

パン製品のアレルギー管理：安全のためのポイント

1. 食物アレルギーとは？

「アレルギー」と聞くと何を思い浮かべるでしょうか？今や国民病ともいわれる「花粉症」と聞けば、くしゃみや鼻水、目のかゆみなどアレルギー症状の苦しさを想像することができるかもしれません。では、同じアレルギー反応を引き起こす「食物アレルギー」についてはどうでしょうか。残念なことに、いまだに好き嫌いや慣れの問題だと一部誤った認識を持っていらっしゃる方がおられます。しかし、食物アレルギーを持った方が特定のアレルゲンを摂取した場合、食物に含まれる主にタンパク質（アレルゲン）を異物として認識し、異物として認識された食べ物成分（アレルゲン）を排除するために、眼・鼻・のど・皮膚・腸などでアレルギー反応が起こします。食物アレルギーは、食べ物を食べた時だけでなく、触ったり、吸い込んだり注射として体内に入ったりした時にも起こります。さらに重篤な症状として、「血圧低下」「呼吸困難」「意識障害」などのアナフィラキシーショックを引き起こし、死に至る場合もあります。また、ある1つのアレルゲンにだけ反応する人もいれば、何種類ものアレルゲンに反応してしまう人もいます。アレルギーを誘発するアレルゲンの量も、個人差があり、同一人であっても体調により、その症状も変わります。



2. 食物アレルギーの表示

食物アレルギーの表示は、アレルゲンを含む食品に起因する健康危害を未然に防ぐため、アレルゲンを含む加工食品についてアレルゲンを含む旨の表示が義務付けられています。表示の対象となる品目は、食品表示法に基づく食品表示基準に規定されています。食品表示基準では、「特定原材料」8品目については表示を義務付けし、「特定原材料に準ずるもの」20品目については表示を推奨しています。

①特定原材料：特に症例数や重篤度から表示する必要性が高いもの。

・小麦、乳、卵：食物アレルギーの症例数が多い



・そば、落花生（ピーナッツ）：他の食物アレルギーと比べて重篤な症状を引き起こす可能性が高い



・えび、かに：成人期に新規発症する人や誤食が多い



・くるみ：近年、木の実類の中でも症例数が増加しているため、2023年3月9日から特定原材料に新たに追加された。くるみの表示については、経過措置期間（2025年3月31日まで）以内に表示ラベルの切り替えを行う必要がある。



②特定原材料に準ずるもの：過去に一定の頻度で健康危害が見られた20品目。食品パッケージなどに表示されない場合もある。

対象品目：アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、マカデミアナッツ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン

※2024年3月28日、「食品表示基準について」の一部改正により、「マカデミアナッツ」が新たに追加され、「まつたけ」が削除された。

今後も、特定原材料や特定原材料に準ずるものは定期的な実態調査により見直しが行われているため、最新の情報に注意することが必要です。

また、海外では表示義務のある主要アレルギーが日本と異なります。原材料を海外から輸入している場合は、「そば」などが表示から漏れていることもあるため、注意が必要です。製品を海外に輸出する場合は、輸出国の最新の表示対象品目を事前に確認することが必要です。

3. パン製造上のアレルギー対策

特定原材料を含まない製品であっても、同じ工場内で特定原材料を取り扱っているために混入する可能性がある場合は、混入を防止する対策を講じる必要があります。そのため、アレルギー管理は

交差接触させない、表示（ラベルなど）の確認を徹底する

ことが重要になります。

①原材料の保管

アレルギーの交差接触を防止するため、アレルギーを含む原材料（特に開封済みのもの）は、こぼれて他の原材料を汚染しないように保管場所を分ける。また、アレルギーごとに場所を明確にして保管する。

②計量

アレルギーを含む原材料の計量器具は、できれば卵や乳などアレルギーごとに専用の器具を使用する。専用化が難しい場合は、アレルギーを含む原材料を計量した後は、十分に洗浄してから使用する。



③製造の順番

できるだけ卵や乳などのアレルギーを含まない製品から製造する。アレルギーを含む製品の製造後に、アレルギーを含まない製品を製造する場合は、生地残渣が残らないように、機械や器具の切り替え清掃を入念に行う。

時間	商品名	卵	乳
9:00-10:00	フランスパン	—	—
10:00-10:15	通常清掃		
10:15-11:00	食パン	—	○
11:00-12:00	菓子パン	○	○
12:00-13:00	切り替え清掃		
13:00-14:00	フランスパン	—	—

④清掃・洗浄

器具などに付着した食品残渣による交差接触を避けるため、卵や乳などのアレルギーごとに専用の清掃用具を用意します。清掃用具の専用化が難しい場合は、アレルギーが付着したものを清掃・洗浄した後は、清掃用具にアレルギーが残らないよ

うしっかりと洗浄してから使用します。また、清掃用からの交差接触を防止するため、清掃用具はそれぞれ離して保管します。



青：製品接触面用清掃用具

赤：卵専用清掃用具

4. まとめ

食物アレルギーの患者数は年々増加傾向にあります。また、食の多様化により原因となるアレルゲンの種類も多様化しています。そのため、アレルギーについて正しく理解するとともに、最新の情報に注意しましょう。食物アレルギーを持つ方が安心して食事を楽しめるよう、上記で紹介した内容を組み合わせ効果的な対策を実施してください。

5. 参考文献

消費者庁 食物アレルギー表示に関する情報

厚生労働省 ホームページ

JETRO ホームページ