

IV 日常生活における配慮と管理

食物アレルギー対応委員会で決定した基本方針や個別取組プランに従って、食物アレルギーのある子供が安全に安心して過ごせるように、日々確実に取り組みます。

1 安全なアレルギー対応食提供のために

- (1) 給食やおやつの提供は原因食物の完全除去を基本とします。
(原因食物は食べられる量にかかわらず提供しない)
- ↓
- (2) 食物アレルギーに対応した献立を作成します。
- ↓
- (3) 使用する食品の安全確認を行います。
- ↓
- (4) 調理前の確認をします。
- ↓
- (5) 調理中には原因食物のコンタミネーション*に注意します。
- ↓
- (6) 調理室から保育室へ受け渡す際には確認を徹底します。
- ↓
- (7) 保育室では誤食が起きないように注意します。

2 安全に活動するために

食物・食材を扱う活動での注意点

※ コンタミネーションとは、食事を調理する過程で、原材料として使用していないアレルギー物質が微量に混入してしまう「意図しない混入」のことです。

What

何を？

(1) 給食やおやつ提供は原因食物の完全除去を基本とします。(原因食物は食べられる量にかかわらず提供しない)

Why

なぜ？

- ・ 食物アレルギー対応においては、個別に細かい対応を行うと調理や管理が煩雑となり、誤食事故が発生しやすくなります。誤食事故を防ぐため、安全確保を最優先した対応をとる必要があります。

How

どうする？

- 安全確保を最優先するために、原因食物の完全除去対応（原因食物は食べられる量にかかわらず提供しない）を原則とします。
- 家庭では少量食べている物であっても、施設では多段階の除去対応は行わず、原因食物を完全に除去した食事を提供します。例えば、牛乳を例にすると、少量可、加工食品可、牛乳を利用した料理可、飲用牛乳のみの停止など様々なレベルの対応は行わないようにします。
- 安全性が確保できない場合は、原因食物を除去した弁当による対応などの方法を検討します。

弁当による対応を考慮する場合

1 極微量でも反応が誘発される可能性がある場合

- ・ 調味料、だし、添加物など少量であれば摂取できることがよくあります。生活管理指導表の「除去食品においてより厳しい除去が必要なもの」の記載欄で確認します。下記に示す食品について除去が必要な場合は、安全な給食提供が困難になる場合があるので、弁当対応も検討して下さい。

原因食物	調味料・だし・添加物など	原因食物	調味料・だし・添加物など
鶏 卵	卵殻カルシウム	ゴ マ	ゴマ油
牛乳・乳製品	乳糖	魚 類	かつおだし
小 麦	醤油・酢・麦茶	肉 類	エキス
大 豆	大豆油・醤油・みそ		

- ・ 加工食品の原材料の欄外表記（注意喚起表示）の表示がある場合についても、除去の指示がある（欄外表記（注意喚起表示）はP20参照）
- ・ 多品目の食物除去が必要
- ・ 食器や調理器具の共用ができない
- ・ 油の共用ができない
- ・ その他、上記に類似し、給食での対応が困難と考えられる場合

2 施設としての対応体制や人員などが整っていない場合

ただし、単にエピペン[®]の処方を受けていることや、アナフィラキシー又はアナフィラキシーショックの既往があるだけで弁当対応にする必要はありません。

What 何を？

(2) 食物アレルギーに対応した献立を作成します。

Why なぜ？

- ・ 誤食事故を防ぐためには、給食やおやつに使用される食材について、保護者や職員全員が共通認識を持ち、使用する食材が明確にわかる献立の作成が必要です。

How どうする？

- 原因食物の除去内容がわかるように、詳細な献立表（料理ごとの食材・原材料・可食量）を作成します。
- 詳細な献立表は個人別に色分けするなどの工夫をするとともに、調理室及び保育室などに掲示し、関係者（保護者、調理責任者、担任など）全員が把握できるようにします。
- 職員や勤務体制が変わる延長保育の時間帯、土曜日、一時保育の際は対応できるように周知を徹底します。
- 献立表は、毎月、保護者と施設職員（できれば複数）で除去食の確認を行います。
- 献立の変更はやむを得ない場合のみとします。変更にあわせて、保護者及び関係者全員とあらかじめ情報共有する方法を決めます。

献立作成のポイント

- ・ 食物アレルギーの原因として多い食材（鶏卵・牛乳・小麦・えび・かに等）を使わない献立日数を増やす。
- ・ 特に重い症状が現れやすい原因食物を避ける（そば・落花生（ピーナッツ）等）。
- ・ 調理作業の効率化や作業スペースを意識して作成する。
- ・ 原因食物を外観からもわかりやすくするために、料理に練り込まない。
- ・ 調味料にも原因食物が含まれていないか注意する。
- ・ 安全性を確保した上で必要な栄養の摂取基準量が摂取できるように配慮する。（摂取基準量だけを気にしすぎない）
- ・ 料理名はアレルギーの原因となる材料が使われていることが明確なものとする。

(例)

日	メニュー	食材		
1	チーズハンバーグ			
2				

原因材料が使われていることを明確にする。

日	メニュー	食材		
1	ハンバーグ			
2				

必要な栄養の摂取基準量が摂取できているか。

献立表は個別に色分けし、わかりやすくする。

What 何を？

(3) 使用する食品の安全確認を行います。

Why なぜ？

- 加工食品や添加物には、原因食物が含まれる可能性があるため、調理する食品を事前に確認する必要があります。

How どうする？

- 事前に、使用する加工食品や添加物などの原材料を確認しましょう。
- 検収、検品の際に注文したとおりの商品が納品されているか、毎回確認します。

加工食品のアレルゲン表示について

◆ 原材料の表示義務と推奨表示

アレルゲン表示の対象となる原因食物（アレルゲン）

加工食品や添加物には、アレルギーの原因物質が含まれる可能性があります。容器包装された加工食品及び添加物について、以下の原因食物が1g中に百万分の数グラム（数 $\mu\text{g/g}$ ）でも含まれる場合には、表示の義務又は推奨が定められています。

<義務> 特定原材料 必ず表示されるアレルゲン(7品目)	卵、乳、小麦、そば、落花生(ピーナッツ)、えび、かに
<推奨> 特定原材料に準ずるもの 表示が勧められているアレルゲン (21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、くるみ、さけ、ごま、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン

※令和3年12月時点

表示の対象となるアレルゲンが含まれている場合は、通常、一括表示の原材料名又は添加物の欄に表示されています。

(表示例)

名 称：洋菓子

原材料名：小麦粉(国内製造)、砂糖、チョコレート(乳成分を含む)、鶏卵、バター、洋酒/ベーキングパウダー(小麦由来)、乳化剤(大豆由来)、酸化防止剤(ビタミンE)

◆ 注意喚起の表示

コンタミネーション(意図しない混入)防止策の徹底を図っても、アレルゲンの意図しない混入の可能性を排除できない場合には、注意喚起表示によって注意を促すことが推奨されています。また、基本的には原材料としては使用されていないと考え、除去の対応をする必要はありません。施設での対応方法については、主治医に確認します。

(表示例)

本製品の製造ラインでは、**落花生(ピーナッツ)**を使用した製品も製造しています。

◆ 委託する場合

委託会社や原材料・加工食品納入業者に、使用する原材料や調理体制などの情報提供を求め、食物アレルギーの観点から安全な食品を提供できるか、繰り返し確認しましょう。

What
何を？

(4) 調理前の確認をします。

Why
なぜ？

- ・ 実施献立や調理手順などを確認し、調理中の原因食物の混入を防ぎます。

How
どうする？

- 調理前には、栄養職員（不在の場合には担当の保育士）や調理担当で次の事項の確認を行います。

<調理前の主な確認事項>

- ・ 対象の子供の出席状況
- ・ 職員の勤務体制（早番・遅番など）
- ・ 除去する食品と献立
- ・ 調理手順（可能であれば専任の調理員を配置する。）
- ・ 使用する器具
- ・ 取り分けるときはそのタイミング

食物アレルギー対応食の調理における注意点

- 1 食物アレルギー対応食を先に調理する。
- 2 調理器具を完全に分ける。
- 3 食器や調理器具類の洗浄と清掃を徹底する。
 - ・ 洗浄器具（たわし、スポンジなど）は区別して使用、管理しましょう。
 - ・ 十分にすすぎを行いましょう。



◆ 重症の食物アレルギーのある子供がいる場合

主治医に施設での対応方法を具体的に伝え、その対応で問題がないか確認してもらいましょう。

What
何を？

(5) 調理中には原因食物のコンタミネーションに注意します。

Why
なぜ？

- ・ 誤食の原因の8.7%が調理の段階で原因食物が混入したことによるものです。
(アレルギー疾患に関する施設調査 (令和元年度) 東京都健康安全研究センター)

How
どうする？

- 作業分担、工程、動線などを繰り返し確認 (指差し・声出し) しながら調理します。
- 調理中及び調理終了後もコンタミネーションに注意します。

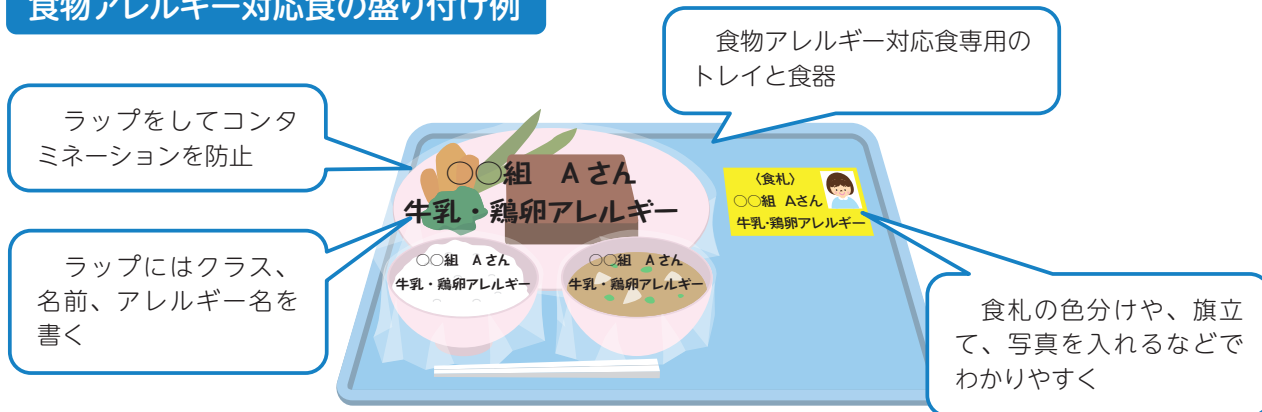
<コンタミネーション防止のポイント>

- ・ 食物アレルギー対応食の食材は最初に仕込み、調理・盛り付けする。
- ・ 作業ごとに使い捨て手袋や調理器具を取り替える。
- ・ 原因食物の茹で汁や戻し汁などは、他の食材につかないようにする。
- ・ 調理中又は調理が終了したアレルギー対応食には、蓋やラップをする。
- ・ 食物アレルギー対応食の食材と他の食材は別々に保管する。

● 盛り付け時の注意

- ・ 食物アレルギー対応食は一目見て普通食と違うことがわかるように工夫をする。
(例：チーズをハンバーグの上ではなく上に載せる、形を変えるなど)
- ・ 対象の子供の給食やおやつは専用のトレイや食器を使う。(色を違えるなど)
- ・ 必ず蓋やラップをし、そこにクラス名・名前・アレルギー名を書き、食札と間違いなく配膳されるよう工夫する。
- ・ 提供するまで普通食とは別に保管する。

食物アレルギー対応食の盛り付け例



普通食の盛り付け例



調理手順（例）

途中まで普通食と『一緒に作り』、原因食物を加える前に『取り分ける』場合

調理開始から全て普通食とは『別に作る』場合

① 食物アレルギー対応食について、調理担当者全員で調理手順を確認する。

② 食物アレルギー対応食の担当者を決定し、調理器具や調理場所についても確認する。

③ 使用する食材を確認する。加工食品などは使用する前に商品の原材料表示を再確認する。
食物アレルギー対応食の食材は別に保管する。

④

- ・ 普通食の担当者は調理を開始する。
- ・ 普通食を調理する際にも原因食物が他の調理器具や周囲に付着しないように注意する。
- ・ 取り分け前までの調理が終わったら、原因食物を入れる前に「○○○（献立名）の○○（食材）を入れる前までの調理が終わりました。アレルギー対応食用に取り分けをお願いします。」とアレルギー対応食の担当者に声を出して伝える。
- ・ 普通食と食物アレルギー対応食を作る担当者が同じ場合は、他の調理担当者に原因食物が入っていないことを確認してもらう。

④ 担当者は、献立表を確認しながら調理を開始する。

⑤

- ・ 原因食物の混入を防ぐため、基本的にアレルギー対応食を先に作る。
- ・ 食物アレルギー対応食の担当者は、アレルゲンとなる食材が入っていないことを再確認し、対応食用に取り分けて、味付けを行い、完成させる。

⑥ 専用食器、専用トレイ、食札を用意する。

⑦ 食物アレルギー対応食の調理が終わったら、専用食器に盛り付け、ラップをしてラップの上からクラス名、名前、アレルギー名を書き、専用トレイに載せる。
そのとき、他の調理担当者にも、「○○ちゃん、○○抜きの○○○（献立名）調理終わりました。○○に置きます。」と対応食の調理が終わったことと、置いた場所について声に出して伝える。

⑧ 食物アレルギー対応食の準備が終わったら、普通食の盛り付けを行う。

⑨ 配膳時には、必要な人数分の食物アレルギー対応食が専用食器に盛り付けられていることを再確認する。
専用トレイと食札に書かれた内容を複数で確認し、アレルギー対応食を先に保育士に渡す（引き継ぐ。）。

IV

What 何を？

(6) 調理室から保育室へ受け渡す際には確認を徹底します。

Why なぜ？

- ・ 誤配膳を予防するため
- ・ 誤食の原因の23.1%が間違えて配膳したことによるものです。
(アレルギー疾患に関する施設調査(令和元年度)東京都健康安全研究センター)

How どうする？

- 献立表の除去内容どおりに作ったかを、必ず複数の調理担当者と確認します。
- 調理担当者と保育士で、対象の子供の名前、原因食物、除去食などの確認(指差し、声出し)、手渡しの徹底を行います。
- 渡したことを確認するための記録簿を作成します。
- 必ず担任に手渡しします(子供に渡してはいけません。)

確認の方法(例)



調理担当者

〇〇組 Aさん 牛乳と鶏卵アレルギーの食事です。

主菜のハンバーグがチーズと鶏卵抜きです。

間違いありません。

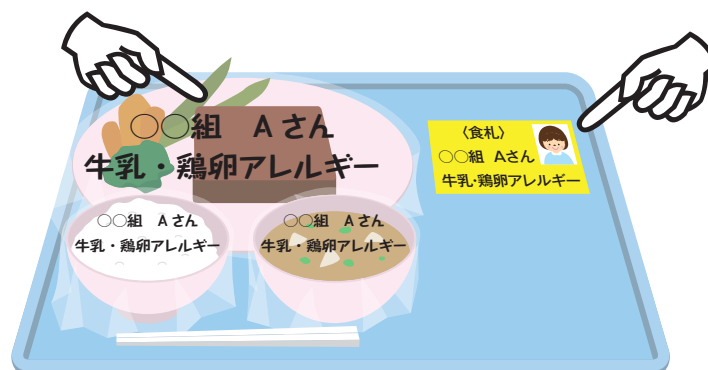
〇〇組 Aさん 牛乳と鶏卵アレルギーの食事ですね。

ハンバーグのチーズと鶏卵が抜いてあることを確認しました。

副菜は他の子供と同じもので間違いありませんか。



保育士



What 何を？

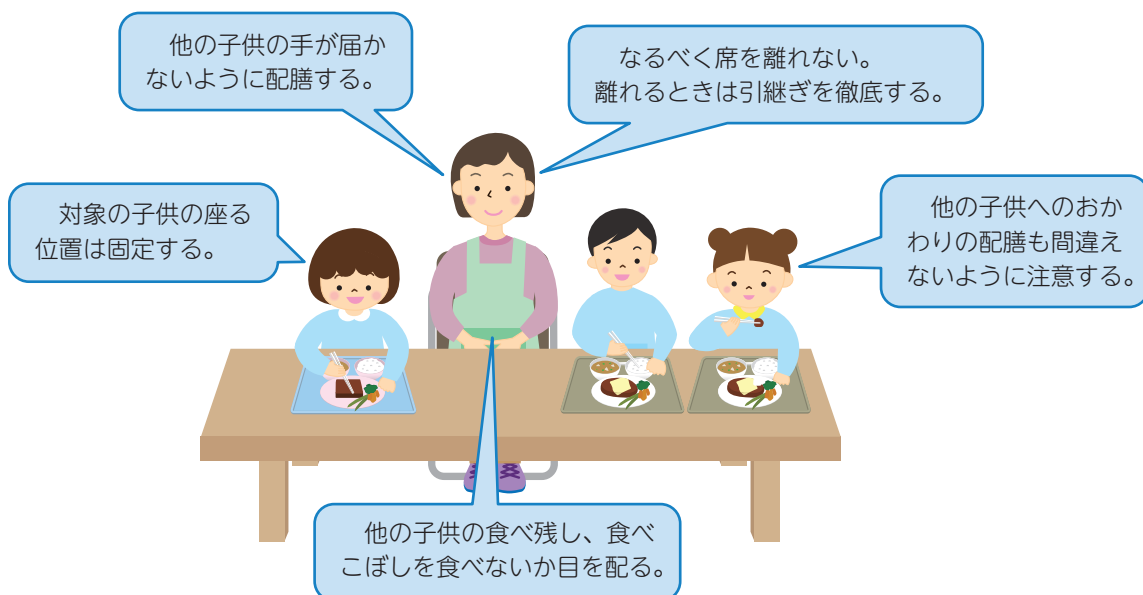
(7) 保育室では誤食が起きないように注意します。

Why なぜ？

- ・ 誤食の原因の17.3%が他の子供に配膳された食事を食べたり触れたりしたことによるものです。（アレルギー疾患に関する施設調査（令和元年度）東京都健康安全研究センター）

How どうする？

- **配膳時の誤配防止のポイント**
 - ・ 配膳の都度、「誤配膳しない」ことを強く意識する。
 - ・ 対象の子供が座る位置は固定する。
 - ・ 可能な限り、他の子供の手が届かないように配膳する。
 - ・ 保育士は対象の子供を確認して、アレルギー対応食を先に配膳する。
 - ・ 対象の子供の近くに担当保育士などが座ってから、他の子供の配膳をする。
- **食事時の注意**
 - ・ 担当保育士は食事介助を行うとともに、他の子供の食べ残し、食べこぼしを食べないように十分に注意する。
 - ・ 担当保育士は食事終了まで席を離れない。やむを得ず席を離れる場合には、他の保育士と交替する。
 - ・ 他の子供におかわりを提供する場合も、対象の子供に間違えて提供しないよう確認する（おかわりは誤配膳や誤食を起こしやすいため、ルールを決める。）。
- **食事後の注意**
 - ・ 食事後は、他の子供の食べこぼしなどが対象の子供に触れないように、注意しながら食事スペースを丁寧に清掃する。
 - ・ 清掃が終わるまで子供を食事スペースから離す。
- 他の子供たちにも食物アレルギーに関する理解や協力を促します（例：絵本や紙芝居など）。



食物・食材を扱う活動での注意点

食物アレルギーは原因食物を食べるだけでなく、触れたり吸い込んだりしても症状が誘発されることがあります。触れて症状が出ることは一般的で、食べた時に口の周りを中心にじんましん症状が出ることは良くみられることです。しかし、原因食物に触れて、広範囲にじんましんが出たり、ましてアナフィラキシー症状が出る子供は極めてまれです。このため、保育所などにおいて、過剰に対応（給食やおやつは別室で食べさせるなど）する必要はありません。しかし、不安な症状誘発を未然に防ぐことも必要です。

以下の活動などに関して保育所などでできることを検討してみましょう。



● 小麦粘土（小麦アレルギー）

小麦が含まれた粘土を触ることで、アレルギー症状が出る可能性があります。小麦が含まれていない素材（例：米粉、寒天など）を使用しましょう。

● 牛乳パックのリサイクル体験（牛乳アレルギー）

使用後の牛乳パックを解体、洗浄、回収する際、牛乳パックに残った牛乳が周囲に飛び散り、その微量の牛乳に触れて症状を起こす可能性があります。

アナフィラキシーなど、強い症状が誘発される場合もあり、活動内容を変更するなど、検討が必要です。

● 調理体験

アレルギーのある子供がいる場合には、アレルギーの原因となる食材を使わないなど、計画の段階から内容の検討が必要です。特に小麦を使った調理（手打ちうどん、クッキー作りなど）では空中に飛散した微量の粉末によっても症状が出現する場合があります。

● そば打ち体験

症状を起こしやすい子供の場合、そばをゆでた時の蒸気、そば粉を微量に吸い込むだけでも症状が出る場合があります。そばアレルギーの子供がいる場合、他の子供たちと変わらない活動体験ができるよう、活動内容を変更するなど、検討が必要です。

● 栽培体験

アレルギーのある子供がいる場合には、アレルギーを起こす植物を使わないなど、計画の段階から内容の検討が必要です。

● 豆まき（大豆アレルギー、ピーナッツアレルギー）

大豆アレルギーで醤油や味噌を食べられる子供でも、量が少ない調味料とは違い、豆まきの大豆は注意が必要です。豆まきのときは大豆アレルギーの子供が誤食しないよう、見守りなど配慮が必要です。

また、豆まきはピーナッツを使用することもあります。ピーナッツはアナフィラキシーを起こしやすい食品であるためピーナッツアレルギーの子供がいる場合、使用を中止したほうがよいでしょう。

● 各種イベント

（誕生日会・夏祭り・ハロウィンパーティー・クリスマス会など）

普段と違う環境で保育する場合や、普段と違う活動を行うときは、通常行っているアレルギー対応の確認作業が希薄になり、事故が起きやすくなります。あらかじめアレルギーのある子供の担当職員を決めておく、アレルギーの原因となる食材を使わないなど、計画の段階から保護者や主治医と相談の上、活動内容の検討が必要です。