



#5 サプリメントと 認証マーク

記事 2021-5| 薬剤師/スポーツファーマシスト 相原美穂 |

最近ではプロテイン製品が注目され、コンビニやスーパーでも購入できる身近な存在になりました。プロテイン製品に限らず、スポーツ・健康のための運動習慣がある人は、1度はサプリメントを手にとったことがあるのではないのでしょうか。

今回は、スポーツサプリメントの安全性という観点から、【認証マーク】についてご説明します。

<目次>

- I. 認証マークとは
 - II. INFORMED SPORT
 - III. INFORMED CHOICE
 - IV. CRETIFIED DRUG FREE
 - V. 証拠保全
-

自己紹介

スポーツファーマシストとして、2018年より薬局に勤務しつつトレーニングジムでアンチドーピング活動をしています。
健康増進・スポーツ競技に取り組む・サポートする・応援する すべての人を尊敬しています。
自分にできることを考え、貢献していきます。

趣味 | マラソン ウェイトリフティング

認証マークとは

サプリメントは「食品」に分類されるため、「医薬品」とは異なり商品の成分表にすべての原材料を記載する義務がありません。表示されていない物質が含まれる可能性があります。安全性の高い商品を見分ける方法として、アンチ・ドーピング認証プログラムを通過した製品に掲載が認められている【認証マーク】の有無があります。

認証プログラムは、以下の3つがあります。

- ①INFORMED SPORT (LGC)
- ②INFORMED CHOICE (LGE)
- ③CRETIFIED DRUG FREE (BSCG)

それぞれのプログラムで、生産施設審査・製品分析方法・頻度が異なります。また同じマークの掲載があっても、製品ブランドによって生産施設・分析内容が異なる場合があります。

INFORMED SPORT インフォームドスポーツ

イギリスに本社を置くLGC社が行う、スポーツサプリメントに対する世界規模の品質保証プログラムです。2008年から運営され、多くのサプリメントブランドが認証を得ています。ISO17025認証（WADAの指定機関であることの証明）を受けた機関で、製品分析と製造工程の評価が行われます。事前認定を受けたサプリメント製品は、製品保障のために継続的な事後認定プロセスを受けます。

そのプロセスにて、販売される全製品ロットで分析が行われ、さらに製品保証のため市場から購入された製品で、1年に1回以上のブラインドテスト（市場から無作為に製品を選び分析）が実施されます。

INFORMED CHOICE インフォームドチョイス

インフォームドスポーツと同様に、LGC社が2007年より行っている、スポーツサプリメントに対する品質保証認証プログラムです。

インフォームドスポーツとの違いは、事後認定プロセスの頻度のみです。インフォームドチョイスでは、市場から購入した製品で毎月1回のブラインドテストが実施され、試験済製品の保証がなされます。



CERTIFIED DRUG FREE

BSCG認定ドラッグフリー®プログラム

2004年に創設された禁止薬物検査機関--Banned Substances Control Group (BSCG) が行う認証プログラムです。

WADA禁止リストにある禁止薬物の検査のほか、医薬品・スポーツ分野で禁止されていない不法薬物など多くの物質を対象として、検査を行っています。

ISO17025認定を受けた分析機関で検査が実施され、認定後も継続的なブラインドテストが行われます。

証拠保全

以上から、認証マークによっては全ロット分析がなされているわけではありません。認証マークの掲載＝100%の保障とは言い切れません。各認証プログラムのWebサイトには、分析済製品のロット番号の掲載がありますので手元の商品が試験済かを確認することができます。スポーツサプリメントを摂取する前に、パッケージに表示されているロット番号を照合してみましょう。

サプリメントのコンタミネーション（異物混入）によるドーピング違反の事例は、多くあります。こんなに手間をかけた製品分析を行う理由は、製造ラインや原材料の保管状況で本来含まれるはずのない禁止物質が紛れ込んでしまうことがあるからです。スポーツサプリメントの使用には慎重さが必要です。

リスク対策のために、使用サプリメントの保管習慣が提唱されています。

購入後、「商品・ロット・日付」を記録したサンプルを冷蔵庫保存し、検査陰性になったら処分するといった証拠保全も大切です。

では、また次回に >>>

--編集後記--

最近、バルクスポートのプロテインお試しセットを購入しました。（BSCG認証）全味共通、甘いスイーツ系。フレッシュミルク味をアイスコーヒーで割ると美味しいです。



参考文献

スポーツ栄養Web

<<https://sndj-web.jp>>（最終閲覧日2021/5/19）

INFORMED SPORTS

<<https://sport.wetestyoutrust.com/certified-brands>>（最終閲覧日2021/5/19）

INFORMED CHOICE

<<https://choice.wetestyoutrust.com/informed-choice-certified-brands>>（最終閲覧日2021/5/19）

CERTIFIED DRUG FREE

<<https://www.bscg.org/certified-drug-free-database/>>（最終閲覧日2021/5/19）