

食物アレルギーを知ろう（２）

今月は、前月に引き続き食物アレルギーについて考えてみましょう。

食品の容器包装にはアレルギー品目が表示されています。

表示品目は、

表示が義務付けられている７品目

卵、乳、小麦、えび、かに、そば、落花生

表示が推奨されている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、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン

です。（※１）

食物アレルギーは様々な食品が原因となりますが、
表示の対象となっているものはこの２８品目です。（令和２年１１月時点）

アレルギー表示の確認方法については、注意が必要な点もあります。

注 意 点	対 応
・容器包装されていない惣菜やパン、お菓子などや外食料理は表示義務がありません。	→表示がない場合にはお店の人に確認しましょう。
・「エッグ・玉子→卵」「ピーナッツ→落花生」のように、異なった表現でも同じ食材であることがわかる場合はアレルギー表示を省略することができます。	→日頃から食品の知識を身につけ、表示の見方も確認しておくことが大切です。
・アレルギーの「個別表示」と「一括表示」があります。	→同じ原材料・同じアレルギーでも、様々な表示方法があります。詳しくは、消費者庁HP「アレルギー表示に関する情報」（※２）
・「同じ工場内で〇〇を含む製品を製造しています」「本製品で使用しているしらすは、えび・かにが混ざる漁法で採取しています」など、注意喚起表示が認められています。	→ごく微量のアレルギーでも症状を発症してしまう場合には注意喚起表示も確認が必要な場合がありますが、表示義務はありません。

また、表示品目や表示方法については

各食品の症例数・重篤度など、時代の変化とあわせて見直しが行われます。

変更となる場合もありますので、新しい情報を得られるよう意識しましょう。（※2）

自分自身や家族など、身近な人の食の安全を守るため、

アレルギー表示を正しく知り活用することが大切です。

（※1）表示の義務はアレルギーのたんぱく質濃度を基準に定められており、基準濃度以下の場合には表示の必要性はないものとされています。

（※2）リンク：消費者庁「アレルギー表示に関する情報」

（参考）

消費者庁「Q&A別添アレルギーを含む食品に関する表示」

「アレルギー表示とは」

独立行政法人 環境再生保全機構

「ぜん息予防のためのよくわかる食物アレルギー対応ガイドブック」