

Q & A

Q. 『特定保健用食品』とは、どのような食品なのでしょう。

A. 『特定保健用食品(略してトクホ)』は、“厚生省が科学的根拠を基に「生活習慣病の一次予防に役立つ」と認めた食品”です。具体的に数例をあげると、「整腸作用のあるヨーグルト」「高血圧の人に適した乳酸飲料」「カルシウムの吸収を助ける飲料」「体脂肪がつきにくい油」等のトクホがあります。また、トクホの他にも機能性食品として、健康食品(例：クロレラ、ローヤルゼリー)や栄養補助食品(例：ビタミン剤)等がありますが、トクホは①健康機能を表示できる②明らかな食品形態をしている、などの点で異なっています。

近年は食べ物の機能性がブームで、様々な機能性食品が登場していますが、中には有害無益なものもあります。消費者が適切に機能性食品を利用できるように、厚生省は公的な基準を設け、その基準に合格したものをトクホと認めることにしました。このような制度化は日本が世界で初めて試みたもので、1991年に始まり、1999年7月末までに153の商品がトクホとして認証されました。

トクホは健康効果がありますが、薬ではありません。トクホと薬の違いは、大雑把に言えば、薬が病人を対象に、トクホは半健康人(生活習慣病予備軍)を対象に作られているところです。強い効力の薬に比べ、トクホの効力は緩やかで弱いのですが、その分安全性は高いと言えるでしょう。生活習慣(=運動、食事、睡眠 etc.)を見直した上でトクホを利用すれば、その効果も倍増します。

トクホはあくまでも食品ですので、健康人が食べても予防に役立ちますし、なんといっても味を楽しみながら健康になれるというのが魅力です。



トクホマークを目印に、日常生活にトクホを取り入れて楽しんでほしいと思います。(食品工業部)

Q. 使い捨てパスワードというのはどのような仕組みになっているのでしょうか

A. 現代のコンピュータ社会において、最も重要な技術の一つがセキュリティです。通常はパスワードを入力する事で個人の認証を行うようにしていますが、あまり変更することがないため、ひとたび悪意の第三者に知られてしまったりすると大変なことになります。ですからパスワードは、なるべく頻繁に変更した方が高いセキュリティを確保することができます。しかし、あまり頻繁にパスワードを変えることは、利便性や個人の負担増で現実的ではありません。ある企業では、セキュリティのために、月に一度パスワードの変更を義務づけたところもあるそうですが、ネットワーク管理者への問い合わせの6割がパスワード忘れという結果になったそうです。

そこで、使い捨てパスワードというものが出てくるわけです。いくつか方法がある中の一つを紹介しましょう。

ユーザーは、カード電卓のようなパスワード生成器と個人情報の4桁の数字を与えられます。このカードは時計を内蔵しており、現在時刻から乱数を使って6桁の数字を生成します。この数字は1分毎に更新され、同時刻においてその他のユーザーの持つパスワード生成器と同じ番号になることはない仕様になっています。ユーザーはパソコンにログインするとき、あらかじめ与えられた4桁の個人番号と6桁の数字をパスワードとして入力します。サーバー側にも同様のパスワード生成プログラムが動作しており、入力された数字をチェックすることで認証を行うわけです。不正利用者が総当たりでパスワードを破るには1分以内に10億通りのパスワードをチェックする必要があります。これは事実上不可能となります。

(電子部)