

飲食店での

食物アレルギー対策について

食物アレルギーの概要

食物アレルギーとは？

アレルゲン：花粉、カビ、ダニ、食物など



食物によってアレルギー反応が
引き起こされるもの

食物アレルギーの患者は増加傾向

食物アレルギーのある消費者が安心して
飲食店などを利用できるようにアレルギー対策を！

食物アレルギーの原因となる食物

消費者庁「令和3年度食物アレルギーに関連する食品表示に関する調査」

乳幼児に多い

- ◆ 鶏卵
- ◆ 牛乳
- ◆ 小麦

- ・ 人によって異なるよ
- ・ 同じ人でも年齢によって食べられるようになることもあるよ



成人してから発症

- ◆ 小麦
- ◆ 甲殻類
- ◆ 果実類



新たに原因となる食物が増える場合もあるよ

食物アレルギーで起こる症状

食物アレルギーの症状はとても多様です

鼻の症状（10.7%）

- ・ くしゃみ
- ・ 鼻水、鼻づまり

目の症状（30.2%）

- ・ 目のかゆみ
- ・ 目の充血
- ・ まぶたの腫れ

口の症状（25.4%）

- ・ 口の中の違和感
- ・ 唇の腫れ

呼吸器の症状（17.5%）

- ・ 咳
- ・ ゼーゼー
- ・ 息がしにくい

皮膚の症状（93.1%）

- ・ かゆみ
- ・ じんましん
- ・ 赤くなる

アナフィラキシーショック

ショック症状（12.2%）

- ・ 意識がない
- ・ ぐったり
- ・ 唇や爪が青白い

消化器の症状（29.4%）

- ・ 腹痛
- ・ 吐き気
- ・ おう吐
- ・ 下痢

死亡例あり

「アレルギー疾患に関する3歳児全都調査」
令和元年度東京都健康安全研究センター

タイプの異なる食物アレルギー

食物依存性運動誘発アナフィラキシー

特定の食べ物を食べた後、2時間程度以内に運動 ➡ アナフィラキシー

- ・ 特定の食べ物と運動の組み合わせで**必ず生じるわけではない**
- ・ 生活環境や体調、ストレスなどの変化も関与

口腔アレルギー症候群

ある特定の果物や野菜などを食べる

➡ 口周囲の発赤や口腔内の腫れ、のどの痛みや違和感

- ・ 多くは食後しばらくすると自然に軽快
- ・ 花粉症やラテックスアレルギーのある人に起こりやすい

アレルギー表示 ～食品表示法～

表示の義務がある8品目（特定原材料）



令和5年3月 新たに追加 ※猶予期間：令和7年3月31日まで

表示が推奨されている20品目（特定原材料に準ずるもの）

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・**マカダミアナッツ**・もも・やまいも・りんご・ゼラチン

※令和6年3月、新たに「マカダミアナッツ」が追加、「まつたけ」が削除

アレルギー表示 ～食品表示法～

Q 飲食店でのアレルギー表示
は義務なのでしょうか？



アレルギー表示 ～食品表示法～

飲食店でアレルギー表示は？

全ての飲食店での対応は困難

 義務付けられていない

飲食店の

自主的なアレルギー情報の提供が

期待されている！

飲食店における食物アレルギー対策

アレルギーコミュニケーションシートの活用



アレルギーコミュニケーションシート

食物アレルギーをお持ちの方は、このシートをご利用ください。
Please use this sheet if you have any food allergies.
食物过敏的顾客请使用本表。食物过敏者请使用本表單。
음식을 알레르기가 있는 분은 이 시트를 이용해 주십시오.

●食べられないものにしるしをつけてください。
Please check the foods you are allergic to.
请在不能吃的項目上作记号。 請勿選您不能吃的食材。 알레르기가 있는 것에 체크해 주십시오.

卵 (鶏卵) egg (鶏卵) 卵(鶏卵) 卵黄 알(계란)	乳 milk 牛乳 牛乳 우유	大豆 soybean 大豆 大豆 콩	小麦 wheat 小麦 小麦 밀	すりばね (ピーナツ) sesame 落花生 落花生 땅콩(피스타치오)	そば mustard 芥末 芥末 겨우살이	くるみ walnut 胡桃 胡桃 pecan
肉類 meat 肉類 肉類 고기	魚介類 seafood 海産物 海産物 수산품	りんご apple りんご りんご 사과	バナナ banana バナナ バナナ 바나나	アーモンド almond アーモンド アーモンド 아몬드	カシューナツ cashew nut カシューナツ カシューナツ 캐슈넛	りんご apple りんご りんご 사과
鶏肉 chicken 鶏肉 鶏肉 닭고기	牛肉 beef 牛肉 牛肉 소고기	豚肉 pork 豚肉 豚肉 돼지고기	羊肉 lamb 羊肉 羊肉 양고기	鶏肉 chicken 鶏肉 鶏肉 닭고기	牛肉 beef 牛肉 牛肉 소고기	豚肉 pork 豚肉 豚肉 돼지고기
魚肉 fish 魚肉 魚肉 생선	魚肉 fish 魚肉 魚肉 생선	魚肉 fish 魚肉 魚肉 생선	魚肉 fish 魚肉 魚肉 생선	魚肉 fish 魚肉 魚肉 생선	魚肉 fish 魚肉 魚肉 생선	魚肉 fish 魚肉 魚肉 생선

・接客者 ・テーブル番号 ・注文品(品名)

【お客様に確認する際は、次の文章を指差して使用しましょう。】

このメニューには、選択された食材を使用しています。
This menu item does not contain any of the ingredients you have indicated.
本菜单中没有使用您选择的食材。 本菜单没有使用和您选择的食材。 선택하신 식재료가 들어가지 않은 메뉴입니다.

このメニューには、選択された食材を使用しています。
This menu item contains ingredients you have indicated.
本菜单中使用和您选择的食材。 本菜单含有和您选择的食材。 선택하신 식재료가 들어간 메뉴입니다.

このメニューには、選択された食材が含まれることがあります。
This menu item may sometimes contain ingredients you have indicated.
本菜单中可能混入您选择的食材。 本菜单中可能混入您选择的食材。 선택하신 식재료가 섞여 들어갈 수 있는 메뉴입니다.

このメニューは、選択された食材を除去して提供することができます。
This menu item can be prepared by omitting the ingredients you have indicated.
本菜单可以去除您选择的食材为您供应食品。 本菜单可以为您去除您选择的食材。 선택하신 식재료를 빼고 주문이 가능한 메뉴입니다.

残念ながら本店では、選択された食材を除いた食事の提供はできません。
We are sorry, but we are unable to offer meals that do not contain the ingredients you have indicated.
안타깝게도本店에서는 선택하신 식재료를 제외한 식사를 제공해 드릴 수 없습니다.
죄송합니다만, 저희 집에서는 선택하신 식재료를 제외한 식사를 제공해 드릴 수 없습니다.

登録番号: 03-5320-4406
発行: 東京都 保健医療局 健康安全部 食品監視課 東京都新宿区三軒茶屋二丁目8番1号 TEL: 03 (5320) 4406

食物アレルギー事故を防止するために

(1) 事前の準備

- ① **店舗のルール**（対応できるか、対応食材、混入管理、対応方法等）を決める。
- ② **全ての従業員**が食物アレルギーについて正しく理解し、店舗のルールに基づいて対応する。
- ③ どんな食材を使っているか、最新で詳しい情報を正確に**把握**する。
- ④ **メニュー表や掲示、接客方法**などを工夫する。
- ⑤ 食材情報の管理や従業員への教育、事故時の対応などを**総括する責任者**を決める。

食物アレルギー事故を防止するために

(2) 接客時・調理時

- ① 店舗の食物アレルギー対応ルールを**正確に伝える**。

あいまい、不正確な対応は重大な事故に！

➡ 対応ができない場合は、はっきり伝える。

- ② お客様の食物アレルギーを正確に**把握する**。

- ③ 質問があった時は、使用食材について**最新で正確な情報**に基づいた説明をする。

- ④ **アレルギーの原因食材の混入（コンタミネーション）**に注意する。
混入の可能性については、メニュー表への記載や口頭説明により必ずお客様に伝える。

- ⑤ **アレルギーコミュニケーションシート**を活用するなどして、
お客様と接客係、接客係と調理係とのコミュニケーションを徹底する。

アレルギーコミュニケーションシート

コピーして、メニューと共に使用することができる

多言語に対応

お客様にチェックしてもらう

間違いのないように確認できる

アレルギーコミュニケーションシート

食物アレルギーをお持ちの方は、このシートをご利用ください。
Please use this sheet if you have any food allergies.
食物过敏的顾客请使用本单。食物过敏者请使用本表单。
음식을 알레르기가 있는 분은 이 시트를 이용해 주십시오.

● 食べられないものにしるしをつけてください。
Please check the foods you are allergic to.
请在不能吃的项上作记号。請勿選您不能吃的食材。 알레르기가 있는 것에 체크해 주십시오.

☐ 卵 (鶏卵) egg (chicken egg) 알 (닭고기)	☒ 牛乳 milk 우유	☐ 小麦 wheat 밀	☐ 大豆 soybean 콩	☐ 魚介類 seafood 해산물	☐ 豚肉 pork 돼지고기	☐ 鶏肉 chicken 닭고기	☐ 牛肉 beef 소고기	☐ 猪肉 pork 돼지고기	☐ 羊肉 lamb 양고기	☐ 馬肉 horse meat 말고기
☐ 鶏肉 chicken 닭고기	☐ 牛肉 beef 소고기	☐ 猪肉 pork 돼지고기	☐ 羊肉 lamb 양고기	☐ 馬肉 horse meat 말고기	☐ 豚肉 pork 돼지고기	☐ 鶏肉 chicken 닭고기	☐ 牛肉 beef 소고기	☐ 猪肉 pork 돼지고기	☐ 羊肉 lamb 양고기	☐ 馬肉 horse meat 말고기
☐ 魚介類 seafood 해산물	☐ 豚肉 pork 돼지고기	☐ 鶏肉 chicken 닭고기	☐ 牛肉 beef 소고기	☐ 猪肉 pork 돼지고기	☐ 羊肉 lamb 양고기	☐ 馬肉 horse meat 말고기	☐ 魚介類 seafood 해산물	☐ 豚肉 pork 돼지고기	☐ 鶏肉 chicken 닭고기	☐ 牛肉 beef 소고기
☐ 猪肉 pork 돼지고기	☐ 羊肉 lamb 양고기	☐ 馬肉 horse meat 말고기	☐ 魚介類 seafood 해산물	☐ 豚肉 pork 돼지고기	☐ 鶏肉 chicken 닭고기	☐ 牛肉 beef 소고기	☐ 猪肉 pork 돼지고기	☐ 羊肉 lamb 양고기	☐ 馬肉 horse meat 말고기	☐ 魚介類 seafood 해산물
☐ 魚介類 seafood 해산물	☐ 豚肉 pork 돼지고기	☐ 鶏肉 chicken 닭고기	☐ 牛肉 beef 소고기	☐ 猪肉 pork 돼지고기	☐ 羊肉 lamb 양고기	☐ 馬肉 horse meat 말고기	☐ 魚介類 seafood 해산물	☐ 豚肉 pork 돼지고기	☐ 鶏肉 chicken 닭고기	☐ 牛肉 beef 소고기
☐ 猪肉 pork 돼지고기	☐ 羊肉 lamb 양고기	☐ 馬肉 horse meat 말고기	☐ 魚介類 seafood 해산물	☐ 豚肉 pork 돼지고기	☐ 鶏肉 chicken 닭고기	☐ 牛肉 beef 소고기	☐ 猪肉 pork 돼지고기	☐ 羊肉 lamb 양고기	☐ 馬肉 horse meat 말고기	☐ 魚介類 seafood 해산물

・接客者 ・テーブル番号 ・注文品 (時刻) (:)

このメニューには、選択された食材を使用していません。
This menu item does not contain any of the ingredients you have indicated.
本菜单中没有使用您选择的食材。 您选定的食材没有出现在本菜单中。

このメニューには、選択された食材を使用しています。
This menu item contains ingredients you have indicated.
本菜单中使用您选择的食材。 您选定的食材出现在本菜单中。

このメニューには、選択された食材が含まれることがあります。
This menu item may sometimes contain ingredients you have indicated.
本菜单中可能含有您选择的食材。 您选定的食材可能会出现在本菜单中。

このメニューは、選択された食材を除去して提供することができます。
This menu item can be prepared by omitting the ingredients you have indicated.
本菜单可以为您去除您选择的食材。 您选定的食材可以被去除。

残念ながらお店では、選択された食材を除いた食事の提供はできません。
We are sorry, but we are unable to offer meals that do not contain the ingredients you have indicated.
很抱歉本店无法提供去除您选择的食材的餐食。 非常抱歉。无法为您去除您选择的食材。

登録番号: 0135
発行: 東京都 保健衛生局 健康安全部 食品監視課 東京都新宿区西新宿二丁目1番1号 TEL: 03 (5320) 4406

記録として活用できる



お客様に確認する際は、次の文章を指差しして使用しましょう。



このメニューには、選択された食材を使用していません。

This menu item does not contain any of the ingredients you have indicated.

本菜单中没有使用您选择的食材。 這道菜沒有用到您勾選的食材。 선택하신 식재료가 들어가지 않은 메뉴입니다.



このメニューには、選択された食材を使用しています。

This menu item contains ingredients you have indicated.

本菜单中使用有您选择的食材。 這道菜有用到您勾選的食材。 선택하신 식재료가 들어간 메뉴입니다.



このメニューには、選択された食材が混入することがあります。

This menu item may sometimes contain ingredients you have indicated.

本菜单中可能混有您选择的食材。 這道菜有可能參雜您勾選的食材。 선택하신 식재료가 섞여 들어갔을 가능성이 있는 메뉴입니다.



このメニューは、選択された食材を除去して提供することができます。

This menu item can be prepared by omitting the ingredients you have indicated.

本菜单可以去除您选择的食材后为您提供菜品。 這道菜可以為您去掉您勾選的食材。 선택하신 식재료를 빼고 주문이 가능한 메뉴입니다.



残念ながら当店では、選択された食材を除いた食事の提供はできません。

We are sorry, but we are unable to offer meals that do not contain the ingredients you have indicated.

非常抱歉本店不能提供去除您选择的食材的餐品。 非常抱歉，本店無法為您去掉您勾選的食材。

죄송합니다만, 저희 점포에서는 선택하신 식재료를 제외한 식사를 제공해 드릴 수 없습니다.

食品衛生の窓



○英語 ○中国語（簡体字、繁体字）

○韓国語 ○タイ語 ○フランス語

○スペイン語 ○ドイツ語 ○ロシア語

食物アレルギー発症時の対応

緊急性が高いアレルギー症状かどうか

- ◆ 緊急性が高い症状がある場合
- ◆ 症状が急変した場合



救急車

エピペンを持っている場合



エピペン®



使用しやすいように配慮

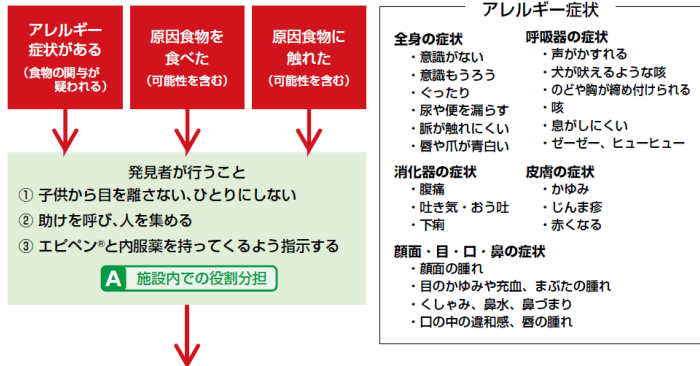
症状が軽い場合

- ◆ 安静にできる場所を提供し、症状の急変に備える

食物アレルギー緊急時対応マニュアル

食物アレルギー緊急時対応マニュアル

アレルギー症状への対応の手順



東京都 アレルギー



食物アレルギー事故防止 三か条

一 使用食材について最新で**正確な情報**を提供する

二 質問に対して**あいまいな回答**をしない

三 アレルゲンの混入に注意し、**混入の可能性**について必ずお客様に伝える