

03 アレルゲンを含む食品（そば、えび・かに）の ファクトシートを公開しました

食物アレルギーは、日頃からしっかり対策する必要があり、正確な情報を得ることが大切です。食品安全委員会は「アレルゲンを含む食品」について、2021年6月に食品健康影響評価書（卵）をまとめ、2024年7月にファクトシート（総論、牛乳、小麦）、2025年3月にファクトシート（そば、えび・かに）を公開しました。



◆食品安全委員会の取組の経緯

2016年3月、食品安全委員会は「アレルゲンを含む食品」を自らの判断で行う食品健康影響評価の対象とし、アレルゲンを含む旨の表示（食物アレルギー表示）制度の妥当性について科学的な検証を行うこととしました。そして、2021年6月に特定原材料（アレルゲンを引き起こすことが明らかな食品のうち、食品表示基準に定めるところにより表示しなければならないもの）の一つである「卵」について評価結果を公表しました。「現在の食物アレルギー表示制度は「卵」についてはおおむね妥当である」と判断しました。「卵」以外の特定原材料については、科学的な評価を行うための情報が十分でなく、健康影響評価を行うことが困難でした。そのため、国内外の最新情報や研究結果等を集約したファクトシートを作成することとし、2024年7月に総論、牛乳、小麦、2025年3月にそば、えび・かにのファクトシートを公開しました。

◆食物アレルギーとは

食物アレルギーは、特定の食物を食べて免疫反応が過敏に働いてしまう結果、体にとって不利益な症状が引き起こされる現象のことです。通常2時間以内に症状が出る即時型では、蕁麻疹やかゆみ、咳などを発症し、時にアナフィラキシーという重い症状が出ることもあるため注意が必要です。

食物アレルギーを引き起こす原因物質（アレルゲン）の大部分は食品に含まれるタンパク質で、その特定の部位に対しIgE抗体^{*1}が結合しアレルギー反応が引き起こされます。

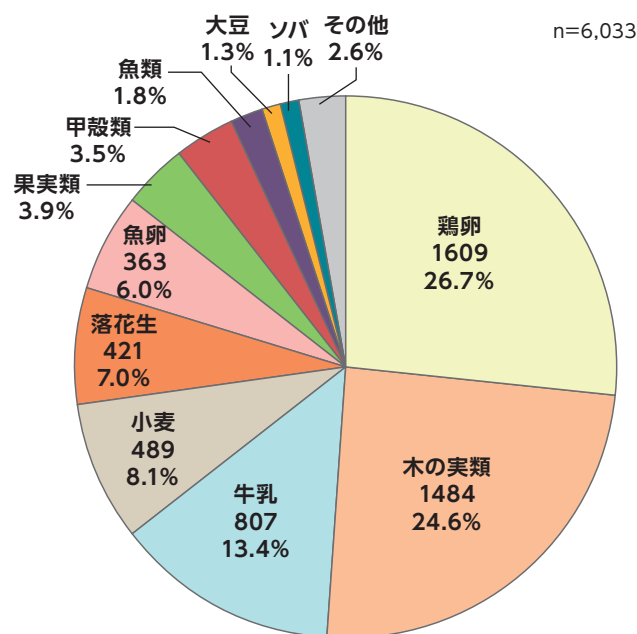
消費者庁の「令和6年度食物アレルギーに関連する食品表示に関する調査研究事業報告書」における「即時型食物アレルギーによる健康被害に関する全国実

態調査」によると、図1のとおり、即時型食物アレルギーの原因食物（類別）上位3位は、鶏卵、木の実類、牛乳でした。

◆リスク管理の取組例（表示）

食物アレルギー患者の健康危害発生防止の観点から、消費者庁では食品表示法のもと、「食物アレルギー表示」制度を整備し、特定原材料を含む加工食品、特定原材料由来の添加物を含む生鮮食品の一部及び特定原材料に由来する添加物について表示を求めています。法令上表示を義務付けるもの（特定原材料）及び表示を推奨するもの（特定原材料に準ずるもの）は図2のとおりです。

図1 即時型食物アレルギーの原因食物（類別）



消費者庁の調査研究事業報告書（2024年）から図を転載

図2 食物アレルギーの表示対象

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

（2025年8月末時点）