

令和7年度版 トピックス

～トピックス①～

外食・中食における食物アレルギーに関する情報提供について

1 食物アレルギーとは

食物を摂取した際、身体が食物に含まれるたんぱく質等（アレルゲン）を異物として認識し、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をいいます。

【主な症状】かゆみ、じんましん、くちびる・まぶたの腫れ、嘔吐、咳、喘息など。血圧が低下して、意識の低下や呼吸困難を来すような場合、アナフィラキシーショックと呼び、命にかかわることがあります。

2 外食・中食における食物アレルギーに関する情報提供の必要性

容器包装に入れられた加工食品は、特定原材料（えび、かに、くるみ、小麦、そば、卵、乳、落花生（ピーナッツ））のアレルゲン表示が義務づけられています。

一方、外食・中食（あらかじめ容器包装されずに販売される弁当や惣菜等の店頭での対面販売）は、注文の際、消費者が店員にメニューの内容の確認ができるので食物アレルギーに関する情報提供が義務づけられていません。

このため、食物アレルギーを有する患者は、提供される食品に含まれるアレルゲンが分からず、外食・中食を利用できません。食物アレルギーを有する患者の選択肢を広げ、生活の充実につなげるために、外食・中食事業者における食物アレルギーに関する情報提供の取り組みが求められています。

3 提供する食品の情報管理

（1）対象とするアレルゲンの明確化

情報提供するアレルゲンの対象範囲を明確化します。例えば、特定原材料8品目のみを対象とすることを決めます。

（2）原材料の規格書等を入手

原材料ごとに、含有するアレルゲンに関する資料（規格書、仕様書、分析書など）を仕入先から入手します。取引開始以降も規格書などに変更がないか定期的に確認し、原材料の規格に変更があった場合、情報伝達が確実に行われるよう仕入先に依頼します。

（3）商品規格書の作成

提供する食品の原材料情報が記載されている商品規格書を作成し、最終製品に含まれるアレルゲンを把握します。

4 アレルゲンの意図しない混入（コンタミネーション）の防止

（１）原材料の受入、保管

原材料の受入時に規格書と相違がないこと、包装の破損がないことを確認します。
アレルゲンを含む原材料は、蓋つきケースに密封保管し、容器にラベル表示します。

（２）器具、調理場

まな板や包丁の共有により器具に付着したアレルゲンが混入するので、使用する器具を専用にします。専用化できない場合は、使用前に器具の洗浄を徹底します。

また、小麦粉やそば粉などが舞うことにより混入するので、調理前に調理場を清掃します。

注意：調理場を専用化できない場合などでは、コンタミネーションを完全に防ぐことは難しいことに留意してください。

（３）手洗いの徹底、作業着の適宜交換

アレルゲンを含まない食品を調理する前に、作業着の交換や手洗いを徹底します。

（４）調理

アレルゲンを含む食品を調理する前に、アレルゲンを含まない食品を先に調理します（時間区分）。商品規格書のとおり調理を行い、レシピにない原材料を思いつきで使わないようにします。また、調理に用いる揚げ油、茹で水の使いまわしを避けます。

5 情報提供の方法

（１）メニュー表、値札、ホームページなどによる情報提供

メニュー表などにより、提供する食品に含まれるアレルゲンの情報を提供します。
また、店舗が対象としているアレルゲンの範囲やコンタミネーションの可能性に関する情報も提供します。

メニューの更新時には、メニュー表などにも必ず最新のアレルギー情報が反映されるようにし、情報更新日を明記します。

（２）口頭での説明

注文の受付時に、アレルギーコミュニケーションシート（消費者庁作成）などを活用しながら、患者が有する食物アレルギーを確認し、提供する食品に含まれるアレルゲンの情報提供を行います。また、店頭で「食物アレルギーをご心配のお客様は、お気軽に店員にお問い合わせください。」などと掲示し、患者が相談しやすいような環境づくりに努めます。

6 接客時の注意点

(1) 最新かつ正確な情報提供が重要

提供する食品に含まれるアレルゲンを常に把握し、最新かつ正確な情報提供ができるようにします。また、食物アレルギーに関する問い合わせには、正しい知識を持った従業員が対応します。しかし、分からないことがある場合は、事故につながる可能性があるので、あいまいな回答はせず、「分からない」と回答します。

(2) コンタミネーションの可能性

コンタミネーションを完全に防ぐことは難しく、そのリスクがあることを伝えます。微量でも発症する人、少量であれば食べられる人など、症状がでる量に個人差があるので、提供した情報をもとに、「食べられる/食べられない」の判断はお客様にさせていただくようにします。

7 事故発生時の対応方法

(1) 患者が持参しているエピペン®（アナフィラキシーショック等に対して用いられるアドレナリンの自己注射薬）があれば、ただちに使用します。

(2) 救急車を要請します。（119番通報）

(3) その場で安静にして、救急隊を待ちます。

※呼吸や心拍がない場合は、AEDや心肺蘇生を行います。

8 参考資料 消費者庁ホームページ



・「外食・中食における食物アレルギーに関する動画」

・消費者向けパンフレット

「外食・中食を利用するときに気をつけること（令和5年3月）」

・事業者向けパンフレット

「食物アレルギーのお客様との会話で困った経験ありませんか（令和5年3月）」

・アレルギーコミュニケーションシート

(消費者庁 訪日外国人向け食品表示制度パンフレットより抜粋)

アレルギーコミュニケーションシート

アレルギーをお持ちの方は、下の該当するピクトグラムを指さすか
(□)にチェック(✓)印をつけて、お店の人に見せてください。



- ① 私はアレルギーを持っています。この食品には下の表で印をつけたアレルゲンを含んでいますか？
① I have allergies. Does this food contain the allergens marked below?
- ② 「本品は同一製造ライン上で対象アレルギー品目を含む製品を生産しています」という表示はありますか？ その食材は下のどれですか？
② Does the product say, "This product is manufactured on the same production line as products containing the allergens marked below." ? If so, which of the following allergens does it refer to?
- ③ 調理場では複数のアレルゲンが使用されていますか？ その食材は下のどれですか？
③ Does the kitchen handle multiple allergens? Which of the following allergens are they?

特定原材料 8 品目 (表示されます)							
							
えび shrimp	かに crab	くるみ walnut	小麦 wheat	そば buckwheat	卵 egg	乳 milk	落花生 (ピーナッツ) peanut
注意：特定原材料に準じるもの 20 品目 (表示されない場合もあります)							
							
アーモンド almond	あわび abalone	いか squid	いくら salmon roe	オレンジ orange	カシューナッツ cashew nut	キウイフルーツ kiwi fruit	牛肉 beef
							
ごま sesame	さけ salmon	さば mackerel	大豆 soybean	鶏肉 chicken	バナナ banana	豚肉 pork	マカダミアナッツ macadamia nut
				もし食品(商品)を食べて アレルギー症状が 起きた時は医療機関にご相談ください。			
もも peach	やまいも wild yam	りんご apple	ゼラチン gelatin				

本パンフレットを複製／印刷して利用することは可能です。
ただし、個々のピクトグラムを複製／無断使用することはできません。
使用に関しては、一般社団法人ユニバーサルコミュニケーションデザイン協会へお問い合わせください。

みんなのピクト®

～トピックス②～

機能性表示食品及び特定保健用食品に係る健康被害に関する情報提供について

紅麴を使用した機能性表示食品による健康被害が発生したことを受けて、令和6年9月から機能性表示食品及び特定保健用食品に係る健康被害に関する情報提供が義務化されました。

1 情報提供の義務が課される者（届出者等）

- （１） 機能性表示食品の届出者
- （２） 特定保健用食品に係る許可を受けた者

2 情報提供の対象となる健康被害

医師の診断を受け、当該症状が機能性表示食品及び特定保健用食品に起因する又はその疑いがあると診断されたもの。

3 健康被害情報の収集

届出者等は、健康被害に関する情報を得たときは、情報提供票（「いわゆる「健康食品」・無承認無許可医薬品健康被害防止対応要領について」（令和6年8月23日付け健生食監発 0823 第4号・医薬監麻発 0823 第1号）の別紙様式）により、情報提供者から聞き取りを行う。

情報提供者が医師以外（消費者等）である場合には、届出者等が、診断した医療機関名を消費者等から聞き取り、届出者等は、情報提供票の「症状」、「詳細（診断名等）」、「重篤度」等、情報提供を行うにあたって必要な情報を、当該医療機関から聞き取る。

4 情報提供の義務が生じる場合

- （１） 同一の機能性表示食品等による健康被害のうち、同じ所見（情報提供票の「主な症状」が同一のもの）の症例が短時間（概ね30日以内の間）に複数発生（同じ所見の症例が2例発生）した場合
- （２） 死亡事例、入院治療を受けた場合であって医師が重篤と判断して症例
- （３） 入院治療を受けていない場合であっても医師が重篤と判断した症例

5 情報提供期限

届出者等が健康被害を診断した医療機関名を知った日から15日以内

6 参考

「機能性表示食品等に係る健康被害の情報提供について」（令和6年8月23日付け厚生食監発 0823 第3号）