



## 食物アレルギー

前編



### ★食物アレルギーってなに??

食物アレルギーとは、身体が食物(に含まれるたんぱく質)を異物として認識し、自分の身体を防御するために過敏な反応を起こすことです。

主な症状は・・・

重い症状になると・・・

皮膚が痒くなる

口唇の腫れ

喉の違和感

嘔気・嘔吐

下痢

アナフィラキシーショック  
となり、意識障害になる


血圧が低下して  
ショック状態になる

我が国における食物アレルギー体質をもつ正確な人数は把握できていませんが、全人口の1~2%(乳児に限定すると10%)の方々が何らかの食物アレルギーを持っていると考えられています。

適切に情報が伝えられるよう、厚生労働省では食物アレルギーの原因となる食物を調査し、H13年より発症件数の多いものや、症状が重いものについて食品に使用した場合の表示を食品衛生上義務付けました。

### 【特定原材料7品目と特定原材料に準ずる21品目】



規定	アレルギーの原因となる食品の名称	表示をさせる理由	表示は義務かどうか
省令 7品目	卵、乳、小麦、えび、かに そば、落花生 	発症件数が多いため 症状が重くなることが多く、生命に関わるため	表示義務
通知 21品目	アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、ゴマ、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、リンゴ、ゼラチン	過去に一定の頻度で発症が報告されたもの	表示を奨励 (任意表示)

### ★アレルギー表示 (個別表示 & 一括表示)

※下線部分が、アレルギー物質の表示に該当する部分です。

#### 【個別表示】

名称: ポテトサラダ  
材料: じゃがいも マヨネーズ(大豆・卵を含む) にんじん たまねぎ きゅうり  
ハム(豚肉・卵を含む) トウモロコシ  
食塩 香辛料/調味料(アミノ酸等)  
pH調整剤



原則として表示は**個別表示**を使うぞ。  
原材料名の直後にカッコを付けて特定原材料等を含むことを表示する方法じゃ。

#### 【一括表示】

名称: 洋菓子  
材料: 準チョコレート(パーム油、砂糖、全粉乳、ココアパウダー、乳糖、カカオマス、食塩)、小麦粉、ショートニング、砂糖、卵、コーンシロップ、乳または乳製品を主要原料とする食品、ぶどう糖、麦芽糖、加工油脂、カラメルシロップ、食塩、(一部に小麦・卵・乳成分・牛肉・大豆を含む)



### ★表示がない場合も・・・?

下記の食品には表示が**ありま...せん! ご注意を!**

1. 飲食店、店頭で量り売りされる惣菜・パン
2. アルコール



個別表示が難しい場合・なじまない場合に**一括表示**を使います。原材料欄の最後にカッコを付けて、全ての原材料に含まれる物質をまとめて表示する方法ですね。

#### ~その他の表示~

**代替表記**・・・表示されるアレルギー物質は、別の書き方も認められています。

例) 卵 → 玉子、タマゴ、エッグ、鶏卵、あひる卵、うずら卵

**拡大表記**・・・特定原材料名または代替表記を含んでいるため、これを用いた食品であると理解できる表記です。

例) 海老 → えび天ぷら、サクラエビ

後編につづく・・・