

食物アレルギーの表示を知ろう

食物アレルギーの症状は人によって様々で、場合によっては呼吸困難等の重篤な症状が出て命に関わることもあります。食品表示法では、食物アレルギーの原因となる食品の一部を「特定原材料」に定め、容器包装された加工食品にアレルゲン表示することを義務付けています。

そもそも食物アレルギーとは？

食物に含まれる原因物質(アレルゲン:アレルギーの原因となる物質)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をいいます。

どうして義務付けられたの？

食物アレルギーを持つ消費者の健康危害の発生を防止する観点から、特定原材料を定め、表示を義務付けています。

特定原材料とは？

食物アレルギーを引き起こすことが明らかになった食品のうち、発症数、重篤度を考慮し、表示する必要性の高いものとして法令で表示が義務化された8品目を特定原材料といいます。また、これとは別に、通知で表示を推奨している特定原材料に準ずるものが20品目あります。

必ず表示 8 品目



表示を推奨している 20 品目



- 表示されるアレルゲンは、食物アレルギーの実態に応じて見直されることがあります。
- 上記の28品目の表示以外にも、「卵」→「玉子」のように、表示方法は異なりますが、特定原材料と同じものであることが理解できる表示を代替表記として認めています。

例えば、このビスケットの原材料名の表示を見てみると…



名称:洋菓子
 原材料名:小麦粉(国内製造)、牛乳、植物油(大豆を含む)、砂糖、食塩/膨張剤、乳化剤(大豆由来)

なるほど!「小麦」や「乳」や「大豆」が含まれることが表示を見ればわかるのね!



最近では、原材料表示とは別に、その製品に含まれている特定原材料等が一目でわかる表記を併記した製品も増えています。(義務付けられているものではありません)

原材料に含まれるアレルギー物質(28品目)

小麦・乳・大豆

他にも、食物アレルギー表示に関しては様々なきまりがあります。もっと詳しく知りたい場合はこちら

食品衛生の窓 アレルゲン

検索 🔍

食品衛生の窓
 一般用加工食品
 (アレルゲン)



東京都保健医療局
 東京都の食品安全情報サイト

東京都アレルギー情報navi.



アレルギー疾患に関する総合サイト

消費生活に関わる東京都の情報サイト



東京らしWEB



<https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.lg.jp>



東京都多摩消費生活センター