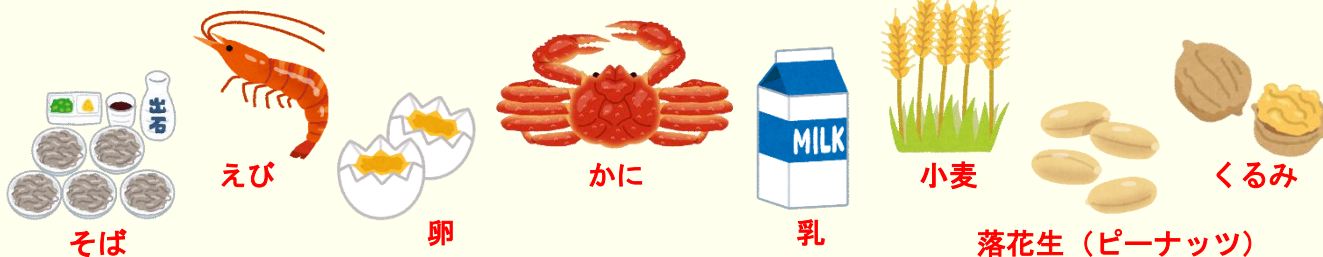


# 食物アレルギー表示 ～対象品目と表示方法～

対象品目：食物アレルギーの原因物質（アレルゲン）となる食品〔計28品目〕

2024年3月現在

## 特に注意すべき食品〔8品目〕



## 注意すべき食品〔20品目〕

- ・アーモンド ・カシューナッツ ・マカダミアナッツ ・やまいも ・ゼラチン
- ・大豆 ・ごま ・オレンジ ・りんご ・キウイフルーツ ・バナナ ・もも
- ・牛肉 ・豚肉 ・鶏肉 ・いか ・さけ ・いくら ・さば ・あわび

## 表示方法：「個別成分表示」または「一括成分表示」の2パターン

(例) タコ焼き



### 個別成分表示 (基本的な表示方法)

原材料名	小麦粉(小麦を含む)、キャベツ、タコ、鶏卵(卵)、砂糖、紅しょうが、揚げ玉(大豆)、食塩、タマネギ、マヨネーズ(食用植物油脂、卵黄(卵))
------	---

原材料名の直後に( )付けて表示する方法

### 一括成分表示 (例外的な表示方法)

原材料名	小麦粉、キャベツ、タコ、鶏卵、砂糖、紅しょうが、揚げ玉、食塩、タマネギ、食用植物油脂、卵黄 (一部に小麦、卵、大豆を含む)
------	--

原材料欄の最後に「(一部に〇〇・△△を含む)」と表示する方法

誤解されやすいものの例



- 乳化剤：“乳”の文字がありますが、(乳)は含まれていません…。
- カゼイン：“乳”の文字はありませんが、(乳)が含まれています！



その他の誤解されやすいものはWEBサイトで確認してください

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；令和5年3月作成（令和6年3月一部改訂））

健康やお薬などについて、気になることがある方は、相談薬局・出張相談会で薬剤師に気軽にお尋ねください。

《出張相談会—保健室に学校薬剤師が来ます》  
ドラッグレターの内容、医薬品や健康、薬物乱用などについて、相談・聞きたいことがある人は保健室まで！  
7月9日(火) 12時35分～13時20分

作成・発行元 北陸大学薬学部  
教授 大柳賀津夫(学校薬剤師)  
准教授 岡本晃典(薬剤師)  
5年生 明正光司、谷口圭吾



データベース（WEB サイト）における「解説やもっと知ってほしいことなど」で表示するもの

## 食物アレルギーとは

食物を摂取したときに、食物に含まれるタンパク質などを体が**異物と認識**し、自分の体を**過剰に防御**することで**不利益な症状**を起こすことです。主な症状は、かゆみ・じんましん、唇の腫れ、まぶたの腫れ、嘔吐、咳・ぜん息などです。意識がなくなる、血圧が低下してショック状態になるなどの**重篤な症状（アナフィラキシーショック※）**になる場合もあり、最悪の場合、**死に至る**こともあります。

※ アナフィラキシーショックについては、ドラッグレター（2024年1月号）2年生向け『アナフィラキシーが起こったときの対処法』（[https://www.drug-letter.com/news\\_drug\\_letter/second-grader/5082/](https://www.drug-letter.com/news_drug_letter/second-grader/5082/)）をご覧ください。

## アレルゲンとは

アレルゲンとは、**アレルギーの原因となる物質（抗原）**のことです。食べ物のほかに、花粉、ほこり、ダニ、金属、ハチ毒、医薬品、ラテックス（天然ゴム由来の成分）など様々な物質がアレルゲンになりやすいことが分かっています。

食物アレルギーのアレルゲンで、特に注意が必要な食物を**特定原材料**と言います。また、特定原材料に次いで注意が必要な食物を**特定原材料に準ずるもの**と言います。

## 表示の対象となるアレルゲン（2024年3月現在）

表示	用語	品目
義務	特定原材料（8品目）	・えび ・かに ・くるみ ・小麦 ・そば ・乳 ・卵 ・落花生（ピーナッツ）
推奨	特定原材料に準ずるもの（20品目）	・アーモンド ・カシューナッツ ・マカダミアナッツ ・やまいも ・ゼラチン ・大豆 ・ごま ・オレンジ ・りんご ・キウイフルーツ ・バナナ ・もも ・牛肉 ・豚肉 ・鶏肉 ・いか ・さけ ・いくら ・さば ・あわび

## 食物アレルギー表示について

スーパーやコンビニなど、お店で販売される食品は、食品表示法にしたがって**食物アレルギー表示**をしなければいけないことになっています。食物アレルギー表示の対象食品、表示の対象と

ならない食品は、以下のとおりです。

#### 【食物アレルギー表示の対象食品】

- ・ 容器包装されたアレルギーを含む加工食品および添加物

#### 【食物アレルギー表示の対象となっていない食品】

- ・ 容器包装に入れずに販売する食品（ばら売りや量り売りなど）
- ・ 設備を設けて飲食させる食品（飲食店で提供される食品、出前など）
- ・ 酒類

### 食物アレルギー表示の方法

#### <個別表示>（**基本的**な表示方法）

特定原材料などを原材料として含むこと、または食品に含まれる添加物が特定原材料などに由来することを、原材料名または添加物の物質名の直後に括弧（ ）を付けて表示します。

（例）マヨネーズ（卵を含む）、チョコレート（乳成分を含む）

#### <一括表示>（**例外的**な表示方法）

表示可能面積の都合などにより個別表示で表示できない場合や、個別表示がなじまない場合は、一括表示することが認められています。

一括表示をする場合は、その食品に含まれる全ての特定原材料などについて、原材料欄の最後（原材料と添加物で事項欄を分けて表示する場合は、それぞれ原材料欄の最後と添加物欄の最後）に「（一部に〇〇・〇〇を含む）」と表示します。

なお、個別表示と一括表示を組み合わせて表示することは認められていません。

### 誤解されやすい成分

乳化剤	乳は含まれていません。 水や油など混じり合わないものを均一にする働きがあります。
乳酸	乳は含まれていません。 牛乳から見つかった「酸」であることから乳酸と呼ばれる。
乳酸菌	乳は含まれていません。 発酵によって糖から乳酸を作る、酸素がなくても増殖できる微生物の総称。 腸内で悪玉菌が増えるのを抑え、腸内環境を整える働きがあります。
カゼイン	乳が含まれています。 カルシウムの吸収を助ける働きがあるタンパク質です。
ホエイタンパク質	乳が含まれています。 牛乳からカゼインや脂肪を取り除いた後に残る液体部分に含まれています。
卵殻カルシウム	卵が含まれています。 卵の殻を原料としたカルシウムです。含まれている卵の量は微量ですが、念のため、摂取する際は医師に相談してください。

レシチン	<p>卵もしくは大豆が含まれています。</p> <p>脂質の一種です。(卵由来)と表示されている場合は卵、(大豆由来)と表示されている場合は大豆が含まれています。</p>
麦芽糖	<p>小麦が含まれているものと、そうでないものがあります。</p> <p>少し甘くしたり、スープなどを固まりにくくする働きがあります。とうもろこしやじゃがいものデンプンから作られるものと、小麦から作られるものがあります。小麦を含むものは麦芽糖(小麦由来)と表示されています。</p>
麦茶	<p>小麦は含まれていませんが注意してください。</p> <p>煎じた大麦の種子から水で成分を抽出して作られた飲み物で、小麦と直接関係はないため、飲用できることが多いです。しかし、重度の小麦アレルギーの場合、気をつける必要があります。</p>

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；令和5年3月作成（令和6年3月一部改訂））

# 『相談薬局★』一覧



医薬品や健康、薬物乱用などに関して分からないことがあったり、もっと色々知りたいと思ったとき、相談薬局の薬剤師が相談に乗ってくれたり教えてくれます。気軽に薬局に行っても電話しても大丈夫です！（薬局が混雑しているときは、相談がすぐにできなかつたり、返事が遅くなる場合があります）  
かかりつけの薬局がある場合は、そちらに相談しましょう。

## たかやま薬局

住所：末町 19-67  
電話：076-229-0031  
月～金 9:00～18:30  
土 9:00～17:00  
**スポーツファーマシスト  
がいます！**



## 末町明德薬局

住所：末町 16-21-3  
電話：076-229-2733  
月・火・木・金  
9:00～18:30  
水 9:00～17:00  
土 9:00～13:00



## てまり涌波薬局

住所：涌波 1-8-33  
電話：076-213-5005  
月～金 9:00～18:00  
土 9:00～13:00



## 田上はなの木薬局

住所：田上の里 2-146  
電話：076-234-1210  
月～金 9:00～18:00  
土 9:00～13:30



## 朝霧台あおば薬局

住所：田上本町 3-203  
電話：076-263-7800  
月・火・木・金  
9:00～18:00  
水 9:00～17:00  
土 9:00～13:00



## もりの里はなの木薬局

住所：田上の里 2-148  
電話：076-234-1170  
月～土 9:00～18:30



## 小立野あおば薬局

住所：小立野 3-12-18  
電話：076-254-1872  
月・火・木・金  
9:00～18:15  
水 9:00～15:45  
土 9:00～13:00



## 小立野台コメヤ薬局

住所：小立野 2-42-36  
電話：076-224-9191  
月～金 9:00～19:00  
土 9:00～13:00



## 中村漢方薬局

住所：石引 1-5-23  
電話：076-231-3758  
月～金 9:00～19:00  
土 9:00～17:00



## 合名会社 吉野薬局

住所：石引 2-6-5  
電話：076-231-5147  
月～金 9:00～19:00  
土 9:00～18:00

