

1月

# NIITAKA

## 衛生通信



### 食物アレルギーについて

近年、食物アレルギーのある方が増加傾向にあり、誤ってアレルギー物質を含む食品を食べた結果、救急搬送される例も少なくありません。そこで今回は、アレルギー管理の必要性、アレルギー物質と表示義務および現場におけるアレルギー管理のポイントについてご紹介します。

#### 1. アレルギー管理の必要性

**食**物アレルギーとは、ある特定の食べ物を食べた時、身体がその食べ物に含まれるタンパク質等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です。

**症**状の多くは、かゆみ・じんましん・唇や臉の腫れ・嘔吐などですが、時には意識障害・血圧低下など生命をおびやかす危険な症状（アナフィラキシーショック）が起こり、最悪の場合は死に至るケースもあります。

つまり、アレルギー管理は、食物アレルギーをもつ方々の健康被害を引き起こさないために重要なことであるといえます。



#### 2. アレルギー物質と表示義務

**皆**さんは、食物アレルギーがある方々からの「このメニュー（又は商品）には〇〇（アレルギー物質）が含まれていますか？」という質問に答えられますか？皆さんが提供している食品にどんなアレルギー物質が含まれているかを把握し、質問に間違いなく回答できるようにしておくことが大切です（下表の特定原材料等の名称参照）。また、容器包装された加工食品には、特定原材料の表示が義務付けられています。表示漏れの無いよう注意しましょう。

表1. 特定原材料等の名称と表示義務

| 特定原材料等の名称  | 対象   | 表示          |
|--|--|-------------|
| 卵<br>乳<br>小麦<br>落花生<br>えび<br>そば<br>かに  | 特に発症数、重篤度から勘案して表示する必要の高いもの。<br>                | 表示義務        |
| 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 | 症例数や重篤な症状を呈する者の数が継続して相当数みられるが、特定原材料に比べると少ないもの。 | 表示を奨励（任意表示） |

アレルギーを引き起こす頻度は食品によって異なります(図1)。特に鶏卵・牛乳・小麦の割合が高いので、取扱いには十分注意しましょう。

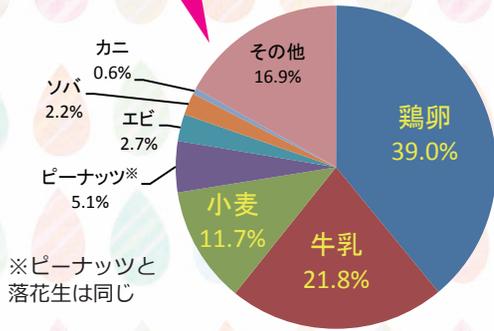


図1. 原因食品別アレルギー症状誘発頻度 (N=2,954)

## ☆加工食品のアレルギー表示例☆



原材料名:じゃがいも、にんじん、ハム(卵・豚肉を含む)、マヨネーズ\*\*、たんぱく加水分解物(牛肉・さけ・さば・ゼラチンを含む)、調味料(アミノ酸等)

※※アレルギー物質を含むことが容易に判別できる食品は表示を省略することができます。

<例> マヨネーズ(卵を含む)→マヨネーズ  
うどん(小麦を含む)→うどん

## 3. 現場におけるアレルギー管理のポイント

**現**場におけるアレルギー管理のポイントとして、本来含まれているアレルギー物質以外のものを混入させない「コンタミネーション防止対策」が挙げられます。次の3つの防止対策を参考にし、アレルギー物質を取り扱う皆さんが正しい知識をもち、適切な管理を行いましょう。

### ◎コンタミネーション防止対策

#### 1. 器具類の専用化

器具類(調理器具や食材に直接接触れる備品)は専用化し、カラーコントロールなどで誤使用を防ぐ。



小麦用



卵用



牛乳用

<専用化できない場合>: 洗浄方法を取り決め、ルール通りに洗浄!

- \* 高温のお湯は、タンパク質が変性して固まるので使用しない。(タンパク質を落とすには40~50℃が最適。)
- \* タンパク質を分解するアルカリ洗浄剤の使用が効果的。



40~50℃で洗浄

#### 2. アレルギー物質とそれ以外の食品の分別保管

アレルギー物質とそれ以外の食品は分けて保管し、小分け容器は識別できるようにする。

- \* アレルギー物質(特に粉体)の保管は棚の最下段が基本。
- \* 重ねて保管するときは、同じ食品を重ねる。

#### 3. 手袋やエプロンの交換・洗浄

手袋やエプロンの交換・洗浄等を行い、自分自身が汚染源とならないように注意する。



原材料の取り違いや投入ミスなどにも注意!



- Q1** : 容器包装されている加工食品に表示が食品衛生法で義務付けられているのは卵、乳、小麦、えび、かに、大豆、落花生の7品目である
- Q2** : 乳化剤、乳酸カルシウムは「乳」の一種なので牛乳アレルギーの人は摂取できない
- Q3** : 加工食品のアレルギー表示では「●●が入っているおそれがあります」などの可能性表示は禁止されている