

アレルギー表示のルールは？

食品による健康被害を防ぐため、容器包装されている食品には、食物アレルギーに関する表示があります。食物アレルギーの治療の基本は、アレルゲン（アレルギー物質）を避けることです。アレルギー表示や原材料表示をよく見て食品を選びましょう。

アレルギー表示が義務づけられている原材料は7品目です

食物アレルギーになる人が多かったり、重篤な症状が現れやすい7品目は、「特定原材料」と呼ばれ、表示が義務づけられています。

最近では、表示が推奨されている20品目を含む27品目を表示している食品も増えています。

表示義務がある7品目 ※特定原材料	卵 	乳 	小麦 	落花生 (ピーナッツ) 	えび 	かに 	そば
表示が推奨されている 20品目 ※特定原材料に準ずるもの	【魚介類】……いくら、さば、さけ、いか、あわび 【肉類】……鶏肉、牛肉、豚肉 【いも・豆】……やまいも、大豆 【種実】……くるみ、カシューナッツ、ごま 【くだもの】……キウイフルーツ、バナナ、もも、りんご、オレンジ 【その他】……まつたけ、ゼラチン						

原材料ごとに個別に表示するのが原則です

アレルギー表示は、原則、原材料ごとに個別に表示されますが、最後にまとめて表示される場合もあります。なお、原材料名は使用量の重量順に表示されています。

【個別表示の例】	
名称	洋生菓子
原材料名	小麦粉、植物油、卵黄(卵を含む)、砂糖、生クリーム(乳成分を含む)、ごま、油脂加工品(大豆を含む)、加工でん粉、乳化剤(卵由来)、香料

【一括表示の例】	
名称	洋生菓子
原材料名	小麦粉、植物油、卵黄、砂糖、生クリーム、ごま、油脂加工品/加工でん粉、乳化剤、香料、(一部に小麦・卵・乳成分・ごま・大豆を含む)

・原材料そのものがアレルギー表示になる場合と原材料名の直後にカッコ書きで(〇〇を含む)と表示される場合があります。
 ・食品添加物の場合は、添加物名の直後にカッコ書きで(〇〇由来)と表示します。

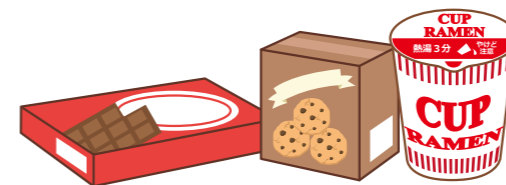
原材料名の最後にまとめてカッコ書きで(一部に〇〇・〇〇を含む)と表示されます。

(注1) 上記の例ではアレルギー表示の部分を赤字で示しています。
 (注2) 食品添加物を使用している食品は、原材料の後に添加物を表示します。原材料と添加物は①「スラッシュ(/)」や、②改行などで区別します。上記の例では①「スラッシュ(/)」が使われています。

一目でわかるアレルギー表示が増えています

原材料名の欄とは別にアレルギー表示をしている例

原材料に含まれるアレルギー物質 (27品目中)
 乳成分・小麦・大豆



本製品には下表のアレルギー物質のうち、がついているものを含む原材料を使用しています。

卵	乳	小麦	そば	落花生	えび
かに	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイ
牛肉	くるみ	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	ごま	カシューナッツ	—	—	—

アレルギー物質に関しては原材料名もご確認ください。

微量のアレルゲンを避けるには、「注意喚起表示」にも注意してください

特定原材料を使用していなくても、製造工程で混入してしまうおそれがある場合は、注意喚起表示をすることが認められています。

うどんの例………本製品の製造ラインでは、「そば」を製造しています。

しらす干しの例………本製品のしらすは、「かに」が混ざる漁法で採取しています。

スナック菓子の例………本製品の製造施設では、卵、乳、そば、落花生、えび、かにを含む製品を製造しています。

食品から連想しにくいアレルゲンが含まれているものもあります

食品例	連想しにくいアレルゲン
コンソメの素、カレールウなどの調味料	卵、乳、小麦
ハム、ウインナーなどの肉類加工品	卵、乳、ゼラチン
米粉パン	小麦(グルテン)

※これらのアレルゲンが含まれていない場合もあります。



アレルギー表示の義務がない場合があります

外食メニューやお店で作ったそうざいやパン、菓子など、包装されずに販売されている食品は、表示義務がありません。

お店の人に直接聞いて、原材料を確認しましょう。

「ピーナッツ」は入っていませんか？

