明確に説明されている場合のみ根拠論文として認める。

届出番号 （機能性区分）	商品名	届出者名 （略称）	区分	機能性関与成分名 &1日用量	表示しようとする機能性	ASCON 総合評価判定 （届出者の根拠情報要約による 自動判定成績）	論文区分	査読有論文数	試験数	RCT数	被験者10人以上の論文数	用量適合論文数（配合量の1/2～2倍）	病者、境界域超等を含まない論文数	試験後測定値で群間比較した論文等、統計手法採用の論文総数	試験前後の変化量で群間比較した論文総数	採用したRCT論文相当総数	肯定的RCT論文総数	採用した肯定的論文総数	論文採用の根拠 機能性エビデンスの総評
J385(体重)	聞いたことないがすごい素材の腸活スリムファイバー	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	グアーガム分解物(食物繊維)4 g 没食子酸:29 mg	本品にはグアーガム分解物(食物繊維)、没食子酸が含まれます。グアーガム分解物(食物繊維)には、腸に届いて善玉菌(ビフィズス菌)を増やし腸内環境を良好にする機能が報告されています。グアーガム分解物(食物繊維)には、やや軟らかめの便を改善しておなかの調子を整える機能が報告されています。グアーガム分解物(食物繊維)には、便秘気味の方のお通じを改善する機能が報告されています。没食子酸には、食事の脂肪の吸収を抑え、食後の中性脂肪の上昇をおだやかにする機能が報告されています。没食子酸には、食事の糖の吸収を抑え、食後の血糖値の上昇をおだやかにする機能、食事の脂肪の吸収を抑え、食後の中性脂肪の上昇をおだやかにする機能、肥満気味な方の内臓脂肪や体重を減らし、BMI値を改善する機能が報告されています。	B	研究レビュー	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	機能性関与成分没食子酸を用いた用量適合のRCT論文3報において、健常者を対象とし、没食子酸を12週間摂取させることで、内臓脂肪面積、体重及びBMIが有意に低下した(p<0.05)。 本SRは、内臓脂肪面積、体重及びBMIの変化量で群間比較した文献を採用しているが、内臓脂肪面積、体重及びBMIは個人差が大きく影響するため、変化量で評価することは妥当と考え、採用文献とした。
J619(腸内細菌叢)	食事でグアーガム分解物と没食子酸とGABA(ギャバ)を摂る幸福	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	グアーガム分解物(食物繊維):4 g 没食子酸:20.8～62.4 mg GABA:20～60 mg	本品にはグアーガム分解物(食物繊維)、没食子酸、GABAが含まれます。グアーガム分解物(食物繊維)には、腸に届いて腸内細菌叢を改善し、腸内環境を良好にする機能が報告されています。没食子酸には、食事の糖の吸収を抑え、食後の血糖値の上昇をおだやかにする機能、食事の脂肪の吸収を抑え、食後の中性脂肪の上昇をおだやかにする機能、肥満気味な方の内臓脂肪や体重を減らし、BMI値を改善する機能が報告されています。GABAには、血圧が高めの方の血圧を下げる機能が報告されています。	B	研究レビュー	3	3	3	2	3	3	3	0	2	3	2	機能性関与成分グアーガム分解物(食物繊維)を用いた用量適合のRCT論文3報において、グアーガム分解物を摂取させたところ、腸内細菌叢有意に改善した(p<0.05)。
J619(血糖)	食事でグアーガム分解物と没食子酸とGABA(ギャバ)を摂る幸福	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	グアーガム分解物(食物繊維):4 g 没食子酸:20.8～62.4 mg GABA:20～60 mg	本品にはグアーガム分解物(食物繊維)、没食子酸、GABAが含まれます。グアーガム分解物(食物繊維)には、腸に届いて腸内細菌叢を改善し、腸内環境を良好にする機能が報告されています。没食子酸には、食事の糖の吸収を抑え、食後の血糖値の上昇をおだやかにする機能、食事の脂肪の吸収を抑え、食後の中性脂肪の上昇をおだやかにする機能、肥満気味な方の内臓脂肪や体重を減らし、BMI値を改善する機能が報告されています。GABAには、血圧が高めの方の血圧を下げる機能が報告されています。	B	研究レビュー	4	4	4	4	4	4	0	4	4	4	4	機能性関与成分没食子酸を用いた用量適合のRCT論文4報において、健常者を対象とし、没食子酸を摂取させることで、食後血糖の上昇が有意に抑制された(p<0.05)。 本SRは、血糖値の変化量で群間比較した文献を採用しているが、血糖値は個人差が大きく影響するため、変化量で評価することが妥当と考え、採用文献とした。
J619(中性脂肪)	食事でグアーガム分解物と没食子酸とGABA(ギャバ)を摂る幸福	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	グアーガム分解物(食物繊維):4 g 没食子酸:20.8～62.4 mg GABA:20～60 mg	本品にはグアーガム分解物(食物繊維)、没食子酸、GABAが含まれます。グアーガム分解物(食物繊維)には、腸に届いて腸内細菌叢を改善し、腸内環境を良好にする機能が報告されています。没食子酸には、食事の糖の吸収を抑え、食後の血糖値の上昇をおだやかにする機能、食事の脂肪の吸収を抑え、食後の中性脂肪の上昇をおだやかにする機能、肥満気味な方の内臓脂肪や体重を減らし、BMI値を改善する機能が報告されています。GABAには、血圧が高めの方の血圧を下げる機能が報告されています。	B	研究レビュー	3	3	3	3	3	3	0	3	4	3	4	機能性関与成分没食子酸を用いた用量適合のRCT論文3報において、健常者を対象とし、没食子酸を摂取させることで、食後血中中性脂肪の上昇が有意に抑制された(p<0.05)。 本SRは、血中中性脂肪の変化量で群間比較した文献を採用しているが、血中中性脂肪は個人差が大きく影響するため、変化量で評価することが妥当と考え、採用文献とした。
J619(体重)	食事でグアーガム分解物と没食子酸とGABA(ギャバ)を摂る幸福	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	グアーガム分解物(食物繊維):4 g 没食子酸:20.8～62.4 mg GABA:20～60 mg	本品にはグアーガム分解物(食物繊維)、没食子酸、GABAが含まれます。グアーガム分解物(食物繊維)には、腸に届いて腸内細菌叢を改善し、腸内環境を良好にする機能が報告されています。没食子酸には、食事の糖の吸収を抑え、食後の血糖値の上昇をおだやかにする機能、食事の脂肪の吸収を抑え、食後の中性脂肪の上昇をおだやかにする機能、肥満気味な方の内臓脂肪や体重を減らし、BMI値を改善する機能が報告されています。GABAには、血圧が高めの方の血圧を下げる機能が報告されています。	B	研究レビュー	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	機能性関与成分没食子酸を用いた用量適合のRCT論文3報において、健常者を対象とし、没食子酸を12週間摂取させることで、内臓脂肪面積、体重及びBMIが有意に低下した(p<0.05)。 本SRは、内臓脂肪面積、体重及びBMIの変化量で群間比較した文献を採用しているが、内臓脂肪面積、体重及びBMIは個人差が大きく影響するため、変化量で評価することは妥当と考え、採用文献とした。
J619(血圧)	食事でグアーガム分解物と没食子酸とGABA(ギャバ)を摂る幸福	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	グアーガム分解物(食物繊維):4 g 没食子酸:20.8～62.4 mg GABA:20～60 mg	本品にはグアーガム分解物(食物繊維)、没食子酸、GABAが含まれます。グアーガム分解物(食物繊維)には、腸に届いて腸内細菌叢を改善し、腸内環境を良好にする機能が報告されています。没食子酸には、食事の糖の吸収を抑え、食後の血糖値の上昇をおだやかにする機能、食事の脂肪の吸収を抑え、食後の中性脂肪の上昇をおだやかにする機能、肥満気味な方の内臓脂肪や体重を減らし、BMI値を改善する機能が報告されています。GABAには、血圧が高めの方の血圧を下げる機能が報告されています。	A	研究レビュー	15	15	15	14	15	15	15	0	17	13	15	機能性関与成分GABAを用いた用量適合のRCT論文10報以上において、GABAを摂取させたところ、血圧が高めの方の血圧が有意に低下した(p<0.05)。
J627	フルグラ　食後の血糖値ケア	カルビー株式会社	加工食品(その他)	イソマルトデキストリン(食物繊維) 2.13 g	本品にはイソマルトデキストリン(食物繊維)が含まれます。イソマルトデキストリン(食物繊維)は食後に血糖値が上昇しやすい健常者において、食後の血糖値の上昇をおだやかにする機能があることが報告されています	B	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	2	0	2	2	2	システマテックレビューに採用した 2 報はいずれも、RCT 二重盲検のクロスオーバー試験を実施し、肯定的な結果を得ていた。根拠論文 J031 は食後血糖値の上昇幅が 66 mg / dL 以上の者 23 名を抽出した層別解析 (PPS解析) を行っていた。食後 45 分後の血糖値、最大血糖値、AUC において被験食群とプラセボ群で有意差が認められていた。根拠論文 JD80 は食後 60, 90, 120 分後の血糖値、AUC において被験食群とプラセボ群で有意差が認められた。この結果を踏まえ、訴求する対象者を食後に血糖値が上昇しやすい健常人とした。
J677	サンファイバーウォーターキープ	タイヨーラボ	加工食品(サプリメント形状)	グアーガム分解物(食物繊維):8 g	本品に含まれるグアーガム分解物には、腸に届いて善玉菌(ビフィズス菌)を増やし、腸内環境を良好にする機能が報告されています。	C	研究レビュー	2	2	2	1	2	2	2	0	1	2	1	機能性関与成分グアーガム分解物(食物繊維)を用いた用量適合のRCT論文2報において、グアーガム分解物を摂取させたところ、糞便中ビフィズス菌占有率が摂取期間全体で有意に改善した(p<0.05)。
J793(血圧)	高GABA(ギャバ)トマトW	カゴメアグリフレッシュ株式会社	3生鮮	GABA　14 mg	本品にはGABAが含まれ、GABAを11.46mg/日摂取すると血圧が高めの方の血圧を下げる機能が、GABAを28mg/日摂取すると仕事や勉強による一時的で心理的なストレスを低減する機能が報告されています。本品2～4個(可食部162g)を食べると機能性が報告されている一日当たりの血圧低下の機能性関与成分の100%、心理的ストレスの機能性関与成分の量の50%を摂取できます。	保留	メタアナリシス	10	10	7	10	7	10	10	0	4	8	4	採用10 研究による全ての参加者（正常血圧者、正常高値血圧者、I 度高血圧者）でのメタアナリシス の結果、SBP 平均差の効果推定値 [95%CI] は −5.60 [−8.00, −3.20] 、DBP 平均差の効果推定値は −3.35 [−4.46, −2.25] であり、どちらも有意な低下が確認された。健常者（正常血圧者、正常高値血圧者）のみを対象とした場合、5研究（採2～6）が該当し、SBP とDBP の平均差を用いた効果推定値 [95%CI] は、それぞれ −4.24 [−8.21, −0.28] と −2.94 [−4.26, −1.61] であり、ともに有意な血圧低下作用が確認された。 また軽症者（I 度高血圧者）のみの場合の分析では5 研究（採1、採2、採3、採5、採6）が該当し、SBP とDBP の平均差を用いた効果推定値 [95%CI] はそれぞれ −5.74 [−9.59, −1.89] 、−3.47 [−5.29, −1.65] であり、ともに有意な低下が確認された。
J793(心理的ストレス)	高GABA(ギャバ)トマトW	カゴメアグリフレッシュ株式会社	3生鮮	GABA　14 mg	本品にはGABAが含まれ、GABAを11.46mg/日摂取すると血圧が高めの方の血圧を下げる機能が、GABAを28mg/日摂取すると仕事や勉強による一時的で心理的なストレスを低減する機能が報告されています。本品2～4個(可食部162g)を食べると機能性が報告されている一日当たりの血圧低下の機能性関与成分の100%、心理的ストレスの機能性関与成分の量の50%を摂取できます。	B	研究レビュー	7	7	6	6	3	7	4	3	2	4	2	定性的な評価において、評価が可能であった7 つのアウトカムのうち、2 つの主観的指標 (POMS、VAS) においては有効性を示すかどうかは判断できなかったが、5 つの客観的指標 (脳波（α 波）、心拍変動、唾液中コルチゾール、唾液中クロモグラニンA、唾液中IgA) は全てに対してGABAの摂取による有効性が認められると判断した。
J899	キュービー　免疫ケア　酢酸菌GK−1　ドレッシング　まろやかごま	キユーピー株式会社	2加工	酢酸菌GK−1(G. hansenii GK−1) 90億個	本品には酢酸菌GK−1(G. hansenii GK−1)とGABAが含まれます。酢酸菌GK−1は、pDC(プラズマサイトイド樹状細胞)に働きかけ、健康な人の免疫機能の維持に役立つが報告されています。	B	研究レビュー	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	採用文献は研究デザインがRCTの表読付き論文である。採用文献からエビデンス総体として、酢酸菌GK−1(G. hansenii GK−1) 90億個/日以上を経口摂取することによりプラセボと比較して免疫機能の維持に役立つことが検証された。 本届出の研究レビューは、消費者庁ガイドラインに適合した科学的根拠を確認している。今後さらに機能性表示の根拠となる臨床データを収集する。
J900	キュービー　免疫ケア　酢酸菌GK−1　マヨネーズタイプ	キユーピー株式会社	2加工	酢酸菌GK−1(G. hansenii GK−1) 90億個	本品には酢酸菌GK−1(G. hansenii GK−1)とGABAが含まれます。酢酸菌GK−1は、pDC(プラズマサイトイド樹状細胞)に働きかけ、健康な人の免疫機能の維持に役立つが報告されています。	B	研究レビュー	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	採用文献は研究デザインがRCTの表読付き論文である。採用文献からエビデンス総体として、酢酸菌GK−1(G. hansenii GK−1) 90億個/日以上を経口摂取することによりプラセボと比較して免疫機能の維持に役立つことが検証された。 本届出の研究レビューは、消費者庁ガイドラインに適合した科学的根拠を確認している。今後さらに機能性表示の根拠となる臨床データを収集する。
J910(血圧)	野菜一日これ一杯トリプルケア	カゴメ株式会社	2加工	トマト由来食物繊維　1.6 g GABA　36 mg	本品にはトマト由来食物繊維とGABAが含まれます。トマト由来食物繊維には、食後の血糖値上昇を抑える機能、食後の血中中性脂肪が高めの方の食後血中中性脂肪の上昇を抑える機能が報告されています。GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能が報告されています。	保留	メタアナリシス	10	10	7	10	7	10	10	0	4	8	4	採用10 研究による全ての参加者（正常血圧者、正常高値血圧者、I 度高血圧者）でのメタアナリシス の結果、SBP 平均差の効果推定値 [95%CI] は −5.60 [−8.00, −3.20] 、DBP 平均差の効果推定値は −3.35 [−4.46, −2.25] であり、どちらも有意な低下が確認された。健常者（正常血圧者、正常高値血圧者）のみを対象とした場合、5研究（採2～6）が該当し、SBP とDBP の平均差を用いた効果推定値 [95%CI] は、それぞれ −4.24 [−8.21, −0.28] と −2.94 [−4.26, −1.61] であり、ともに有意な血圧低下作用が確認された。 また軽症者（I 度高血圧者）のみの場合の分析では5 研究（採1、採2、採3、採5、採6）が該当し、SBP とDBP の平均差を用いた効果推定値 [95%CI] はそれぞれ −5.74 [−9.59, −1.89] 、−3.47 [−5.29, −1.65] であり、ともに有意な低下が確認された。

ASCON科学者委員会　機能性表示食品の根拠に関する評価判定表（届出者による機能性根拠情報要約による自動評価判定成績）2025.9.1.まで

（注）A～Cの評価判定は科学的根拠の強さを示したものであり、製品の効果の強さを示したものではありません。

評価判定の説明 （2023年7月1日）	「A」：　有効性について十分な科学的根拠がある　（RCT論文が５報以上あり、有効の判定が７５％以上、もしくはシステマティックレビューで有効の場合、あるいは最終製品での肯定的RCT論文が２報以上の場合） 「B」：　有効性についてかなりの科学的根拠がある　（RCT論文が2報以上あり、有効の判定が６５％以上の場合、あるいは最終製品でのRCTが１報の場合） 「C」：　有効性についてある程度の科学的根拠がある　（RCT論文が1報のみ、あるいは2報以上で有効と無効が拮抗する＝有効の判定が６５％未満の場合） 「保留」：消費者庁ガイドラインへの適合性とともに、統計学的利用法などガイドラインに詳細を明記されていない事項に関して有効性の科学的根拠が不足しており、委員会の独自基準（ABC判定）をクリアしていない場合に、届出者からの追加資料を待つという意味で評価判定を保留とする。 ＊届出者より機能性根拠情報要約を既定のエクセル確認票により提出された場合に、本評価成績を随時追加・変更する（消費者庁の届出情報とはタイムラグあり）。 ＊委員会は消費者の代理として届出者に根拠情報要約を依頼し、その根拠情報要約とともに評価成績を公開している。届出者より根拠情報要約の回答がない場合、	①RCT論文であっても被験者数が１群10名未満のものは評価対象としない。質が高い論文は高く評価すべきという見地から、被験者数が1群50名以上のRCT論文は1報を２報分と評価する。 ②システマティックレビューとメタアナリシスは根拠論文がRCT論文５報以上のもののみを採用する。これはシステマティックレビュー１報とＲＣＴ論文5報を同等と考えるＡＳＣＯＮ評価基準に沿った措置である。また、非RCT試験、被験者数が１群10名未満の場合、被験者に病者を含む場合、本項5番に規定したような「データ変換」を使用して理論的根拠が不明確な場合など、ＡＳＣＯＮが評価対象としないＲＣＴ論文はシステマティックレビューの根拠論文と見なさない。 ③18歳・19歳の被験者を含むＲＣＴ論文については、消費者庁「機能性表示食品に関する質疑応答集」（平成30 年3月28日一部改正）に準じて、評価上の必要性など合理的な理由がある場合には採用する。 ④根拠論文の用量適合性の判定は、原則として製品への配合用量の2分の１から2倍までの1日用量を試験用量としたRCT論文を採用する（腸内細菌などは10分の１～10倍を採用）。 ⑤「機能性表示食品に対する食品表示等関係法令に基づく事後的規制（事後チェック）の透明性」（２）イに基づき、「主要アウトカム評価項目における介入群と対照群の群間比較で統計的な有意差（有意水準５％）が認められていない場合」は根拠論文として認めない。なお群間比較を行う際、臨床試験の測定値をそのまま使用せず、試験前後の変化量など「データ変換」を使用した場合には、その理論的根拠が明確に説明されている場合のみ根拠論文として認める。
届出番号 （機能性区分）	商品名	届出者名 （略称）	区分	機能性関与成分名 &1日用量	表示しようとする機能性	ASCON 総合評価判定 （届出者の根拠情報要約による 自動判定成績）	論文区分	査読有論文数	試験数	RCT数	被験者10人以上の論文数	用量適合論文数(配合量の1/2～2倍)	病者、境界域個等を含まない論文数	試験後測定値で評価比較した論文等、統計手法採用の論文総数	試験前後の変化量で評価比較した論文総数	採用したRCT論文相当総数	肯定的RCT論文総数	採用した肯定的論文総数	論文採用の根拠 機能性エビデンスの総評
J910（食後血糖）	野菜一日これ一杯トリプルケア	カゴメ株式会社	2加工	トマト由来食物繊維 1.6 g GABA 36 mg	本品にはトマト由来食物繊維とGABAが含まれます。トマト由来食物繊維には、食後の血糖値上昇を抑える機能、食後の血中中性脂肪が高めの方の食後血中中性脂肪の上昇を抑える機能が報告されています。GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能が報告されています。	保留	メタアナリシス	3	3	0	3	3	3	3	0	0	3	0	採用3 研究によるMAの結果、主要アウトカムにおいてはIAUC90min、IAUC120min、Δ Cmax のいずれも有意な低下を示し、IAUC60minにおいては低下傾向が見られた。平均差を用いた効果推定値[95%CI]は、IAUC90minが－535.77 [－1006.79, －64.74] (p = 0.03)、IAUC120minが－471.41 [－914.22, －28.60] (p = 0.04)、Δ Cmaxが－9.13 [－16.19, －2.07] (p = 0.01)、IAUC60minが－516.15 [－1056.32, 24.02] (p= 0.06) であった。
J910（食後中脂）	野菜一日これ一杯トリプルケア	カゴメ株式会社	2加工	トマト由来食物繊維 1.6 g GABA 36 mg	本品にはトマト由来食物繊維とGABAが含まれます。トマト由来食物繊維には、食後の血糖値上昇を抑える機能、食後の血中中性脂肪が高めの方の食後血中中性脂肪の上昇を抑える機能が報告されています。GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能が報告されています。	保留	メタアナリシス	2	2	0	2	2	2	2	0	0	2	0	採用2 研究による全解析対象者では、いずれのアウトカムにおいても、全解析対象者での解析ではトマト由来食物繊維の介入による有意な低下は見られなかった。サブグループ解析として、食後の血中中性脂肪値が高めの者を対象とした解析を実施し、採用2 研究によるサブグループ解析対象者でのMA の結果、主要アウトカムであるIAUCとΔ Cmax、副次アウトカムである食後4 時間の血中中性脂肪値において、トマト由来食物繊維の介入による有意な低下が見られた。平均差を用いた効果推定値[95%CI]は、IAUCが－63.69 [－102.41, －24.97]、Δ Cmaxが－29.10 [－43.62, －14.58]、血中中性脂肪値4 時間が－38.97 [－56.32, －21.63]であった。
J911（血圧）	野菜一日これ一本トリプルケア	カゴメ株式会社	2加工	トマト由来食物繊維 1.6 g GABA 36 mg	本品にはトマト由来食物繊維とGABAが含まれます。トマト由来食物繊維には、食後の血糖値上昇を抑える機能、食後の血中中性脂肪が高めの方の食後血中中性脂肪の上昇を抑える機能が報告されています。GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能が報告されています。	保留	メタアナリシス	10	10	7	10	7	10	10	0	4	8	4	採用10 研究による全ての参加者（正常血圧者、正常高値血圧者、I度高血圧者）でのメタアナリシス の結果、SBP 平均差の効果推定値 [95%CI] は－5.60 [－8.00, －3.20]、DBP 平均差の効果推定値は－3.35 [－4.46, －2.25] であり、どちらも有意な低下が確認された。健常者（正常血圧者、正常高値血圧者）のみを対象とした場合、5研究（採2～6）が該当し、SBP とDBP の平均差を用いた効果推定値 [95%CI] は、それぞれ－4.24 [－8.21, －0.28] と－2.94 [－4.26, －1.61] であり、ともに有意な血圧低下作用が確認された。 また軽症者（I度高血圧者）のみの場合の分析では5 研究（採1、採2、採3、採5、採6）が該当し、SBP とDBP の平均差を用いた効果推定値 [95%CI] はそれぞれ－5.74 [－9.59,－1.89] 、－3.47 [－5.29, －1.65] であり、ともに有意な低下が確認された。
J911（食後血糖）	野菜一日これ一本トリプルケア	カゴメ株式会社	2加工	トマト由来食物繊維 1.6 g GABA 36 mg	本品にはトマト由来食物繊維とGABAが含まれます。トマト由来食物繊維には、食後の血糖値上昇を抑える機能、食後の血中中性脂肪が高めの方の食後血中中性脂肪の上昇を抑える機能が報告されています。GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能が報告されています。	保留	メタアナリシス	3	3	0	3	3	3	3	0	0	3	0	採用3 研究によるMAの結果、主要アウトカムにおいてはIAUC90min、IAUC120min、Δ Cmax のいずれも有意な低下を示し、IAUC60minにおいては低下傾向が見られた。平均差を用いた効果推定値[95%CI]は、IAUC90minが－535.77 [－1006.79, －64.74] (p = 0.03)、IAUC120minが－471.41 [－914.22, －28.60] (p = 0.04)、Δ Cmaxが－9.13 [－16.19, －2.07] (p = 0.01)、IAUC60minが－516.15 [－1056.32, 24.02] (p= 0.06) であった。
J911（食後中脂）	野菜一日これ一本トリプルケア	カゴメ株式会社	2加工	トマト由来食物繊維 1.6 g GABA 36 mg	本品にはトマト由来食物繊維とGABAが含まれます。トマト由来食物繊維には、食後の血糖値上昇を抑える機能、食後の血中中性脂肪が高めの方の食後血中中性脂肪の上昇を抑える機能が報告されています。GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能が報告されています。	保留	メタアナリシス	2	2	0	2	2	2	2	0	0	2	0	採用2 研究による全解析対象者では、いずれのアウトカムにおいても、全解析対象者での解析ではトマト由来食物繊維の介入による有意な低下は見られなかった。サブグループ解析として、食後の血中中性脂肪値が高めの者を対象とした解析を実施し、採用2 研究によるサブグループ解析対象者でのMA の結果、主要アウトカムであるIAUCとΔ Cmax、副次アウトカムである食後4 時間の血中中性脂肪値において、トマト由来食物繊維の介入による有意な低下が見られた。平均差を用いた効果推定値[95%CI]は、IAUCが－63.69 [－102.41, －24.97]、Δ Cmaxが－29.10 [－43.62, －14.58]、血中中性脂肪値4 時間が－38.97 [－56.32, －21.63]であった。
J959	sanwaGABA（サンワギャバ）ストレス	三和酒類株式会社	1サプリ	GABA：100mg	本品にはGABAが含まれます。GABAには仕事や勉強などによる一時的な精神的ストレスや疲労感の軽減およびリラックス作用があることが報告されています。	B	研究レビュー	7	7	6	6	5	7	3	5	4	5	3	★論文採用の根拠 本研究レビューでは、リサーチクエスチョンとして、「(P) 健康な成人男女」に、「(I) GABA を含む食品を経口摂取」させると、「(C) GABA を含まないプラセボ食品の経口摂取」と比較して、「(O) 一時的な精神的ストレスや疲労感を緩和するか」を設定し、日本語文献及び海外文献の検索を行った。採用論文は全て、事前に規定したプロトコルに基づいていると思われた。 ★機能性エビデンスの総評 γ-アミノ酪酸（ギャバ）は28～100mg/回を摂取することにより、仕事や勉強などによる一時的な精神的ストレスや疲労感の軽減およびリラックス作用が期待できる。 なお、採用した論文には試験前後の変化量を群間比較することで評価した研究が含まれるが、これら論文は有識者による査読を受けており、科学的な要件を満たしていると解釈している。
J1034	KAGOME（カゴメ）カゴメトマトジュース食塩無添加（シングル）	カゴメ株式会社	2加工	GABA 12 mg	本品にはGABAが含まれます。GABAには血圧が高めの方の血圧を下げる機能が報告されています。	保留	メタアナリシス	10	10	7	10	7	10	10	0	4	8	4	採用10 研究による全ての参加者（正常血圧者、正常高値血圧者、I度高血圧者）でのメタアナリシス の結果、SBP 平均差の効果推定値 [95%CI] は－5.60 [－8.00, －3.20]、DBP 平均差の効果推定値は－3.35 [－4.46, －2.25] であり、どちらも有意な低下が確認された。健常者（正常血圧者、正常高値血圧者）のみを対象とした場合、5研究（採2～6）が該当し、SBP とDBP の平均差を用いた効果推定値 [95%CI] は、それぞれ－4.24 [－8.21, －0.28] と－2.94 [－4.26, －1.61] であり、ともに有意な血圧低下作用が確認された。 また軽症者（I度高血圧者）のみの場合の分析では5 研究（採1、採2、採3、採5、採6）が該当し、SBP とDBP の平均差を用いた効果推定値 [95%CI] はそれぞれ－5.74 [－9.59,－1.89] 、－3.47 [－5.29, －1.65] であり、ともに有意な低下が確認された。
J1091	アセチルグルコサミン300	プロテインケミカル株式会社	1サプリ	N-アセチルグルコサミン 300mg	本品にはN-アセチルグルコサミンが含まれます。N-アセチルグルコサミンは、歩行や階段の昇り降り時における、ひざ関節の悩みを改善することが報告されています。	O	研究レビュー	5	5	5	5	5	5	4	1	6	3	3	膝疾患治療成績判定基準、VAS、軟骨マーカーの推移で評価した結果、エビデンス総体の確実性として「B：機能性について肯定的な根拠がある。」と結論した。
J1092	アセチルグルコサミン500	プロテインケミカル株式会社	1サプリ	N-アセチルグルコサミン 500mg	本品にはN-アセチルグルコサミンが含まれます。N-アセチルグルコサミンは、歩行や階段の昇り降り時における、ひざ関節の悩みを改善することが報告されています。	O	研究レビュー	5	5	5	5	5	5	4	1	6	3	3	膝疾患治療成績判定基準、VAS、軟骨マーカーの推移で評価した結果、エビデンス総体の確実性として「B：機能性について肯定的な根拠がある。」と結論した。
J1099	グルコサミン1500	プロテインケミカル株式会社	1サプリ	グルコサミン塩酸塩 1500mg	本品にはグルコサミン塩酸塩が含まれます。グルコサミン塩酸塩は膝関節の可動性（曲げ伸ばし）をサポートし、膝の不快感をやわらげることが報告されています。	A	研究レビュー	6	6	6	5	6	6	5	1	6	5	5	膝関節機能を主観的指標、客観的評価のアウトカムグループで評価し、エビデンス総体の確実性として「B：機能性について肯定的な根拠がある。」と結論した。
J1241	有機　黒にんにく（機能性表示食品）	株式会社サラダコスモ	加工	S-アリルシステイン 2mg	本品にはS-アリルシステインが含まれます。S-アリルシステインには、日常生活で生じる一過性の身体的な疲労感を軽減する機能があることが報告されています。	O	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	S-アリルシステイン2.0 mg/日の摂取により、身体的な疲労感スコアの低下が認められた。 採用文献の対象者は、健常な成人男女であり、本品が想定する対象者と一致していた。 本研究レビューの結果、S-アリルシステインの摂取が日常生活で生じる一過性の身体的な疲労感を軽減する機能に対して肯定的な結果が得られ、その科学的根拠は中程度と判断した。
J1494	キユーピー　血圧ケア　アマニ油ドレッシング　イタリアン	キユーピー株式会社	2加工	α-リノレン酸 2.6g	本品にはα-リノレン酸が含まれます。α-リノレン酸には血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。	B	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	2	0	3	2	3	採用文献は研究デザインがRCTの査読付き論文である。採用文献からエビデンス総体としてα-リノレン酸2.6g/日を経口摂取することによりプラセボと比較して収縮期血圧・拡張期血圧において有意に低値を示すことが検証された。 以上よりα-リノレン酸の経口摂取は血圧が高めの方の血圧を下げる機能があると考えられた。 本届出の研究レビューは、消費者庁ガイドラインに適合した科学的根拠を確認している。今後さらに機能性表示の根拠となる臨床データを収集する。
J1496	キユーピー　血圧ケア　アマニ油ドレッシング　和風たまねぎ	キユーピー株式会社	2加工	α-リノレン酸 2.6g	本品にはα-リノレン酸が含まれます。α-リノレン酸には血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。	B	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	2	0	3	2	3	採用文献は研究デザインがRCTの査読付き論文である。採用文献からエビデンス総体としてα-リノレン酸2.6g/日を経口摂取することによりプラセボと比較して収縮期血圧・拡張期血圧において有意に低値を示すことが検証された。 以上よりα-リノレン酸の経口摂取は血圧が高めの方の血圧を下げる機能があると考えられた。 本届出の研究レビューは、消費者庁ガイドラインに適合した科学的根拠を確認している。今後さらに機能性表示の根拠となる臨床データを収集する。
J1500	キユーピー　血圧ケア　アマニ油ドレッシング　ごま　豆乳入り	キユーピー株式会社	2加工	α-リノレン酸 2.6g	本品にはα-リノレン酸が含まれます。α-リノレン酸には血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。	B	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	2	0	3	2	3	採用文献は研究デザインがRCTの査読付き論文である。採用文献からエビデンス総体としてα-リノレン酸2.6g/日を経口摂取することによりプラセボと比較して収縮期血圧・拡張期血圧において有意に低値を示すことが検証された。 以上よりα-リノレン酸の経口摂取は血圧が高めの方の血圧を下げる機能があると考えられた。 本届出の研究レビューは、消費者庁ガイドラインに適合した科学的根拠を確認している。今後さらに機能性表示の根拠となる臨床データを収集する。

ASCON科学者委員会　機能性表示食品の根拠に関する評価判定表（届出者による機能性根拠情報要約による自動評価判定成績）2025.9.1.まで

（注）Ａ～Ｃの評価判定は科学的根拠の強さを示したものであり、製品の効果の強さを示したものではありません。

評価判定の説明 （2023年7月1日）	「A」：　有効性について十分な科学的根拠がある　（RCT論文が５報以上あり、有効の判定が７５％以上、もしくはシステマティックレビューで有効の場合、あるいは最終製品での肯定的RCT論文が２報以上の場合） 「B」：　有効性についてかなりの科学的根拠がある　（RCT論文が2報以上あり、有効の判定が６５％以上の場合、あるいは最終製品でのRCTが１報の場合） 「C」：　有効性についてある程度の科学的根拠がある　（RCT論文が1報のみ、あるいは2報以上で有効と無効が拮抗する＝有効の判定が６５％未満の場合） 「保留」：消費者庁ガイドラインへの適合性とともに、統計学の利用法などガイドラインに詳細を明記されていない事項に関して有効性の科学的根拠が不足しており、委員会の独自基準（ABC判定）をクリアしていない場合に、届出者からの追加資料を待つという意味で評価判定を保留とする。 ＊届出者より機能性根拠情報要約を既定のエクセル確認票により提出された場合に、本評価成績を随時追加・変更する（消費者庁の届出情報とはタイムラグあり）。 ＊委員会は消費者の代理として届出者に根拠情報要約を依頼し、その根拠情報要約とともに評価成績を公開している。届出者より根拠情報要約の回答がない場合、	①RCT論文であっても被験者数が１群10名未満のものは評価対象としない。質が高い論文は高く評価すべきという見地から、被験者数が1群50名以上のRCT論文は1報を２報分と評価する。 ②システマティックレビューとメタアナリシスは根拠論文がRCT論文５報以上のもののみを採用する。これはシステマティックレビュー１報とＲＣＴ論文5報を同等と考えるＡＳＣＯＮ評価基準に沿った措置である。また、非RCT試験、被験者数が１群10名未満の場合、被験者に病者を含む場合、本項5番に規定したような「データ変換」を使用して理論的根拠が不明確な場合など、ＡＳＣＯＮが評価対象としないＲＣＴ論文はシステマティックレビューの根拠論文と見なさない。 ③18歳・19歳の被験者を含むＲＣＴ論文については、消費者庁「機能性表示食品に関する質疑応答集」（平成30 年3月28日一部改正）に準じて、評価上の必要性など合理的な理由がある場合には採用する。 ④根拠論文の用量適合性の判定は、原則として製品への配合用量の2分の１から2倍までの1日用量を試験用量としたRCT論文を採用する（腸内細菌などは10分の１～10倍を採用）。 ⑤「機能性表示食品に対する食品表示等関係法令に基づく事後的規制（事後チェック）の透明性」（２）イに基づき、「主要アウトカム評価項目における介入群と対照群の群間比較で統計的な有意差（有意水準５％）が認められていない場合」は根拠論文として認めない。なお群間比較を行う際、臨床試験の測定値をそのまま使用せず、試験前後の変化量など「データ変換」を使用した場合には、その理論的根拠が明確に説明されている場合のみ根拠論文として認める。

届出番号 （機能性区分）	商品名	届出者名 （略称）	区分	機能性関与成分名 &1日用量	表示しようとする機能性	ASCON 総合評価判定 （届出者の根拠情報要約による自動判定成績）	論文区分	査読有論文数	試験数	ROT数	被験者10人以上の論文数	用量適合論文数（配合量の1/2～2倍）	病者、境界域類等を含まない論文数	試験後測定値で群間比較した論文等、統計手法採用の論文総数	試験前後の変化量で群間比較した論文総数	採用したROT論文相当総数	肯定的RCT論文総数	採用した肯定的論文総数	論文採用の根拠 機能性エビデンスの総評
J1501	キユーピー　血圧ケア　アマニ油マヨネーズ	キユーピー株式会社	2加工	α-リノレン酸 2.6g	本品にはα-リノレン酸が含まれます。α-リノレン酸には血圧が高めの方の血圧を下げる機能があることが報告されています。	B	研究レビュー	2	2	2	2	2	2	2	0	3	2	3	採用文献は研究デザインがRCTの査読付き論文である。採用文献からエビデンス総体としてα-リノレン酸2.6g/日を経口摂取することによりプラセボと比較して収縮期血圧・拡張期血圧において有意に低値を示すことが検証された。 以上よりα-リノレン酸の経口摂取は血圧が高めの方の血圧を下げる機能があると考えられた。 本届出の研究レビューは、消費者庁ガイドラインに適合した科学的根拠を確認している。今後さらに機能性表示の根拠となる臨床データを収集する。
J1507	キユーピー　内臓脂肪ケア　フィッテ	キユーピー株式会社	2加工	ローズヒップ由来ティリロサイド 0.1 mg	本品にはローズヒップ由来ティリロサイドが含まれます。ローズヒップ由来ティリロサイドにはBMIが高めの方の内臓脂肪を減らす機能があることが報告されています。	C	研究レビュー	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	採用文献が１報であったため、研究間の非一貫性は高と評価せざるを得なかった。しかし、対象論文は、日本人を 対象としたランダム化比較試験であり、試験計画がよく遵守されている ことから、肯定的な結論は支持できるものと判断した。 BMI25-30の被験者も含まれるが、「特定保健用食品の表示許可等について」の別添2「特定保健用食品申請に係る申請書作成上の留意事項」に規定された定義に則り、機能性表示制度のガイドライン上、被験者として適切であると考える。 本届出の研究レビューは、消費者庁ガイドラインに適合した科学的根拠を確認している。今後さらに機能性表示の根拠となる臨床データを収集する。