

食物アレルギーとアレルギー表示

Q子：博士～、おやつを食べた後から、口の中が、かゆいんです、..

博士：おやおや。何を食べたんじゃ？

Q子：おばあちゃんにもらった「くるみ」を食べました！とてもおいしかったです！

博士：それは、食物アレルギーの症状かもしれないお。

Q子：食物アレルギー？

博士：うむ。そもそも、ヒトの体には、細菌やウイルスなどの異物（自分の体の成分と違う物）が入り込むと、

「抗体」を作って異物を排除しようとする「免疫」という仕組みがあるんじゃ。「免疫」は、細菌やウイルスに感染しない、また、感染してもそれを治すために必要なものなんじゃ。

しかし、一部のヒトで、本来、体に取り込まなければいけない食べ物にも免疫が働いてしまって、唇の腫れ、口内の違和感、腹痛等の症状がでることがある。これを「食物アレルギー」というんじゃ。



Q子。助手。
いつも前向き。



博士。
マイペース型。

ネコ。
しゃべれる。



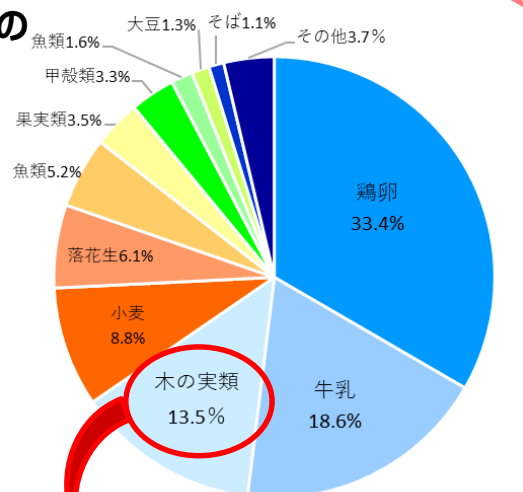
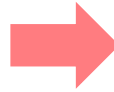
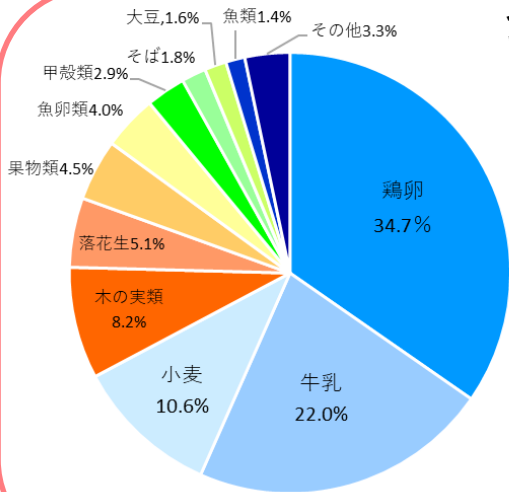
食物アレルギーの原因となる食品

【参考】「食物アレルギーに関連する食品表示に関する調査研究事業報告書」 消費者庁HP

Q子：どんな食べ物で食物アレルギーになるんですか？

博士：食物アレルギーの原因となる食品は多くある。H30年度とR3年度の食物アレルギーの原因食品について、下図にまとめてみたぞ。

食物アレルギーの原因食品



Q子：H30年度もR3年度も、1番多いのは卵で、2番目が牛乳なんですね！

博士：この2つだけで半分以上を占めておるの。

Q子：あれ？H30年度の3番目は小麦だったのに、R3年度は木の実類になっています！

博士：うむ。木の実類は平成30年の報告書で8.2%じゃったが、R3年度には13.5%と割合が増加しておるの。

Q子：ところで、木の実類って、具体的にはどんなものがあるんですか？

博士：この調査の木の実類には、アーモンド、カシューナッツ、くるみ、ピスタチオ等が含まれておる。その中で食物アレルギーの原因となる割合が一番高いのは、くるみなんじゃ。その他は、右表のとおりとなっておる。

木の実類の内訳（全体に対する割合）

種類	割合
くるみ	7.6%
カシューナッツ	2.9%
マカダミアナッツ	0.7%
アーモンド	0.6%
ピスタチオ	0.4%
ペカンナッツ	0.3%
ヘーゼルナッツ	0.3%
ココナッツ	0.1%
ミックス・分類不明	0.6%

食物アレルギーの症状には、個人差があるから、食物アレルギーが疑われる場合は、自己判断をせず、医療機関を受診することが大切だニャ～。



特定原材料に「くるみ」が追加されました！

【参考】「加工食品の食物アレルギー表示ハンドブック」 消費者庁HP

Q子：アレルギーの原因になる食べ物が分かって、知らないうちに、食べてしまったら怖いなあ、、、

博士：そこで国は、容器包装に入れられた加工食品に、原材料に含まれるアレルゲン(アレルギーの原因となる抗原)を表示するように定めておるんじや。これをアレルギー表示という。アレルギー表示には2種類(原材料に使用したら必ず表示するもの(特定原材料)と、表示することが勧められているもの(特定原材料に準ずるもの))あるんじやぞ。

特定原材料
(必ず表示しなければならない)

えび、かに、**くるみ**、小麦、そば、
卵、乳、落花生(ピーナッツ)

8品目

特定原材料に準ずるもの
(表示が勧められている)

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、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

20品目

Q子：アレルギー表示をしなければいけない食べ物は、決まっているんですね！

博士：そうじや。食物アレルギーの原因食品は、時代の変化と共に変わっていく可能性があるため、国は定期的に実態調査を行って、見直しをしているんじや。

Q子：へえ～！最近だと、何が変わったんですか？

博士：令和5年3月に「くるみ」が特定原材料に追加されて、表示が義務となったんじや。「くるみ」の表示については、令和7年3月31日までが経過措置期間となっております。

Q子：食物アレルギーを持つ人も安心して商品を選べるようになってきているんですね！これからは表示を見て、買い物します！

博士：うむ。じゃが、今日は、病院に行って、医者には症状を診てもらおうんじやぞ！

Q子：は～い！

食物アレルギーに関する岐阜県の取組み

博士：岐阜県では、食品の安全・安心のために、食物アレルギーに関する調査や検査が行われていることを知っておるかの？

Q子：どんな取組みがされているんですか？

博士：食品製造施設や給食施設に保健所職員が立入り、食品の原材料や調理製造工程等を詳しく調べることで、アレルゲンが意図せず混入することがないか等を確認しておるんじや。詳しくは、下にまとめてみたぞ！

食品を製造している施設には・・・

製造工程の調査

菓子や麺類などを製造している施設に立入り、実際に使用されている原材料が適正に表示されているか、機器が適切に洗浄されているか等を調査しています。

食品の検査

製造の工程で、意図せずにアレルゲンが混入する可能性がある食品を検査しています。製品に表示されていないアレルゲンが検出された場合は、その原因を調査し、混入防止対策や適切な表示がされるよう指導・助言を行っています。

岐阜県 食品等の監視、検査

検索

アレルギー対応食を提供する給食施設には・・・

製造工程の調査

アレルギー対応食を提供する給食施設において、アレルゲンの混入対策が適切に実施されているかを調査しています。

機器の拭き取り検査

アレルゲンを完全に除去した給食を提供している施設の機器等を拭き取り、アレルゲンが混入していないかを検査しています。アレルゲンが検出された場合は、適切な対策がされるよう、指導・助言を行っています。

