



2020/6/16
雇用調整助成金教育訓練

食物アレルギーについて

事業推進本部
管理栄養士 阿部昭子

内容



- ✿ 食物アレルギーについて(概要他)
 - エピペン®について→動画視聴
 - 食品表示について
 - 添加物とアレルゲン
- ✿ 子どもが体調不良時の対応
- ✿ スタッフの衛生管理



食物アレルギーについて、最初に

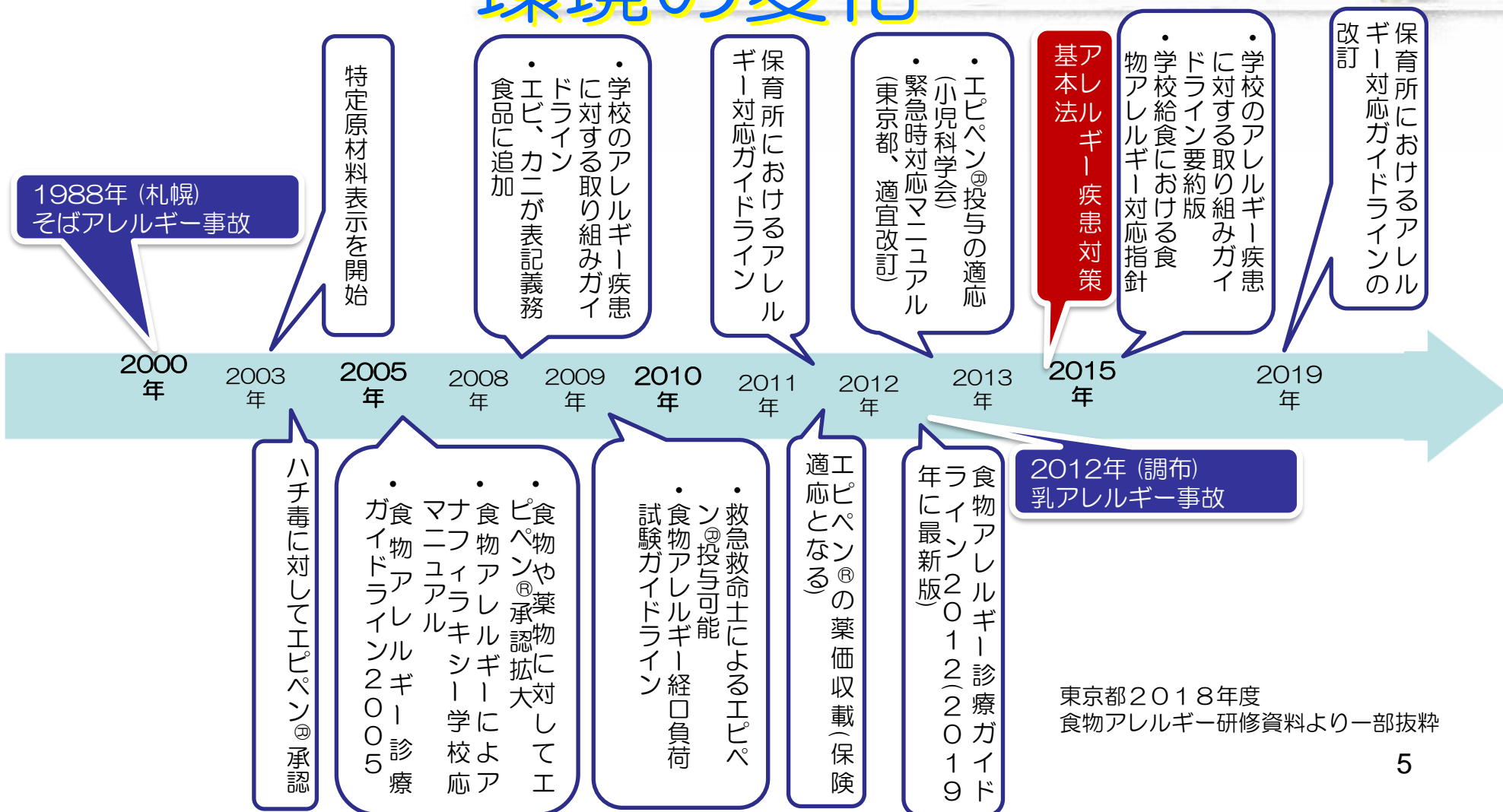
アレルギー治療の動き

食物アレルギーの歴史

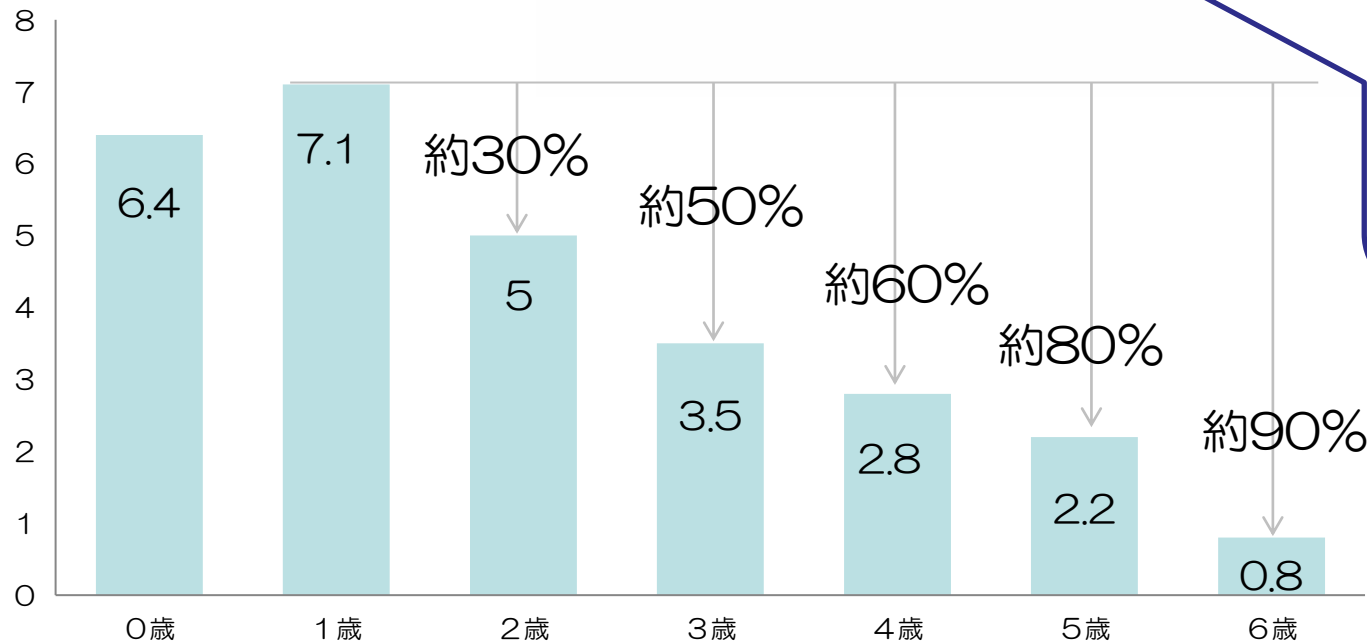


- ✿ 紀元前にすでに記録有（ヒポクラテス等）
- ✿ 欧米では1800年代から論文として存在
- ✿ 1950年に世界で疾患として認識される
- ✿ 日本では1980年代以降増加

食物アレルギーを取り巻く 環境の変化

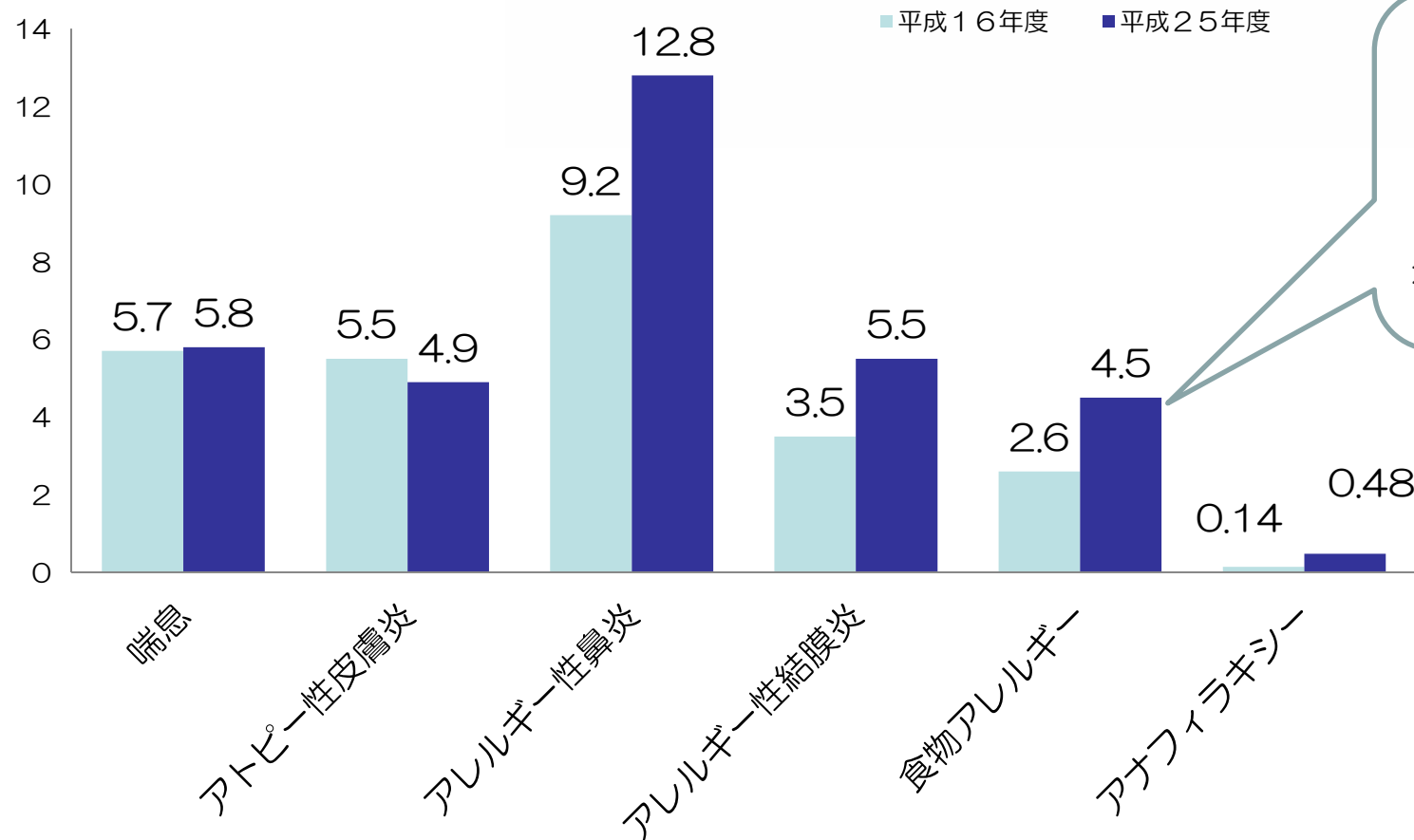


年齢別食物アレルギーの 子どもの割合(全国・%)



年齢と共に、割合は減少。
→「治療を継続していれば解除されるが、1割は残る」という専門医の見解

学校におけるアレルギー疾患 の変化(全国・%)



1年生1学級あたり35名と想定、
1.6人→クラスに
1人はアレルギー
有？



しっかり知ろう

食物アレルギーについて

食物アレルギーとは



「食べた、触った食物、吸い込んだ臭いに対して体を守る**免疫システム**が過剰反応して起きる症状」

体内での異物に対する反応

病原体・アレルゲンが体内に入ってくる



病原体・アレルゲンに対して抗体が作られる



再び同じ病原体・アレルゲンが入ってくる

感染症

抗体が病原体に攻撃して病気が起こるのを未然に防ぐ

➤免疫が出来て再感染しにくい

アレルギー

抗体がアレルゲンに反応して分泌される物質(ヒスタミン)がアレルギー症状を起こす

➤免疫は出来ないなので同じ症状を繰り返す

間違えやすいケース

免疫学的機序が関係していない



	原因	症例
食物不耐症	体質的に食物を消化できない(消化酵素の欠損)	乳糖不耐症
食中毒	食物中の病原体や毒素で発症	ノロウィルスで汚染された生ガキによる下痢
針状結晶による刺激	ヤマイモ、サトイモ、キウイ、パイナップルなど(シュウ酸カルシウム)	口唇周辺に接触して赤変やのどの違和感
生理活性物質に対する反応	鮮度の落ちた青魚や野菜の摂取(ヒスタミン、アセチルコリンなど)	じんましん

食べて症状≠食物アレルギー

食物アレルギーの種類①



1.即時型➤食後2時間以内にじんま疹、咳、呼吸困難を起こす。ほぼ例外なくアナフィラキシー症状を呈する。

2.乳児アトピー性皮膚炎に合併して認められる食物アレルギー➤まずは湿疹のケア、軽減しない場合にアレルゲン除去食の治療。

全ての乳児アトピー性皮膚炎に食物が関与しているわけではない。離乳食開始と共に、即時型に移行することがある

3.新生児・乳児消化管アレルギー➤母乳や粉ミルク中の食物タンパクが原因で、血便・下痢などの消化器症状を起こす。乳製品除去、治療用ミルクで軽快し、1歳で半数、2歳で90%が治る(解除)。

食物アレルギーの種類②



特殊①口腔アレルギー症候群

花粉に対するアレルギー抗体果物、野菜と反応して起こる。即時型だが消化されると反応しない⇒口腔中でピリピリする・痒み

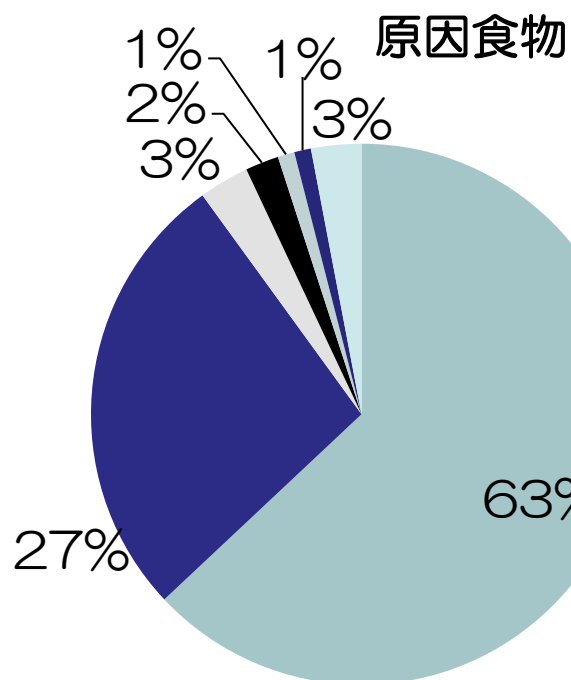
花粉症の人に起こりやすい

食後に走る・登山など、子供なら外遊び後

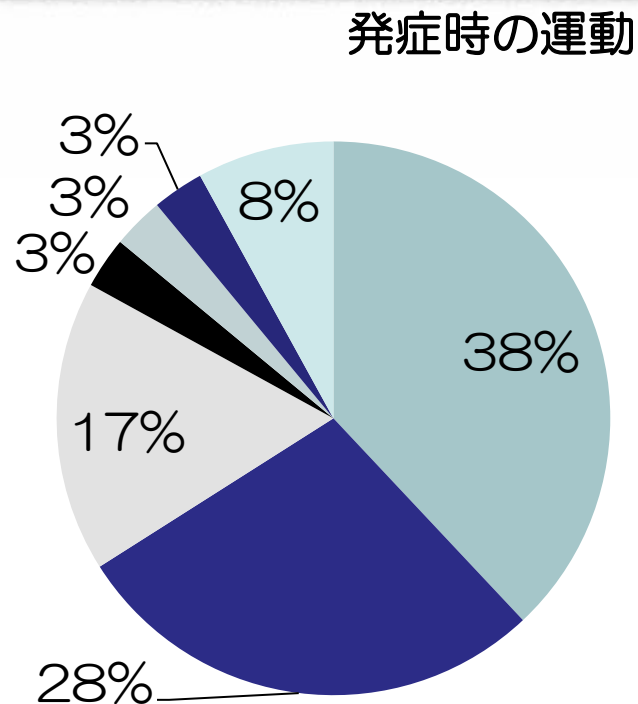
特殊②食物依存型運動誘発アナフィラキシー(FDEIA)

食物アレルギーはないが、食後に運動するとアナフィラキシーを起こす。運動する事で消化困難をきたし、**未消化なタンパク質がアレルゲンとなる**。アナフィラキシーショックの可能性は高い。10～20歳男子の発症が多い。アレルギーを持っている場合は要注意¹²

FDEIAについて



■ 小麦
■ 甲殻類
■ そば
■ 魚
■ 果物
■ 牛乳
■ その他



■ 球技
■ ランニング
■ 歩行
■ 自転車
■ 水泳
■ ゴルフ
■ その他

- 初回の発症を予測することは不可能
- アナフィラキシーが出た場合は、運動中止、服薬、エピペン®の投与

食物アレルギーの診断



» 原因アレルゲンの特定

⇒問診・食物日誌

⇒皮膚テスト(パッチテスト)・血液検査

⇒食物経口負荷試験

⇒診断の確定

必ず医師の診断書の提出を求めてください！

この試験が重要です！

症状が出るかも…では除去しない!!

生活管理指導票



■ 学校生活管理指導票 (アレルギー疾患用)

名前: _____ 男・女 _____ 年 _____ 月 _____ 日生 (_____ 歳) 学校: _____ 年 _____ 期 提出日: _____ 年 _____ 月 _____ 日

アレルギー疾患 (あり/なし)	病型・治療	学校生活上の留意点	記載日: _____ 年 _____ 月 _____ 日
気管支炎 (あり/なし)	A. 喘息発作 (発作型) 1. 軽微 2. 軽度持続型 3. 中等度持続型 4. 重症持続型 B-1. 長期持続型 (吸入薬) 2. 長期持続型吸入薬+ベータ2刺激薬 3. 吸入ステロイド薬 4. その他 B-2. 長期持続型 (吸入薬) 1. テオフィリン投与計画 2. ロイコトリエン受容体拮抗薬 3. ベータ2刺激薬併用、併用薬 4. その他	A. 運動 (体育、部活動等) 1. 運動不要 2. 保護者と相談し決定 3. 運動は不可 B. 動物との接触 (ペット等) 等の身の回り環境での活動 1. 動物と接触し決定 2. 動物へのアレルギーが強いため不可 3. 動物も C. 宿泊を伴う校外活動 1. 動物と接触し決定 2. 保護者と相談し決定 D. その他の配慮・管理事項 (自由記載)	※保護者 電話: _____ ※医師 電話: _____ ※学校医 電話: _____ ※保健医 電話: _____
アレルギー性鼻炎 (あり/なし)	A. 軽度 1. 過半数アレルギー性鼻炎 2. 季節性アレルギー性鼻炎 (花粉症) 3. 季節性アレルギー性鼻炎 (花粉症) 4. アトピー性鼻炎 5. その他 B. 治療 1. ステロイド薬 2. ステロイド薬 3. 免疫抑制剤 4. その他	A. フルタイム 1. 運動不要 2. 保護者と相談し決定 3. フルタイム不可 B. 運動と接触 1. 動物と接触し決定 2. 動物へのアレルギーが強いため不可 3. 動物も C. 宿泊を伴う校外活動 1. 動物と接触し決定 2. 保護者と相談し決定 D. その他の配慮・管理事項 (自由記載)	※保護者 電話: _____ ※医師 電話: _____ ※学校医 電話: _____ ※保健医 電話: _____
アレルギー性皮膚炎 (あり/なし)	A. 過半数アレルギー性皮膚炎 1. 過半数アレルギー性皮膚炎 (花粉症) 2. 季節性アレルギー性皮膚炎 (花粉症) 3. 季節性アレルギー性皮膚炎 (花粉症) 4. アトピー性皮膚炎 5. その他 B. 治療 1. ステロイド薬 2. ステロイド薬 3. 免疫抑制剤 4. その他	A. フルタイム 1. 運動不要 2. 保護者と相談し決定 3. フルタイム不可 B. 運動と接触 1. 動物と接触し決定 2. 動物へのアレルギーが強いため不可 3. 動物も C. 宿泊を伴う校外活動 1. 動物と接触し決定 2. 保護者と相談し決定 D. その他の配慮・管理事項 (自由記載)	※保護者 電話: _____ ※医師 電話: _____ ※学校医 電話: _____ ※保健医 電話: _____

✿ 保育所仕様、学校仕様あり (内容はほぼ同じ)

✿ 医師の診断が反映されており、除去食品も明らかにされている。

✿ 事業所でも共有できるとよい。無理なら個人ファイルで保管、共有する

■ 学校生活管理指導票 (アレルギー疾患用)

名前: _____ 男・女 _____ 年 _____ 月 _____ 日生 (_____ 歳) 学校: _____ 年 _____ 期 提出日: _____ 年 _____ 月 _____ 日

アレルギー疾患 (あり/なし)	病型・治療	学校生活上の留意点	記載日: _____ 年 _____ 月 _____ 日
アレルギー性鼻炎 (あり/なし)	A. 過半数アレルギー性鼻炎 1. 過半数アレルギー性鼻炎 (花粉症) 2. 季節性アレルギー性鼻炎 (花粉症) 3. 季節性アレルギー性鼻炎 (花粉症) 4. アトピー性鼻炎 5. その他 B. 治療 1. ステロイド薬 2. ステロイド薬 3. 免疫抑制剤 4. その他	A. フルタイム 1. 運動不要 2. 保護者と相談し決定 3. フルタイム不可 B. 運動と接触 1. 動物と接触し決定 2. 動物へのアレルギーが強いため不可 3. 動物も C. 宿泊を伴う校外活動 1. 動物と接触し決定 2. 保護者と相談し決定 D. その他の配慮・管理事項 (自由記載)	※保護者 電話: _____ ※医師 電話: _____ ※学校医 電話: _____ ※保健医 電話: _____
アレルギー性皮膚炎 (あり/なし)	A. 過半数アレルギー性皮膚炎 1. 過半数アレルギー性皮膚炎 (花粉症) 2. 季節性アレルギー性皮膚炎 (花粉症) 3. 季節性アレルギー性皮膚炎 (花粉症) 4. アトピー性皮膚炎 5. その他 B. 治療 1. ステロイド薬 2. ステロイド薬 3. 免疫抑制剤 4. その他	A. フルタイム 1. 運動不要 2. 保護者と相談し決定 3. フルタイム不可 B. 運動と接触 1. 動物と接触し決定 2. 動物へのアレルギーが強いため不可 3. 動物も C. 宿泊を伴う校外活動 1. 動物と接触し決定 2. 保護者と相談し決定 D. その他の配慮・管理事項 (自由記載)	※保護者 電話: _____ ※医師 電話: _____ ※学校医 電話: _____ ※保健医 電話: _____

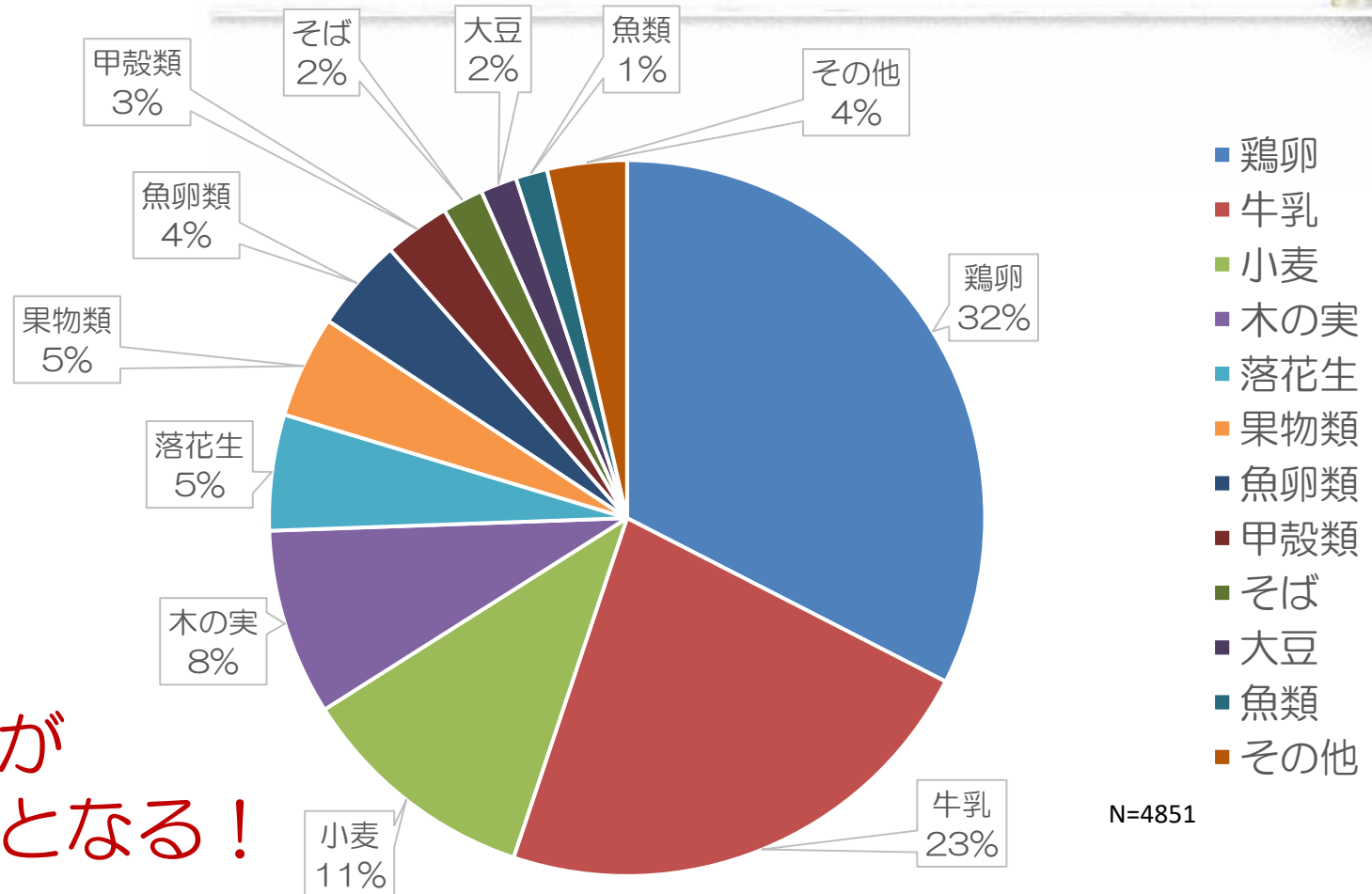
●学校における日常の取り組み及び緊急時の対応に活用するため、本表に記載された内容を教職員全員で共有することに同意しますか。
1. 同意する
2. 同意しない 保護者署名: _____



どんな食品に含まれているのか
その他注意点

7大アレルゲンについて

食物アレルギー原因食品



タンパク質が
アレルゲンとなる！



年齢別食物アレルギーの詳細

	0歳 (1530人)		1～2歳 (1364人)		3～6歳 (1013人)		7～17歳 (714人)		18歳～ (230人)	
1	鶏卵	55.3	鶏卵	38.3	牛乳	20.6	鶏卵	16.4	小麦	19.1
2	牛乳	27.6	牛乳	23.1	鶏卵	18.9	牛乳	15.7	甲殻類	15.7
3	小麦	12.2	小麦	8.3	木の実 類	18.9	木の実 類	12.9	魚類	10
4	※ 未掲載	※	木の実 類	7.9	小麦	10.8	果物 類・落 花生	10.5	果物類	8.7
5	※	※	魚卵	7.4	落花生	10.7	※	※	大豆	7.4
小計 (%)		95.1		85.0		79.9		55.5		60.9

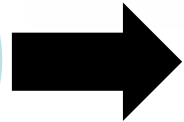
食物アレルギー27品目



乳、卵は幼児期で解除の割合高い

特定原材料

表示義務
あり
7品目



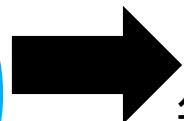
卵 乳

小麦 落花生 そば エビ カニ

2008年6月

学童～成人型食物アレルギー

表示推奨
21品目
に増加！



牛肉 豚肉 鶏肉 鮭 鯖
あわび いくら イカ 大豆
山芋 松茸 キウイフルーツ
バナナ りんご オレンジ 桃
カシューナッツ ゼラチン
くるみ ごま アーモンド

2013年9月

2019年9月

表示推奨が増えました



2018年	%	2015年	%
鶏卵	31.7	鶏卵	35
牛乳	22	牛乳	22.3
小麦	10.6	小麦	12.5
木の実類	8.2	落花生	5.6
落花生	5.1	果物類	5.5
果物類	4.5	魚卵類	3.9
魚卵類	4.1	甲殻類	3.6
甲殻類	2.9	木の実類	3.3
そば	1.8	魚類	1.5
大豆	1.6	そば	1.5
魚類	1.4	大豆	1.2
その他	3.5	その他	3.6

木の実類のうちクルミの症例が急増

義務化も増えるかも



原因食物	区分	2012年 度	2015 年度	2018 年度	対応
くるみ	即時型症例数	40	74	251	義務化を視野に入れた検討
	ショック症例数	4	7	42	
アーモンド	即時型症例数	0	14	21	推奨品目への追加検討→追加 済み
	ショック症例数	0	4	1	

卵

加熱すると
アレルギー性低下



●マヨネーズ

●洋菓子類

(クッキー、ケーキ、アイスクリームなど原材料)

●練り製品 (かまぼこ、はんぺんなど結着剤)

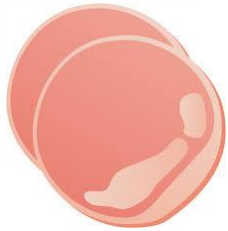
●肉類加工品の一部 (ハム、ウィンナーなど結着剤)

●食品添加物として卵の脂質レシチン(乳化剤→水と油を混ぜる媒体)

★除去不要→卵殻カルシウム(食品添加物、Ca強化のため)

★ほぼ除去不要→鶏肉・魚卵

保護者へ要確認



加熱しても
アレルギー性低下しない

乳・乳製品



- ヨーグルト、チーズ、バター、生クリーム、全粉乳、脱脂粉乳(スキムミルク)、一般の調整粉乳
- 練乳、乳酸菌飲料、はっ酵乳、アイスクリーム、パン
- 洋菓子類(ケーキ、アイスクリーム等)
- 調味料の一部
- シチューのルー等
- ★ほぼ除去不要→洋菓子(添加物)の乳糖、牛肉
- ★牛乳パック…工作时
- ★乳化剤は乳製品ではない



食物依存性運動誘発アナ
フィラキシーの原因食物
として最も頻度が高い

小麦



●パン、うどん、マカロニ、スパゲッティ、
→小麦グルテン(タンパク質)が入っている場合は米粉パ
ンでも×！

●麩、餃子の皮

●市販のシチューやカレーのルウ

★粒子が細かい(空中浮遊2時間)

★除去不要→しょうゆ(タンパク質が発酵)

★ほぼ除去不要→穀物酢(タンパク質が発酵)・麦茶

★工作时

反応する場合もあ
るので要確認

麦類全般がアレルギー
の場合は除去



ピーナッツ(落花生)



- ピーナッツの殻にもアレルギー性がある
→工作材料として注意！
- クルミ、カシューナッツなど他の種実もひとくくりに除去する必要なし、個別に様子(症状が出るか)を見る。
- 粉末で隠し味的に使用されることもある
→和菓子、佃煮)
- ピーナッツオイル**：カレーのルー、スナック菓子、ラーメン等のスープ等。保湿剤にも使われている。
- 欧米では食物アレルギー第1位



日本でも患者数が増加している
※症状が出ると重い

そば



- そばアレルギーがあっても、小麦や米など他の穀物は食べることができる。
- そばをゆでる蒸気や同じ釜でゆでたうどんにもアレルギー反応を示すことがある→コンタミネーション
- そば粉やそば殻枕の粉塵を吸入して反応することがある。
- ボーロやクレープなどのお菓子にもそば粉が使われている場合がある→食品表示に注意！

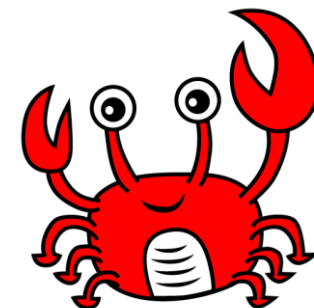
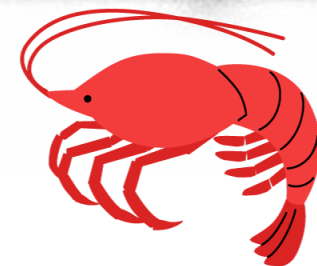


アナフィラキシー反応を
起こしやすい食品
※症状が出ると重い

エビ・カニ

高温加熱でアレルギー性は低下

- トロポミオシン(甲殻類特有のタンパク質)
- 皮膚反応も呈する場合があります→痒み、赤み
- エビで出る場合はカニでも出る
 - イカ、タコ、貝は摂取できることが多い
- スナック菓子
 - えびせん・かにせんの類は表示をチェックする
- スープ、だし(100℃程度ではアレルギー性低下しにくい)、市販の麺類
 - スープと湯気に成分
- 揚げ油のコンタミネーション
 - エビフライがダメ、コロッケを提供…。



大豆(推奨)



●納豆、味噌、醤油

発酵・加熱するとアレルギー性が低下する

→完全に発酵して大豆たんぱくが分解する

保護者へ要確認！

(反応する場合もあり)

●食品添加物として抽出成分が混入している場合が多い

→乳化剤としてレシチン

(チョコレートなど菓子類に多い、カレー等のルー)



乳化剤のレシチンは大豆由来のものもある

果物・野菜(推奨)



- 果物によるアレルギーは、口腔アレルギー症候群が主、厳密な除去は必要ないことが多い
- アナフィラキシーを呈する報告の多い果物
→キウイ、バナナ、桃、リンゴ(ビワの事故有)
- 花粉症のある人は注意



スギヒノキ	トマト
ブタクサ	すいか メロン きゅうり
よもぎ	りんご キウイ 人参 セロリ
しらかば	りんご もも さくらんぼ 梨 イチゴ 梅 キウイ 人参

※ジュース、ジャムは加熱してあるのでアレルギーを起こしにくい(要確認！)



- ・アナフィラキシー⇒発症後、極めて短い時間のうちに全身に症状が出る反応
- ・アナフィラキシーショック⇒上記の症状が複合的に発生し、血圧が下がる、意識がもうろうとする等のショック症状

アナフィラキシーショックと エピペン®

アナフィラキシー



皮膚症状	そう痒感、じんましん、血管運動性浮腫、発赤、湿疹
粘膜症状	眼症状：結末充血、浮腫、そう痒感、流涙、眼瞼浮腫
	鼻症状：くしゃみ、鼻汁、鼻づまり、
	口腔咽頭症状：口腔・口唇・舌の違和感・腫脹、咽頭の痒み、いがいが感
消化器症状	腹痛、悪心、嘔吐、下痢、血便
呼吸器症状	咽頭絞扼感、咽頭浮腫、嚔声、せき込み、呼吸困難
全身症状	アナフィラキシー：多臓器への症状
	アナフィラキシーショック：頻脈、ぐったり、意識障害、血圧低下

アナフィラキシーショック



アナフィラキシー

即時型アレルギーの症状が複数の臓器にみられると同時に、急激に全身の血管の拡張を来すショック症状を意味する。時には死に至ることがある。

誘発原因

- アレルゲンを含む者の飲食後
- 食事後運動が誘発(4時間以内)
- 蜂刺され後(年間20人以上死亡!)
- 薬剤(抗生物質、解熱鎮痛剤、抗てんかん剤等)
- 天然ゴム(ゴム靴、医療用手袋等)
- 動物による刺傷(クラゲ、ハムスター、ヘビ等)



エピペン®いつ打つの?
タイミングは?

発生因子 の死亡者 数 (人/年)	2013 年度
総数	77
食物	2
ハチ刺傷	24
医薬品	37
血清	1
原因不明	13

エピペン®を打つタイミング



B-1 緊急性が高いアレルギー症状

【全身の症状】

- ☐ ぐったり
- ☐ 意識もうろう
- ☐ 尿や便を漏らす
- ☐ 脈が触れにくいまたは不規則
- ☐ 唇や爪が青白い

【呼吸器の症状】

- ☐ のどや胸が締め付けられる
- ☐ 声がかすれる
- ☐ 犬が吠えるような咳
- ☐ 息がしにくい
- ☐ 持続する強い咳き込み
- ☐ ゼーゼーする呼吸

(ぜん息発作と区別できない場合を含む)

【消化器の症状】

- ☐ 持続する強い（がまんできない）
お腹の痛み
- ☐ 繰り返し吐き続ける

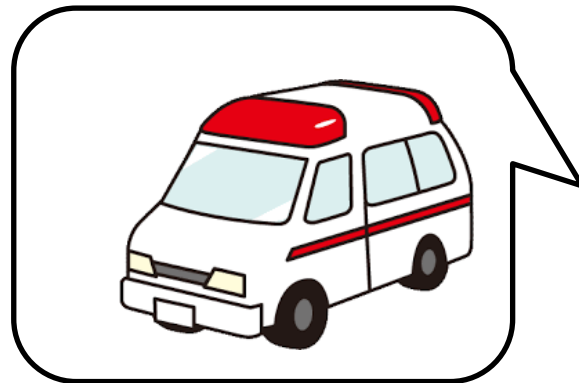
1つでもあったら、打つ！

エピペン®を打つときは！



- ✿必ず救急車を呼びます！
- ✿時間とともに経過記録をつける
- ✿使用済みのエピペンは救急隊員に渡す！

エピネフリン(アドレナリン)のペン
↓
エピペン®



エピネフリンは
米名
アドレナリンは
露名

エピペン®使用状況



平成20年4月～平成25年8月まで122件

	本人	学校 職員	保護者	救急 救命士	(%) 合計
小学校	20.6	25.4	35.1	19.0	100
中学校(※)	47.8	29.9	16.4	6.0	100
高等学校	66.7	22.2	5.6	5.6	100

※中等教育学校(中高一貫校)含む

平成25年文科省学校生活における健康管理に関する調査より



他の調査でも15.9→20.4→21.3(%)と年を追うごとに使用は増加しているので、研修する価値あり！

エピペントレーナー



🌸 <https://www.epipen.jp/teacher/index.html>

動画で確認します！

エピペン®の打ち方



① ケースから取り出す



ケースのカバーキャップを開け
エピペン®を取り出す

② しっかり握る



オレンジ色のニードルカバーを
下に向け、利き手で持つ

“グー”で握る！

③ 安全キャップを外す



青い安全キャップを外す

④ 太ももに注射する



太ももの外側に、エピペン®の先端
(オレンジ色の部分)を軽くあて、
“カチッ”と音がするまで強く押し
あてそのまま5つ数える

**注射した後すぐに抜かない！
押しつけたまま5つ数える！**

⑤ 確認する



使用前 使用後

エピペン®を太ももから離しオレ
ンジ色のニードルカバーが伸び
ているか確認する

伸びていない場合は「④に戻る」

⑥ マッサージする



打った部位を10秒間、
マッサージする

エピペン®を打つ時の体制



注射する部位

- 衣類の上から、打つことができる
- 太ももの付け根と膝の中央部で、かつ真ん中 (A) よりやや外側に注射する

仰向けの場合



座位の場合



介助者がいる場合



介助者は、子供の太ももの付け根と膝を
しっかり抑え、動かないように固定する



いかがでしたか

法人の様子



- ✿ 2011～2018年の間に11件、食物アレルギー事故が発生
- ✿ いずれも確認不足
- ✿ 対応は十分だったか

発生日時	本部報告日時	児童	アレルギー内容 【アレルゲン】	対象食品	状況概要
2011/5/27 PM3:07	なし	小1男	卵	スナックパン	<ul style="list-style-type: none"> ・通常のおやつの時間帯 ・症状なし、気持ち悪かった
2011/7/20 PM1:35	7末			ハム	<ul style="list-style-type: none"> ・長期休暇中の昼食時 ・症状有
2012/7/17 PM3:00	7/17	小2男	卵・乳製品	とんがりコーン・カレー味	<ul style="list-style-type: none"> ・通常のおやつの時間帯事故 ・症状有
2012/12/25 PM3:00	12/26	小1男	落花生 (ピーナッツ)	せんべい菓子	<ul style="list-style-type: none"> ・クリスマスイベントでの事故 ・症状有、帰宅後通院→入院
2013/2/4 PM3:30	2/5	不明	卵・乳	恵方巻き・巻寿司 (鬼子ちゃん)	<ul style="list-style-type: none"> ・節分の行事食、恵方巻きの事故 ・症状有、帰宅後通院→入院
2013/2/5 PM4:00頃	2/6	不明	落花生 (ピーナッツ)	お好みの種(味ごのみ)	<ul style="list-style-type: none"> ・通常のおやつの時間帯 ・事前にアレルゲン把握せず
2013/12/9 PM4:25	12/9	小1	小麦粉	フレンチトースト	<ul style="list-style-type: none"> ・手作りおやつの時間帯 ・症状有、通院→入院
2016/12/21 PM17:00	1/18	小1	ピーナッツ	ボノボンチョコレート(チョコレートの中にピーナッツクリームが入っている)	<ul style="list-style-type: none"> ・通常のおやつの時間帯 ・症状有
2017/6/19 PM3:50	7/24	小1	ピーナッツ	チェリオバニラ味・アイスクリームバー(アイスバーの表面にピーナッツがちりばめられチョコレートでコーティング)	<ul style="list-style-type: none"> ・通常のおやつの時間帯 ・食べてすぐ吐き出した
2017/7/18 PM16:40	7/24	小1	小麦	ミニビスケット	<ul style="list-style-type: none"> ・通常のおやつの時間帯 ・症状有、通院→入院
2018/4/4 PM12:30頃	4/9	小1	タンパク質アレルギー(肉・魚・卵・牛乳・小麦)の蓄積型および食物以外のアレルギー(科学物質)	市販弁当	<ul style="list-style-type: none"> ・長期休暇中の昼食時 ・症状なし





アレルギーが入っているのか？分かりにくい…

食品成分表示について

2015年4月 食品表示基準法が改正



- ✿ 2020年6月～施工

- ✿ 加工食品におけるアレルギー表示の改善

- ✿ 原則「個別表示」

→ 個別の原材料、添加物の直後にカッコをいれて表示

- ✿ 「一括表示」

→ 包装されていない食品を複数詰合せする場合
(主に弁当)

複数の材料に使われている場合
表示省略可



成分表示について・新例

名称	菓子パン
原材料名	小麦粉、マーガリン、レーズン、バター入りマーガリン、砂糖、卵、加工油脂、パン酵母、乳等を主要原料とする食品、食塩、ショートニング、発酵調味料／乳化剤、 <u>V.C.</u> 、酸化防止剤(V.E)、香料、カロチノイド色素、(一部に卵・乳成分・小麦・大豆を含む)
内容量	6個
消費期限	表面に記載
保存方法	直射日光、高温多湿を避けて保存してください
製造者	〇〇パン株式会社 〒〇〇〇-×××× △△市△△区…………… ★製造所固有記号は消費期限の下に記載

栄養成分表示 製品1個あたりの標準値

エネルギー	169kcal	炭水化物	20.48g
タンパク質	2.7g	食塩相当量	0.37g
脂 質	8.5g		

この表示値は、目安です。

アレルギー・個別例



チョコレートケーキの場合

原材料名	準チョコレート（パーム油（ <u>大豆</u> を含む）、砂糖、 <u>全粉乳</u> 、ココアパウダー、 <u>乳糖</u> 、カカオマス、食塩）、 <u>小麦粉</u> 、ショートニング（ <u>牛肉</u> を含む）、砂糖、 <u>卵</u> 、コーンシロップ
添加物	ソルビトール、酒精、乳化剤、膨張剤、香料



アレルギー・一括例



チョコレートケーキの場合

原材料名	準チョコレート（パーム油、砂糖、全粉乳、ココアパウダー、乳糖、カカオマス、食塩）、小麦粉、ショートニング、砂糖、卵、コーンシロップ、 <u>（一部に小麦・卵・乳成分・牛肉・大豆を含む）</u>
添加物	ソルビトール、酒精、乳化剤、膨張剤、香料、 <u>（一部に大豆・乳成分を含む）</u>

成分表示・省略例



❁ 省略された場合には、アレルギー物質が含まれる原材料が複数あっても、確認することは出来ない。

●個別表示の場合

原材料名	ご飯、野菜かき揚げ（小麦、卵を含む）、鶏唐揚げ（小麦、大豆を含む）、煮物（里芋、人参、ごぼう、その他）、焼鮭、スパゲッティ（小麦、卵を含む）、エビフライ（小麦、卵を含む）、ポテトサラダ（卵を含む）、メンチカツ（牛肉、大豆、小麦、卵を含む）、大根刻み漬け、調味料（アミノ酸等）、pH調整剤、グリシン、着色料（カラメル、カロチノイド、赤102、赤106、紅花黄）、香料、膨張剤、甘味料（甘草）、保存料（ソルビン酸K）
------	--

どの原材料に、何のアレルギー物質が含まれているのか、確認することができます。

市販のお弁当の例



※一括表示のアレルギー物質が最後に表示されているからといって、個別表示に比べて含有量が少ないわけではありません。

●一括表示の場合

原材料名	ご飯、野菜かき揚げ、鶏唐揚げ、煮物（里芋、人参、ごぼう、その他）、焼鮭、スパゲッティ、エビフライ、ポテトサラダ、メンチカツ、大根刻み漬け、調味料（アミノ酸等）、pH調整剤、グリシン、着色料（カラメル、カロチノイド、赤102、赤106、紅花黄）、香料、膨張剤、甘味料（甘草）、保存料（ソルビン酸K）、（その他小麦、卵、大豆、牛肉由来原材料を含む）※
------	---

どの原材料に、何のアレルギー物質が含まれているのか、わかりません。

補足・特定加工食品の削除



✿ 特定原材料を原材料として含むことが容易に判別できるもの

例) 旧：マヨネーズ

→ アレルゲン記載なし

新：マヨネーズ

→ 「卵を含む」記載義務

名 称	ポテトサラダ(惣菜)		
原材料名	じゃがいも、にんじん、ハム(卵を含む)、マヨネーズ、(卵を含む)、たんぱく加水分解物(小麦を含む)/調味料(アミノ酸等)、発色剤(亜硝酸Na)、リン酸Na		
内 容 量	200g		
消費期限	2015年8月26日		
保存方法	要冷蔵(10℃以下)で保存		
製 造 者	マックス(株) 東京都中央区日本橋箱崎6-6 TEL 03-3669-8120		
栄養成分表示 100gあたり			
エネルギー	116kcal	たんぱく質	2.1g
脂 質	5.9g	炭水化物	14.4g
食塩相当量	0.6g		
この表示値は、目安です。			



これも必要

スタッフの衛生管理

スタッフの衛生管理



☀ 体調管理

- 下痢、嘔吐、発熱等無いか
- 無理しない、責任者の指示を仰ぐ
- 不顕性保菌者
- 手洗いの実施、マスク
- 手袋は適宜(排せつ物の処理、吐しゃ物の処理)

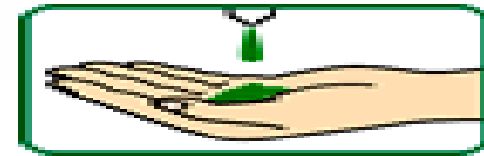
手指の洗い方 ➤ 衛生的手洗い

社会的手洗いではない！

①手指を流水でぬらす
(調理開始時は肘まで)



②石けん液を適量取り出す



③手の平をこすりよく泡立てる(泡タイプ石鹸がよい)



④手の甲をもう片方の手の平でこする(両手)



⑤指を組んで両手の指の間をこする



手指の洗い方

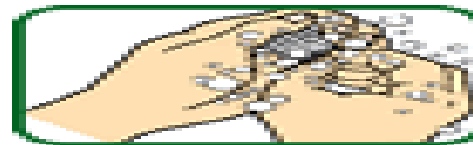
⑥親指をもう片方の手で
包みこする(両手)



⑦指先でもう片方の手の
平をこする(両手)



⑧両手首から肘まで



⑨流水でよくすすぎ、
ペーパータオルで水け
をふきとる



※仕上げに除菌剤を噴霧

汚物処理について



- ✿ 手袋、マスクは必須
- ✿ 除菌剤の有無を確認
- ✿ あれば簡易性エプロン(割烹着タイプ)
- ✿ バケツ、新聞紙、吸水の良いタオル



食中毒の疑いがあるときは

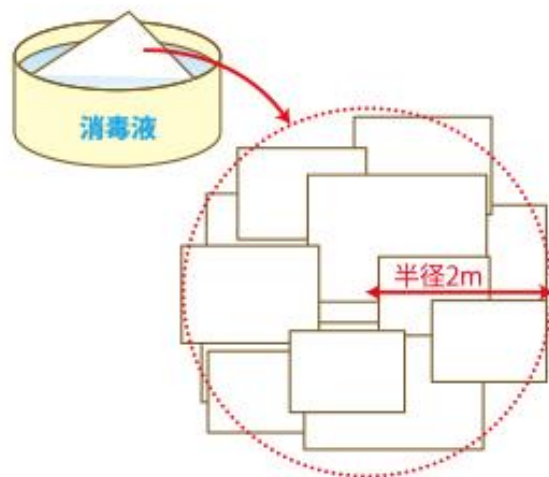
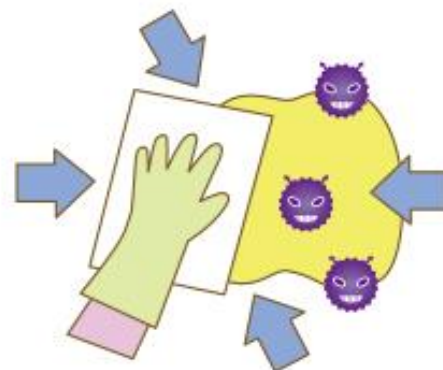


マスクを
しよう

手袋を
はめよう

ゴミ袋などを
着用しよう

汚物は中央に寄せるように拭き取ろう



汚物を中心に半径 2m を除菌しよう

拭き取った汚物や使用した布などは袋に入れて
除菌液をかけ口を縛ろう



身につけていた手袋なども
一緒に処分しよう





大切なこと…

知っていますか

事故は確認不足と、無意識の行動から引き起こされます

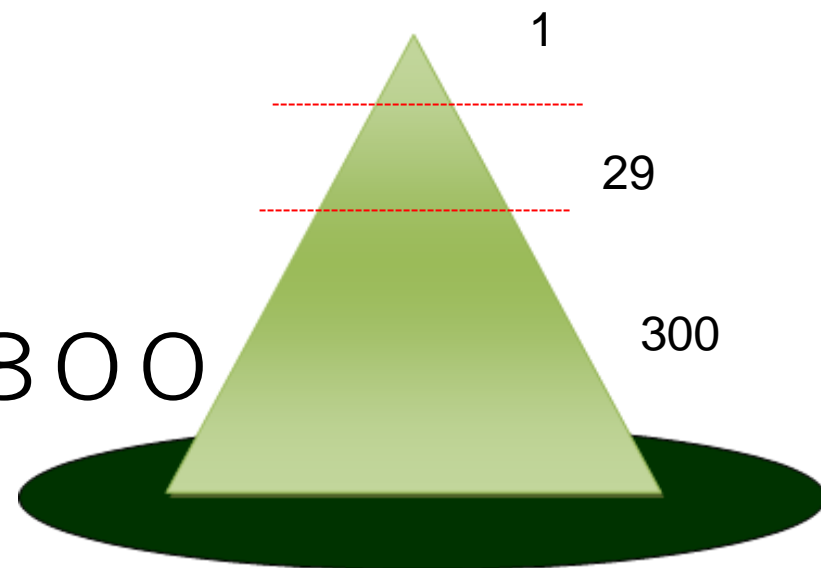
ハインリッヒの法則

1 : 29 : 300

重大事故を1とすると

軽傷の事故が29

無傷の事故(ヒヤリハット)が300



事故を100%防ぐことは出来ませんが、ふせぐための努力は100%実施しましょう



ご清聴ありがとうございました。

