

## 正しい知識をもって従事しましょう 食物アレルギーについて

食物アレルギーは摂取するアレルゲンの量、年齢、体調などによって異なりますが、ごく微量でも発症することがあります。  
食品取扱事業者は、お客さまの健康を害することのないように、正しい知識をもって従事しなければなりません。  
今回は、食物アレルギーの基本情報と、外出などの店舗におけるアレルゲン混入防止のポイントについてご紹介します。



### 食物アレルギーとは

#### 食物アレルギー

喫食した特定の食物中のタンパク質(アレルゲン)を、身体が異物と判断して起こす症状  
身体の免疫機能が過剰に働いて起きます

#### 症状の例

おう吐、腹痛、じんましん、皮膚のかゆみ、呼吸困難、意識不明、ショック症状など  
重篤な場合は、アナフィラキシーショックを起こし、死に至ることもあります

### 食物アレルギーの原因となる食材は？

症例数の多さなどから、食物アレルギーの原因となる食材 27 品目が示されています。これらは「特定原材料」と「特定原材料に準ずるもの」の2つに分類されています。

＜特定原材料＞ 症例数が多い、または症状が重篤なもの 7 品目



※特定原材料は、容器包装された加工食品等への表示が義務付けられています。

＜特定原材料に準ずるもの＞ 20 品目

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



外出等は業態や規模、店舗形態、メニューの種類などが極めて多様です。

ひとつの厨房で複数の料理を同時に調理することも多く、意図しないアレルゲン混入(コンタミネーション)のリスクがあるため、食物アレルギーについて正しく理解して従事することが重要です。

### ＜アナフィラキシー＞とは…

アレルギー反応による症状が複数同時、かつ急激に出現した状態を「アナフィラキシー」といいます。

その中でも、血圧が低下し意識レベルの低下や脱力をきたすような場合を「アナフィラキシーショック」といい、直ちに対応しないと命にかかわる重篤な状態です。



# ▶▶▶ 店舗などにおけるアレルギー混入防止のポイント

## 事業者および従業員の基礎教育

### ●正しい知識をもって従事する

事業者および従業員は、食物アレルギーについて正しい知識をもち、お客さまの安全を最優先に考えて従事しましょう。認識不足によって誘発されるリスクを理解することが重要です

## 食材などの保管

### ●特定原材料等とその他の食材を分けて保管する

特定原材料等とその他の食材を分けて保管し、小分け容器は識別できるようにしましょう

※とくに粉体の特定原材料等は棚などの最下段に保管しましょう



## 食品の調理・盛り付け

### ●手袋やエプロンを適切に交換、洗浄する

調理従事者自身が汚染源とならないよう、手袋やエプロンは適切に交換、洗浄しましょう

### ●専用の調理器具類を使用する

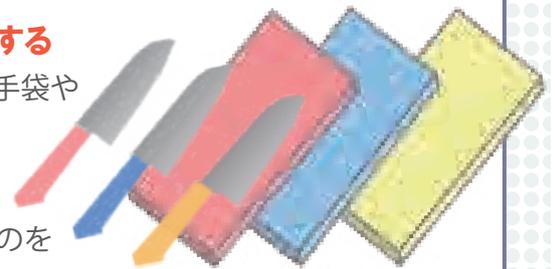
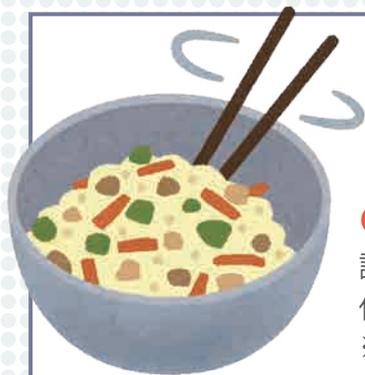
調理器具や食材に直接接触れる備品は専用のものを使用することが理想的です

※専用の調理器具、備品は色で区別する(カラーコントロール)などの工夫をしましょう

※専用品を用意できない場合は洗浄のポイントを参考に、しっかり洗浄して使用しましょう

### ●保管する食品を保護する

特定原材料等を除いた食品(除去食)を保管するときは、専用の場所で保管する、または蓋やラップをしましょう



## 調理設備や器具の洗浄・清掃

### ●適切な水温で洗浄する

タンパク質を落とすには、水温 40～50℃程度が最適です

※水温が低すぎると十分な洗浄効果が得られず、必要以上の高温ではタンパク質が変性・固化して除去しにくくなります

※しつこいタンパク汚れにはアルカリ洗浄剤が効果的です(※手袋着用)

### ●分解できる調理器具などはすみずみまで洗浄する

分解できる調理器具などは分解して、すみずみまで洗浄しましょう

煮沸消毒する場合はタンパク質が変性・固化しないように、あらかじめ汚れを落としてから行いましょう



安心・安全な食を提供するため、正しい知識をもって従事しましょう