

情報No.5 アレルギーの表示が変わります！

食品のアレルギー表示は、安全性に関わる重要な項目です。平成27年4月1日にスタートした食品表示法による新しいルールでは、患者さんにとってより分かりやすくなるように、表示方法が見直されました。

◆「食物アレルギー」ってなに？

私たちの体には、体内に侵入してきた異物に対して抗体をつくり、その異物を攻撃して体を守ろうとする「免疫」という働きがあります。この働きが、食べ物や花粉など、私たちに害を与えないものに対しても過剰に反応して起こる病気が**アレルギー**です。

食物アレルギーの場合、食べ物に含まれる主にタンパク質が異物と認識されて症状が引き起こされます。じんましんや紅斑(皮膚が赤くなること)、浮腫(むくみ)などが主症状ですが、咳・喘息発作、嘔吐・腹痛・下痢などが見られることもあります。急激に全身症状が出ることによって血圧の低下や意識障害などを引き起こす**アナフィラキシーショック**が一番重い症状で、対応が遅れると命に関わる危険な状態になることもあります。

◆アレルギーの表示って？

患者さんが適切に食品を選ぶため、アレルギーの原因となる食品(アレルゲン)のうち患者さんの数が多いものや、症状が重くなりやすい特定原材料7品目(卵、乳、小麦、落花生、えび、そば、かに)は、**使っていれば必ず表示しなければなりません**。また、特定原材料に準ずる食品20品目も、できるだけ表示することが事業者に求められています。

表示が義務の7品目 (特定原材料)	卵、乳、小麦、落花生、えび、そば、かに	
表示が推奨される20品目 (特定原材料に準ずるもの)	いくら、キウイフルーツ、くるみ、大豆、バナナ、やまいも、カシューナッツ、もも、ごま、さば、さけ、いか、鶏肉、りんご、まつたけ、あわび、オレンジ、牛肉、ゼラチン、豚肉	

※平成23～24年全国実態調査における発症数の多い順に記載しています。

【アレルギーの表示には個別表示と一括表示があります】

個別表示

個々の原材料ごとにアレルゲンがカッコ書きで表示され、**どの原材料に何のアレルゲンが入っているのかがわかります**。ただし、繰り返しになるアレルゲンは省略されることもあります。

原材料名	小麦粉、砂糖、 植物油脂(大豆を含む) 、 鶏卵 、アーモンド、 バター 、異性化液糖、 脱脂粉乳 、洋酒、でん粉/ソルビトール、膨張剤、香料、 乳化剤(大豆由来) 、着色料(カラメル、カロテン)、酸化防止剤(ビタミンE、ビタミンC)
※赤字がアレルゲン	

植物油脂に「大豆」が表示されているので、二度目の「大豆」は省略されることがあります。

一括表示

原材料名の最後にまとめて(一部に〇〇を含む)と表示されます。

原材料名	小麦粉、砂糖、植物油脂、鶏卵、アーモンド、バター、異性化液糖、脱脂粉乳、洋酒、でん粉/ソルビトール、膨張剤、香料、乳化剤、着色料(カラメル、カロテン)、酸化防止剤(ビタミンE、ビタミンC)、(一部に 小麦・大豆・卵・乳成分を含む)
※赤字がアレルゲン	

【代替表記も認められています】

特定原材料の表示方法としては、**代替表記**(特定原材料と同じものであることがわかる表記)や、その**拡大表記**(特定原材料や代替表記が名前に含まれている表記例)も認められています。

特定原材料	代替表記	拡大表記の例
卵	玉子、たまご、タマゴ、エッグ、鶏卵、あひる卵、うずら卵 ※卵黄、卵白には(卵を含む)の表示が必要です。	厚焼玉子、ハムエッグなど
乳	ミルク、バター、バターオイル、チーズ、アイスクリーム	ガーリックバター、プロセスチーズ、乳糖、乳たんぱく、牛乳、加糖れん乳、調製粉乳など

◆アレルギーの表示のどこが変わるの？

【変更点① 特定加工食品が廃止され、加工食品のアレルギー表示がより詳しく表示されるようになります】

◆特定加工食品とは？

一般的に特定原材料等が使用されていることが知られているため、それらを表記しなくても食品中に含まれていることが理解できる加工食品のことです。

例えば、マヨネーズ→「卵」が使われている
味噌や醤油→「大豆」が使われている

これらの特定加工食品は一般的に知られているため、(卵を含む)や(大豆を含む)のアレルギー表示は省略できました。

しかし、マヨネーズに卵が使われていることを知らずに患者さんが食べてしまった事故も起こっています。そこで、新しいルールでは、患者さんに確実に情報が伝わるように特定加工食品が廃止され、マヨネーズにも(卵を含む)の表示が必要になります。

名 称	ポテトサラダ
原材料名	じゃがいも、にんじん、マヨネーズ、



名 称	ポテトサラダ
原材料名	じゃがいも、にんじん、マヨネーズ(卵を含む)、.....

【変更点② 個別表示を原則とし、一括表示する場合もアレルゲンが見つかりやすくなります】

◆個別表示が原則です！

アレルゲンの表示方法には個別表示と一括表示があります(表面参照)。今まではどちらの表示でも良かったのですが、新しいルールでは「個別表示」が原則となります。個別表示をすることにより、どの原材料に何のアレルゲンが含まれるのか詳しく知ることができ、アレルギーの患者さんにとっては選択肢が広がるのが期待されます(ただし、繰り返し出てくるアレルゲンは省略されることもあります)。

◆表示する面積が小さい場合などには一括表示も例外的に使えますが、その場合もルールが変わります！

これまでのルール

- 原材料名を見ただけではわからないアレルゲンのみが一括表示の中に表示されています。

名 称	洋菓子
原材料名	小麦粉、砂糖、植物油、鶏卵、アーモンド、バター、異性化液糖、脱脂粉乳、洋酒、でん粉、ソルビトール、膨張剤、香料、乳化剤、着色料(カラメル、カロテン)、酸化防止剤(ビタミンE、ビタミンC)、(原材料の一部に大豆を含む)

※赤字がアレルゲン

- 原材料名を見れば使用していることがわかる「小麦」、「卵」、「乳」は一括表示欄に表示されていません。原材料を見ても分からない「大豆」のみが一括表示として記載されています。

新しいルール

- 原材料の最後にある一括表示(一部に〇〇を含む)を見れば、その食品に含まれるすべてのアレルゲンを把握できるので、見落としを防げます！

名 称	洋菓子
原材料名	小麦粉、砂糖、植物油、鶏卵、アーモンド、バター、異性化液糖、脱脂粉乳、洋酒、でん粉/ソルビトール、膨張剤、香料、乳化剤、着色料(カラメル、カロテン)、酸化防止剤(ビタミンE、ビタミンC)、(一部に小麦・大豆・卵・乳成分を含む)

※赤字がアレルゲン

- 原材料を見ればわかる「小麦」、「卵」、「乳」も含め全てのアレルゲンが一括で表示されます。
- 新しい表示は、これまでの表示と区別ができるように、「一部に〇〇を含む」と表示されます。

◆いつから変わるの？

食品表示法による新しいルールは平成27年4月1日にスタートしましたが、加工食品には5年間の経過措置期間が設けられています。この期間は旧ルールに基づく表示も認められるので、新旧ルールが混在することになります。

新しい制度に完全に移行するのは、平成32年4月1日です。

ご意見・ご感想
お問い合わせは
こちらまで

群馬県 健康福祉部 食品・生活衛生課 食品安全推進室
〒371-8570 前橋市大手町一丁目1番1号
電話:027-226-2424 FAX:027-221-3292
E-mail:shokuseika@pref.gunma.lg.jp

