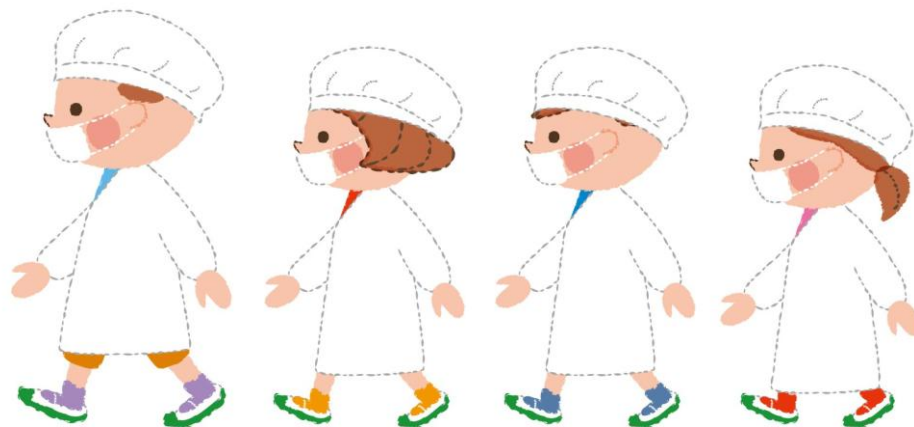


特別な配慮を必要とするこどもへの支援① 食物アレルギー



十文字学園女子大学人間生活学部健康栄養学科
管理栄養士 林 典子

おねがい

研修動画の録画や録音、撮影、スクリーンショット、また資料等の無断転用はご遠慮ください。

著作権の関係により

スライドにお示ししている資料すべてをお配りできていないことをご了承ください。

参考webサイトなどをお伝えしますので、そちらをご覧ください。

正しい食物アレルギーの情報を 収集しましょう

- アレルギーポータル <https://allergyportal.jp/>
- 日本アレルギー学会 <http://www.jsaweb.jp/>
- 日本小児アレルギー学会 <https://www.jspaci.jp/>
- 独立行政法人 環境再生保全機構 <http://www.erca.go.jp/>
- 保育所におけるアレルギー対応ガイドライン （2019年改訂版）
https://www.cfa.go.jp/assets/contents/node/basic_page/field_ref_resources/e4b817c9-5282-4ccc-b0d5-ce15d7b5018c/cc94d067/20240205_policies_hoiku_86.pdf
- 児童養護施設等におけるアレルギー対応ガイドライン
https://www.cfa.go.jp/assets/contents/node/basic_page/field_ref_resources/a23cc922-6f03-41a4-a39d-c7bdadaf7adf/7b034720/20250402_policies_shakaiteki-yougo_tsuuchi_95.pdf
- 学校給食調理従事者研修マニュアル

食物アレルギーの栄養食事指導の手引き2022



- 【内容】**
1. 食物アレルギーの基礎知識
 2. 食物アレルギーの診断・治療・管理
 3. 食物アレルギーの栄養食事指導
 4. 栄養食事指導のポイント
 5. 原因食物別の栄養食事指導
 7. 加工食品のアレルギー表示
 8. 保育所・幼稚園・学校における対応
 9. 病院給食における対応
- 参考資料

本日のはなし

1. 食物アレルギーとは
2. 必要最小限の食物除去の考え方
3. 食品のアレルギー表示
4. 集団給食でのアレルギー対応



1. 食物アレルギーとは



食物アレルギーとは

- 「食物によって引き起こされる抗原特異的な免疫学的機序を介して、生体にとって不利益な症状が惹起される現象」をいう。
- 食物不耐症は含まない。

乳糖不耐症、ヒスタミン中毒など

- アレルゲンはアレルギーを引き起こす物質のことで、食物アレルゲンの大部分は食物に含まれるタンパク質である。

保育所・学校での給食対応の際に使用

生活管理指導表

(参考様式) ※「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン」(2019年改訂版)

保育所におけるアレルギー疾患生活管理指導表 (食物アレルギー・アナフィラキシー・気管支ぜん息)

名前 _____ 男・女 _____ 年 _____ 月 _____ 日生 (_____ 歳 _____ ヶ月) _____ 組 提出日 _____ 年 _____ 月 _____ 日

※ この生活管理指導表は、保育所の生活において特別な配慮や管理が必要となった子どもに限って、医師が作成するものです。

★保護者
電話: _____
★連絡医療機関
医療機関名: _____
電話: _____

病型・治療		保育所での生活上の留意点		記載日 年 月 日
食物アレルギー (あり・なし) アナフィラキシー (あり・なし)	A. 食物アレルギー病型 1. 食物アレルギーの関与する乳児アトピー性皮膚炎 2. 即時型 3. その他 (新生児・乳児消化管アレルギー・口腔アレルギー症候群・食物依存性運動誘発アナフィラキシー・その他: _____)	A. 給食・離乳食 1. 管理不要 2. 管理必要 (管理内容については、病型・治療のC. 欄及び下記C. E欄を参照)	医師名 _____ 医療機関名 _____ 電話 _____	
	B. アナフィラキシー病型 1. 食物 (原因: _____) 2. その他 (医薬品・食物依存性運動誘発アナフィラキシー・ラテックスアレルギー・昆虫・動物のフケや毛)	B. アレルギー用調整粉乳 1. 不要 2. 必要 下記該当ミルクに○、又は()内に記入 ミルフィーHP ・ ニューMA-1 ・ MA-mi ・ ベブディエット ・ エレメンタルフォーミュラ その他()		
	C. 原因食品・除去根拠 該当する食品の番号に○をし、かつ《 》内に除去根拠を記載 1. 鶏卵 《 》 2. 牛乳・乳製品 《 》 3. 小麦 《 》 4. ソバ 《 》 5. ビーナッツ 《 》 6. 大豆 《 》 7. ゴマ 《 》 8. ナッツ類* 《 》 (すべて・クルミ・カシューナッツ・アーモンド・) 9. 甲殻類* 《 》 (すべて・エビ・カニ・) 10. 軟体類・貝類* 《 》 (すべて・イカ・タコ・ホタテ・アサリ・) 11. 魚卵* 《 》 (すべて・イクラ・タラコ・) 12. 魚類* 《 》 (すべて・サバ・サケ・) 13. 肉類* 《 》 (鶏肉・牛肉・豚肉・) 14. 果物類* 《 》 (キウイ・バナナ・) 15. その他 () 「*は()の中の該当する項目に○をするか具体的に記載すること」	C. 除去食品においてより厳しい除去が必要なもの 病型・治療のC. 欄で除去の際に、より厳しい除去が必要となるものだけに○をつける ※本欄に○がついた場合、該当する食品を使用した料理については、給食対応が困難となる場合があります。 1. 鶏卵: 卵殻カルシウム 2. 牛乳・乳製品: 乳糖 3. 小麦: 醤油・酢・麦茶 6. 大豆: 大豆油・醤油・味噌 7. ゴマ: ゴマ油 12. 魚類: かつおだし・いりこだし 13. 肉類: エキス		
	D. 緊急時に備えた処方薬 1. 内服薬 (抗ヒスタミン薬、ステロイド薬) 2. アドレナリン自己注射薬「エピペン®」 3. その他 ()	D. 食物・食材を扱う活動 1. 管理不要 2. 原因食材を教材とする活動の制限 () 3. 調理活動時の制限 () 4. その他 ()		
E. 特記事項 (その他に特別な配慮や管理が必要な事項がある場合には、医師が保護者と相談のうえ記載。対応内容は保育所が保護者と相談のうえ決定)				

食物アレルギーの臨床型

- 食物アレルギーは「IgE依存性食物アレルギー」と「非IgE依存性食物アレルギー」に分類される。
- IgE依存性食物アレルギーは、症状などの特徴から4つのタイプ（臨床型）に分類される。
- 非IgE依存性食物アレルギーには、新生児・乳児食物蛋白誘発胃腸症（Non-IgE-GIFAs）が含まれる。これは新生児・乳児消化管アレルギーとも同義。新生児・乳児期早期に嘔吐や血便、下痢などの消化器症状を認める。牛乳、最近増えている卵黄、他に大豆、コメ、小麦などを原因とする食物蛋白誘発胃腸炎症候群（FPIES）も含まれる。

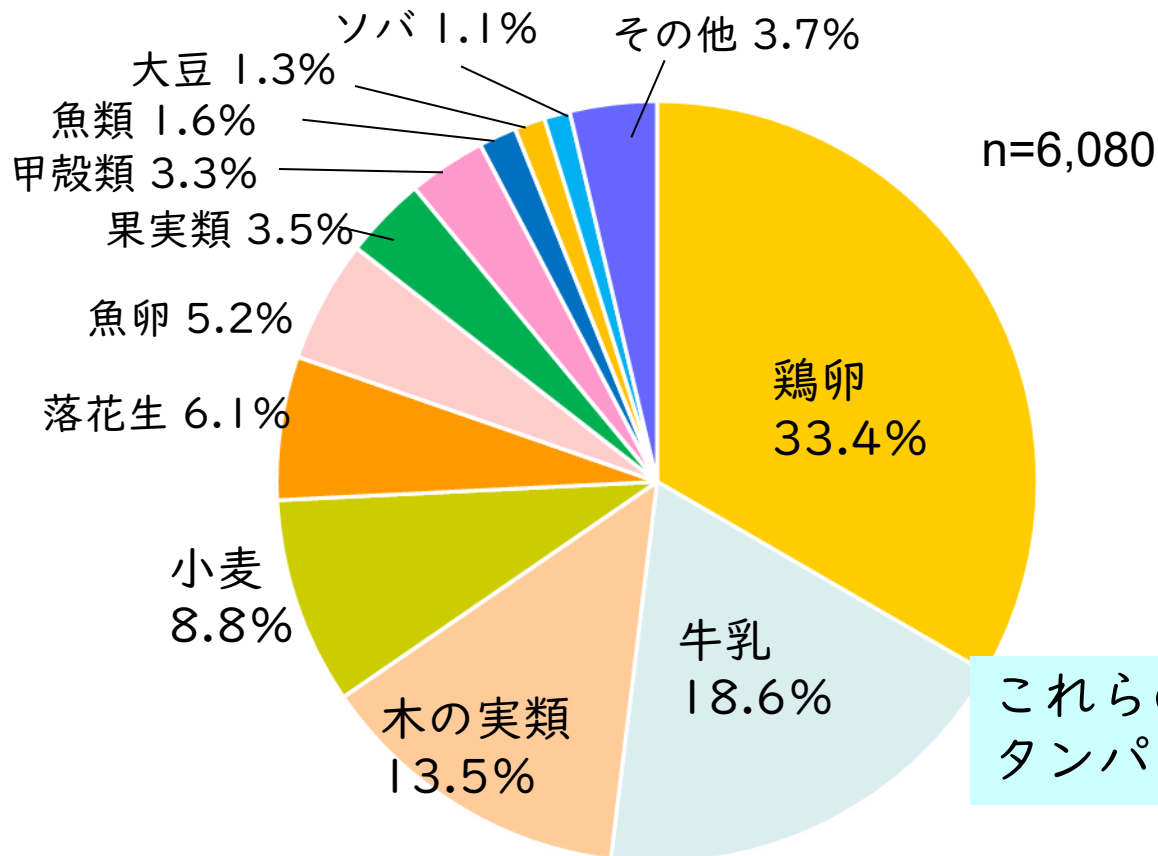
IgE依存性食物アレルギーの 臨床型分類

臨床型	頻度の多い 発症年齢	頻度の高い 食物	アナフィラキシー の危険	耐性獲得
食物アレルギーの関与する 乳児アトピー性皮膚炎	乳児期	鶏卵、牛乳、 小麦など	有り	多い
即時型症状 (蕁麻疹、アナフィラキシー など)	乳児期～ 成人期	乳児～幼児： 鶏卵、牛乳、小麦、ピー ナッツ、木の実類、魚卵 など 学童～成人： 甲殻類、魚類、小麦、果 物類、木の実類など	高い	鶏卵・牛乳・小麦は 多い その他は少ない
食物依存性運動誘発 アナフィラキシー (FDEIA)	学童期～ 成人期	小麦、エビ、果物 など	高い	少ない
口腔アレルギー症候群 (OAS)	幼児期～ 成人期	果物、野菜、大豆 など	低い	少ない

即時型症状：原因食物摂取後、通常2時間以内にアレルギー反応による症状を示す。

全年齢における原因食物

- 木の実類（クルミ、カシューナッツなど）
が増加傾向。



これらの食物に含まれる
タンパク質が原因となる

消費者庁「食物アレルギーに関連する食品表示に関する調査研究事業」
令和2(2020)年即時型食物アレルギー全国モニタリング調査結果報告
アレルギー.72(8)1032-1037

食物アレルギーの症状

皮膚症状	あかみ、じんましん、腫れ、かゆみ、しゃく熱感、湿疹	
粘膜症状	眼症状	白目の充血・腫れ、かゆみ、涙、まぶたの腫れ
	鼻症状	鼻水、鼻づまり、くしゃみ
	口腔咽頭症状	口の中・くちびる・舌のかゆみ・違和感・腫れ
呼吸器症状	喉の違和感・かゆみ・締め付けられる感じ、声がかすれる、飲み込みにくい咳、「ゼーゼー」「ヒューヒュー」、胸が締め付けられる感じ、息苦しい、唇や爪が青白い（チアノーゼ）	
消化器症状	気持ちが悪くなる、嘔吐、腹痛、下痢、血便	
神経症状	頭痛、元気がない、ぐったり、不機嫌、意識もうろう、尿や便を漏らす（失禁）	
循環器症状	血圧低下、脈が速い、脈が触れにくい、脈が不規則、手足が冷たい、顔色・唇や爪が白い（末梢循環不全）	

食物アレルギーの原因食物、症状は個人により異なる。

アナフィラキシーとは

- アナフィラキシーは重篤な全身性の過敏反応であり、通常は急速に発現し、死に至ることもある。
- 重症のアナフィラキシーは、致死的になり得る気道・呼吸・循環器症状により特徴づけられるが、典型的な皮膚症状や循環性ショックを伴わない場合もある。

緊急性が高い症状

消化器の症状	・ 繰り返し吐き続ける ・ 持続する強い（がまんできない）おなかの痛み
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 ・ 持続する強い咳込み ・ ゼーゼーする呼吸 ・ 息がしにくい
全身の症状	・ 唇や爪が青白い ・ 脈を触れにくい・不規則 ・ 意識がもうろうとしている ・ ぐったりしている ・ 尿や便を漏らす

離乳食の開始、進行の支援

- ◆ 食物アレルギーでも、離乳食の開始や進行を遅らせる必要はない。
- ◆ 離乳食は医師より指示された原因食物を除去しながら「授乳・離乳の支援ガイド」にもとづいて開始する。
- ◆ 乳児期の原因食物は、鶏卵、牛乳、小麦が90%以上を占める。米、野菜類が原因食物となることは少ない。
- ◆ 原因食物以外で保護者が“念のため”に摂取開始を遅らせている食物がないか、摂取している食物の種類を確認する。
- ◆ 患者にかゆみを伴う湿疹がある場合は、医師の指導のもとで早期に湿疹を改善を目指し、離乳食を開始する。

食物アレルギーの確定診断

1.特定の食物摂取によりアレルギー症状が誘発されること（問診又は食物経口負荷試験）

2.その食物に感作されていること

（特異的IgE抗体・皮膚プリック試験が陽性）

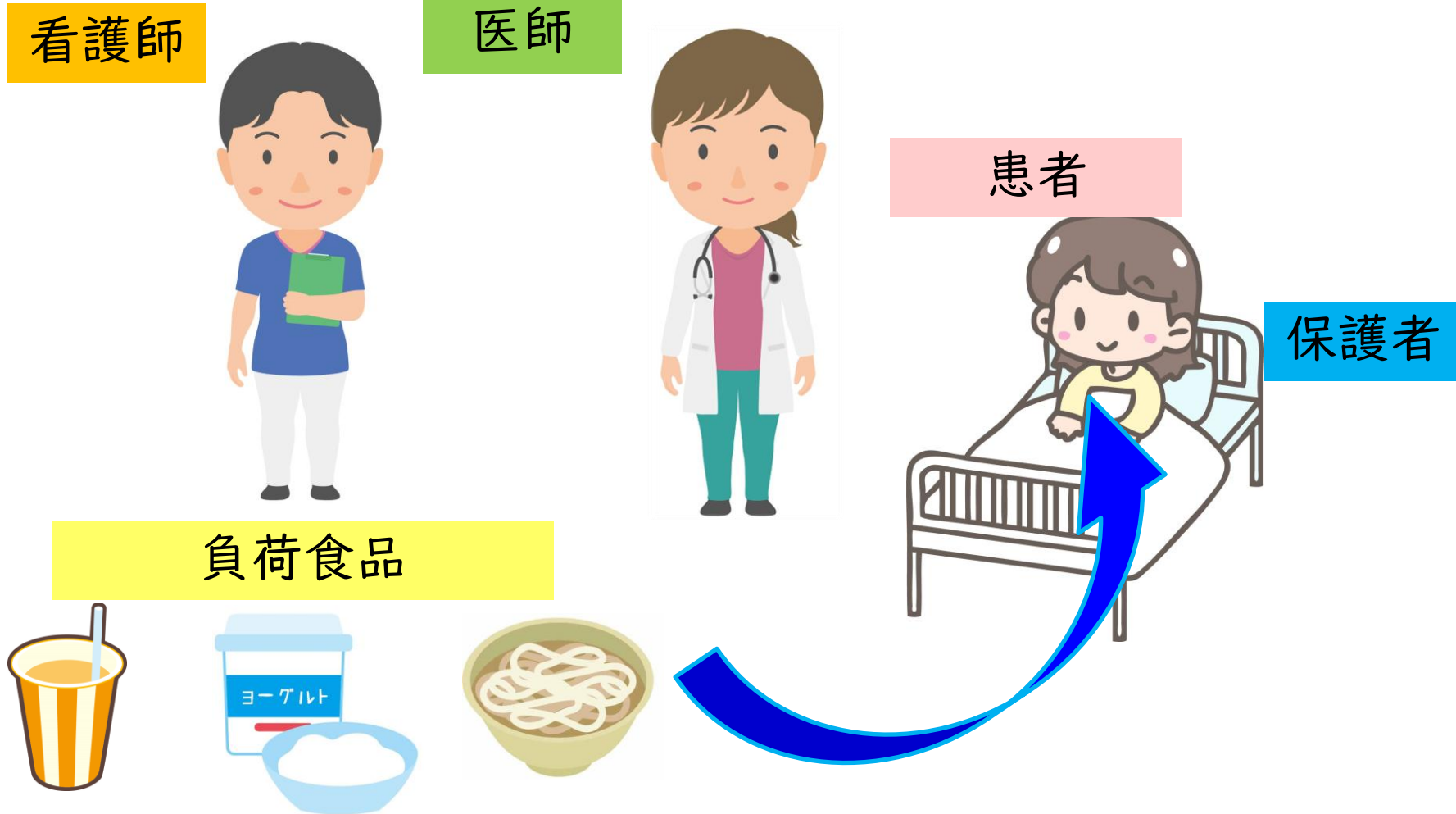
特異的IgE抗体検査
＝血液検査

1及び2が確認できれば、**確定診断**とする。

どちらか一方だけでは、

食物アレルギーと診断したことにならない。

病室での食物経口負荷試験の様子



◆専門の医師が誘発症状への緊急対応が十分可能な状況で行う。

食物アレルギー管理のフローチャート

食物アレルギーの疑いまたは確定診断

食物経口負荷試験

問診および特異的IgE抗体検査・皮膚プリック試験
の結果を参考に総負荷量を決定

総負荷量
「少量」



総負荷量
「中等量」



総負荷量
「日常摂取量」

陽性



完全
除去

「少量」までを
摂取する指導

陽性



負荷量と症状の程度を加味して
“食べられる範囲”を指導

「中等量」まで
を摂取する指導

陽性



陰性



除去
解除

食物経口負荷試験に基づいた栄養食事指導

2. 必要最小限の除去の考え方



食物アレルギーがある場合の 食事の原則

正しい診断に基づいた必要最小限の原因食物の除去

【必要最小限の除去】

- ①食べると症状が誘発される食物だけを除去する。
「念のため」「心配だから」という理由で除去をしない。
- ②原因食物でも、症状が誘発されない“食べられる範囲”までは食べることが出来る

②は集団給食では対応しない

鶏卵アレルギー

- ◆ 鶏卵アレルギーは卵白のアレルゲンが主原因である。加熱卵黄（少量の卵白が付着するものの）は摂取可能な児が多い。
- ◆ 卵白の主要な原因たんぱく質であるオボアルブミンは、容易に加熱変性するため、加熱温度や、加熱時間、調理方法によって、食べられる場合がある。逆に、加熱鶏卵が摂取可能でも、加熱が十分でない鶏卵や生鶏卵などでは症状がでる可能性がある。
- ◆ 鶏肉や魚卵は、鶏卵とアレルゲンが異なるため、基本的に除去する必要はない。
- ◆ 加工食品の原材料である卵殻カルシウム（焼成・未焼成製品）は、ほとんど鶏卵たんぱく質を含まないため摂取することができる。

鶏卵アレルギー 完全除去の場合の食事

食べられないもの

鶏卵と鶏卵を含む加工食品、
その他の鳥の卵（うずらの卵など）

鶏卵を含む加工食品の例：

マヨネーズ、練り製品（かまぼこ、はんぺんなど）、
肉類加工品（ハム、ウィンナーなど）

調理パン、菓子パン、鶏卵を使用している天ぷらやフライ、
鶏卵をつなぎに利用しているハンバーグや肉団子、
洋菓子類（クッキー、ケーキ、アイスクリームなど）

加熱温度が低いものは
アレルギー性が強い

牛乳アレルギー

- ◆ 牛乳のアレルゲンにはカゼイン、 β -ラクトグロブリンなどがある。
カゼインは主要なアレルゲンで、加熱によるアレルゲン性の変化を受けにくい。 β -ラクトグロブリンは加熱によって反応性が低下する。
- ◆ 牛肉は、牛乳とアレルゲンが異なるため、基本的に除去する必要はない。
- ◆ 乳糖には、ごく微量（数 $\mu\text{g/g}$ ）のたんぱく質が含まれる場合があるが、加工食品中の原材料レベルでの除去が必要な場合はまれである。
摂取可否については医師に確認する。
- ◆ 牛乳・乳製品の除去でカルシウム不足に陥りやすい。他の食品での補充を指導する。

牛乳アレルギー 完全除去の場合の食事

食べられないもの

牛乳と牛乳を含む加工食品

牛乳を含む加工食品の例：

ヨーグルト、**チーズ**、バター、生クリーム、全粉乳、**脱脂粉乳**、一般の調製粉乳、れん乳、乳酸菌飲料、はっ酵乳、アイスクリーム、パン、カレーやシチューのルー、肉類加工品（ハム、ウィンナーなど）、洋菓子類（チョコレートなど）、調味料の一部

たんぱく質を
多く含むものほど
アレルギー性が高い

ミルクアレルギー除去食品 (アレルギー用ミルク)

分類		加水分解乳		アミノ酸乳	大豆乳
商品名		ミルフィーHP	ニューMA-I	エレメンタルフォーミュラ	和光堂ボンラクトi
メーカー		明治	森永乳業	明治	アサヒグループ食品
標準調整濃度		14.5%	15%	17%	14%
最大分子量		3,500	1,000	アミノ酸	—
原材料		乳清分解物	カゼイン分解物	精製アミノ酸	分離大豆たんぱく
栄養素 (標準調乳 100mlの 含有量)	エネルギー (kcal)	67.0	69.9	66.5	67.2
	たんぱく質 (g)	1.7	2.0	2.0	1.8
	脂質 (g)	2.5	2.7	0.4	2.9
	炭水化物 (g)	9.6	9.5	13.4	8.7
	ビオチン (μg)	1.6	2.3	1.6	1.4
	亜鉛 (mg)	0.4	0.5	0.5	0.5
	カルシウム (mg)	53.7	60.0	64.6	53.2
	セレン (μg)	1.9	0.9*	1.85	1.0*
	鉄 (mg)	0.9	0.9	1.1	1.0
	カルニチン (mg)	1.3	1.8	1.3	0.84

*：社内分析値

■カルシウム補給を目的として利用できる。

小麦アレルギー

- ◆ 醤油の原材料に利用される小麦は、醸造過程で小麦アレルギーが消失する。したがって原材料に小麦の表示があっても、基本的に醤油を除去する必要はない。
- ◆ 大麦やライ麦などの麦類と小麦は、交差抗原性が知られている。しかしすべての麦類の除去が必要となることは少ない。
- ◆ 麦茶は大麦が原材料で、タンパク質含有量もごく微量のため、除去が必要なことはまれである。
- ◆ グルテンフリー表示は欧米の基準であり、我が国のアレルギー表示の基準とは異なる。このため重症な小麦アレルギー患者は、グルテンフリー表示の製品で症状が誘発される可能性がある。一方で農林水産省が認証する米粉を対象とした「ノングルテン」表示は、1ppm未満基準であり、通常摂取が可能である。

小麦アレルギー 完全除去の場合の食事

食べられないもの

小麦と小麦を含む加工食品

小麦粉：薄力粉、中力粉、強力粉、デュラムセモリナ小麦
小麦を含む加工食品の例：

パン、うどん、マカロニ、スパゲティ、中華麺、麩、
餃子や春巻の皮、お好み焼き、たこ焼き、天ぷら、フライ、
とんかつなどの揚げもの、シチューやカレーのルー、
洋菓子類（ケーキなど）、和菓子（饅頭など）

主食の制限が
多い

木の実（ナッツ）類アレルギー

- ◆ 木の実（ナッツ）類（クルミ、カシューナッツ、アーモンド、マカダミアナッツ、ピスタチオ、ヘーゼルナッツ、ココナッツなど）はひとくくりにして除去をする必要はない。個別に症状の有無を確認する。
- ◆ ただし、カシューナッツとピスタチオ、クルミとペカンナッツの間には強い交差抗原性がある。どちらかにアレルギーがあれば、両者を除去する必要がある。
- ◆ クルミ、カシューナッツはアナフィラキシーなど重篤な症状のリスクが高く注意が必要である。

落花生（ピーナッツ）アレルギー

- ◆ ピーナッツは豆類であり、木の実類（ナッツ）類とまとめて除去する必要はない。食物経口負荷試験などによって個々に症状の有無を確認する。
- ◆ ローストする（炒る）ことでアレルギー性が高まる。
- ◆ ピーナッツオイルを含めた除去が必要である。
- ◆ 沖縄のジーマーミ（落花生）豆腐、佃煮や和菓子その他、カレールーなどの調味料、スナック菓子などの隠し味などに使用されることがある。

魚卵アレルギー

- ◆ 乳幼児期では初めてイクラを摂取して症状が誘発される場合がある。
- ◆ 魚卵間での交差抗原性を示す例は少なく、魚卵類（イクラ、タラコ、シシャモの卵、ワカサギの卵、カズノコ、とび子など）は、ひとくくりにして除去をする必要はない。
- ◆ イクラは、アレルギー表示の推奨品目である。推奨品目は複合原材料等微量に含まれる旨の表示がされない場合があることに留意する。

野菜、果物アレルギー

- ◆ 果物アレルギーの原因は、キウイ、バナナ、モモ、リンゴ、サクランボの頻度が高い。
- ◆ 特定の生の果物や野菜を摂取したときに、速やかに口の中や喉の痒みなど（OAS）を感じ、それ以上の症状は誘発されないことがある。この中で、特定の花粉との交差反応性があるものを特に花粉-果物アレルギー症候群（PFAS）という。
 - ・ カバノキ科花粉（シラカンバなど）とバラ科果物（リンゴ、モモ、サクランボなど）
 - ・ キク科花粉（ブタクサなど）とウリ科果物・野菜（メロン、スイカ、キュウリなど）
- ◆ PFASの多くは、加熱調理した野菜や果物は摂取可能である。
- ◆ 果物アレルギーがすべてOASの病型を示すとは限らず、微量でアナフィラキシーを呈することもある。

甲殻類、軟体類、貝アレルギー

- ◆ 主要なアレルギーはトロポミオシンで、熱や消化酵素による変化を受けにくい。
- ◆ エビ・カニなどの甲殻類間や、イカとタコなどの軟体類間、貝類間に交差抗原性がある。エビアレルギー患者の65%は、カニにも症状を示すが、甲殻類と軟体類、貝類の交差反応性は20%程度である。
- ◆ 甲殻類、軟体類、貝類をひとくくりにして除去をする必要はない。
- ◆ 調味料に含まれる甲殻類のエキス成分や、スープ、えびせんべいなどの加工品は、個人によって食べられる範囲が異なる。摂取歴を詳しく確認後、主治医と相談する。

魚アレルギー

- ◆ 魚類の主要アレルゲンは、**パルブアルブミンとコラーゲン**である。パルブアルブミンは、熱や消化酵素による変化が少ないが、高温、高圧処理によって反応性が低下する。
- ◆ 魚は魚種間で交差抗原性があるが、**すべての魚の除去が必要とは限らない**。問診や食物経口負荷試験で摂取可能な魚を見つける。
- ◆ 魚は、鮮度が低下すると魚肉中にヒスタミンが作られ、かゆみ、じんましんなどの症状をもたらすことがある。**これは食物不耐症であり、食物アレルギーとは異なる病態で、区別して考える**。
- ◆ **青魚、赤身魚など、魚皮や身の色などの区別による除去には根拠がない**。
- ◆ 魚缶詰は、加圧加熱殺菌処理のためにアレルゲン性が低下しており多くの場合に摂取可能である。

大豆アレルギー

- ◆ 大豆アレルギーで、他の豆類の除去が必要なことは非常に少ない。
このため豆類をひとくくりに除去する必要はない。
- ◆ 醤油や味噌は、醸造過程で大豆アレルゲンの大部分が分解される。
納豆も発酵によりアレルゲン性の低下が期待できる。
- ◆ 大豆油は症状なく摂取できることが多い。
- ◆ PFASでは、豆腐が摂取可能であっても豆乳のみ症状が誘発されることがある。
- ◆ 納豆による遅発型アナフィラキシー（摂取後5時間から半日後に発症）が報告されている。

そばアレルギー

- ◆ そば殻を吸い込むことで、喘息症状を誘発する場合がある。
- ◆ そばアレルギーは、水に溶けやすく熱に強い性質がある。このため、そばと同じ釜でゆでたうどんなどは、そばのコンタミネーション（混入）が生じうる。

厚生労働科学研究班による 食物アレルギーの栄養食事指導の手引き2022

- そばに限らず、茹で汁や揚げ油にアレルギーは残る。
- 食物アレルギー児の食事は別の鍋で調理することが望ましい。（重症度により検討）

ゴマアレルギー

- ◆ 他の木の実（ナッツ）類、落花生（ピーナッツ）などとひとくくりにして除去をする必要はない。
- ◆ ごま油は使用可能な場合が多い。除去の必要性は主治医に相談する。
- ◆ 粒ゴマよりもすりゴマの形態のほうが症状が出やすい。ごまだれなどの調味料に注意する。



3. 食品のアレルギー表示



加工食品のアレルギー表示

食品表示法：容器包装された加工食品及び添加物が表示の対象

表示義務のある8品目 (特定原材料*)	えび、かに、くるみ、小麦、 そば、卵、乳、落花生
表示が推奨されている20品目 (特定原材料に準ずるもの) ※表示義務はない	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

※2025年度中に「特定原材料」にカシューナッツ、
「特定原材料に準ずるもの」にピスタチオが追加予定

*特定原材料

加工食品中に特定原材料が数ppm(1/100万)以上の濃度で
含まれた場合に表示が必要

代替表記と拡大表記

特定原材料	代替表記	拡大表記（例示）
	特定原材料等と表示方法や言葉は異なるが、特定原材料等と同様のものであることが理解できる表記	特定原材料等又は代替表記を含むことにより、特定原材料等を使った食品であることが理解できる表記
えび	海老、エビ	えび天ぷら、サクラエビ
かに	蟹、カニ	上海がに、マツバガニ、カニシューマイ
くるみ	クルミ	くるみパン、くるみケーキ
小麦	こむぎ、コムギ	小麦粉、こむぎ胚芽
そば	ソバ	そばがき、そば粉
卵	玉子、たまご、タマゴ、エッグ 鶏卵、あひる卵、うずら卵	厚焼玉子、ハムエッグ
乳	ミルク、バター、バターオイル、 チーズ、アイスクリーム 乳の表記は複雑なので注意	アイスマルク、生乳、ガーリックバター、 牛乳、プロセスチーズ、濃縮乳、乳糖、 加糖れん乳、乳たんぱく、調製粉乳
落花生	ピーナッツ	ピーナツバター、ピーナッツクリーム

除去不要の原材料・食品添加物

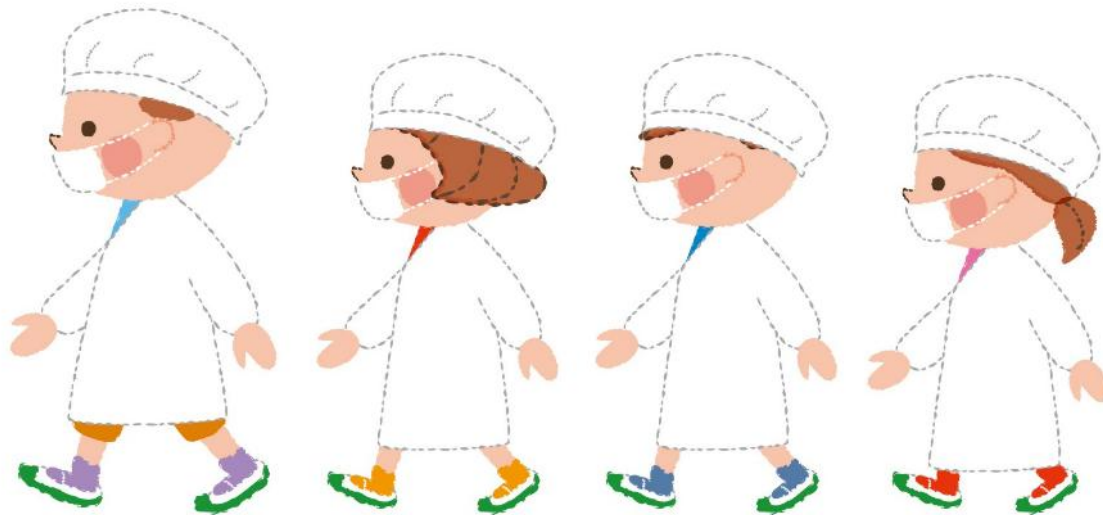
特定原材料	除去が不要な原材料・食品添加物
鶏卵	卵殻カルシウム
牛乳	乳酸菌、乳酸カルシウム、乳酸ナトリウム、 乳化剤（一部乳由来あり）、 カカオバター、ココナッツミルク など
小麦	麦芽糖、麦芽（一部小麦由来あり）

注意喚起表示

- ◆ “本品製造工場では〇〇（特定原材料等の名称）を含む製品を生産しています”などの表記を注意喚起表示という。
- ◆ 原材料欄に特定原材料の表記がなく、特定原材料に対する最重症の患者でなければ、注意喚起表示があっても基本的に摂取できる。
- ◆ 注意喚起表示は、製造者の任意で表記される（表示義務はない）。
表記がなくても、特定原材料を扱わない製造現場であることを判断することはできない。

厚生労働科学研究班による 食物アレルギーの栄養食事指導の手引き2022

4. 集団給食でのアレルギー対応



保育所での誤食事故件数

保育所入所児童のアレルギー疾患罹患状況と保育所におけるアレルギー対策に関する実態調査より

誤食・誤配の件数

(症状が出なかったものと症状が出たものを合わせた件数)

4,659 施設／15,722施設 ⇒ 約30.0%

誤食事故の原因と対策

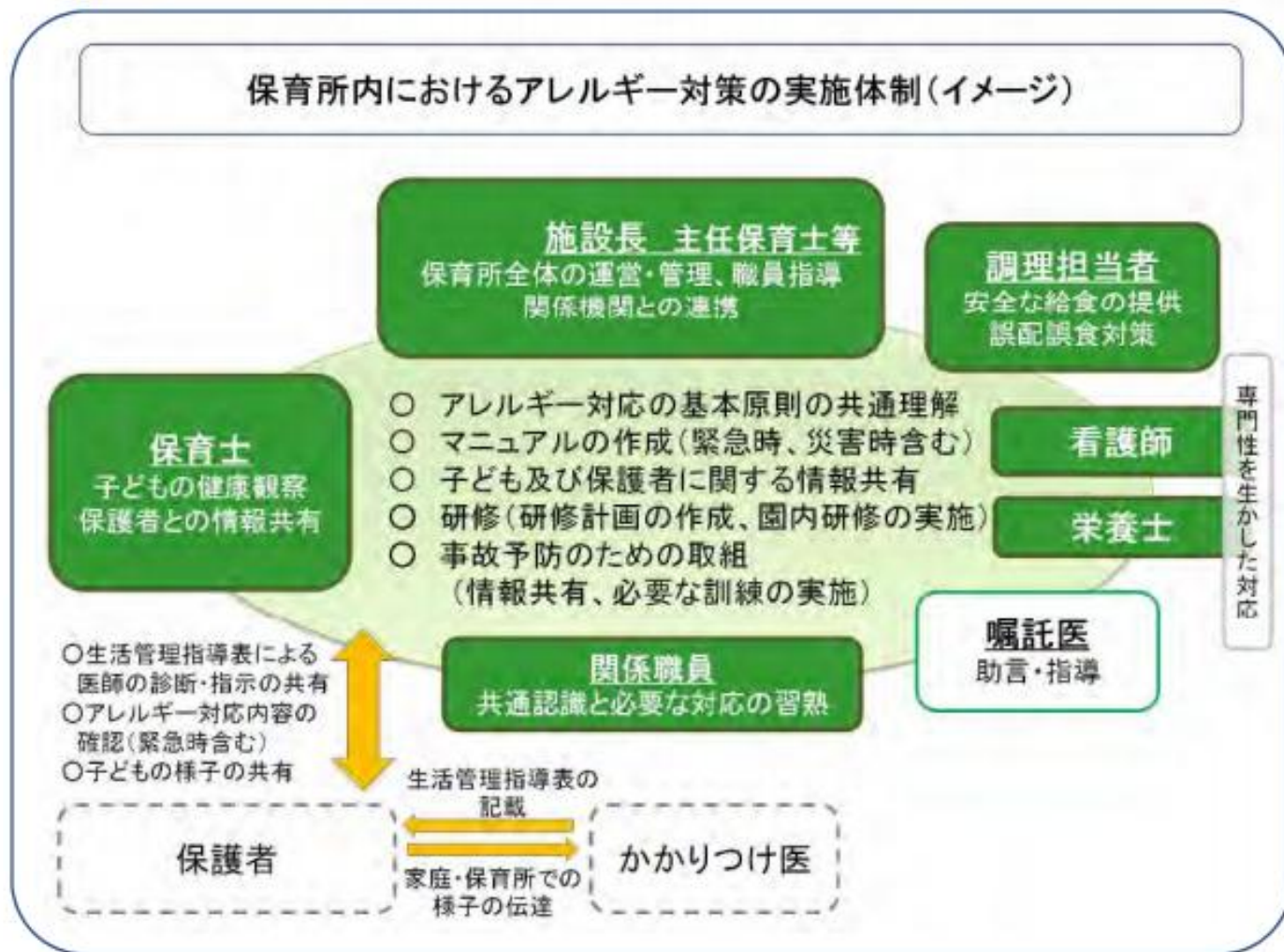
n=4,659	
間違えて配膳してしまった	44.4%
他の園児・児童に配膳された食物を食べてしまった	16.9%
原材料の見落とし	13.7%
調理担当から保育士への伝達もれ	10.2%
園児・児童についての食物アレルギーに関する情報が職員間で共有されていなかった	8.1%
調理の段階で原因食材が混入してしまった	7.6%
保護者からの情報が足りなかった	5.2%

出典：厚生労働省平成27年度子ども・子育て支援推進調査研究事業
保育所入所児童のアレルギー疾患罹患状況と 保育所におけるアレルギー対策に関する実態調査 調査報告書

誤食事故を防ぐために

1. 体制整備	情報共有（職員間）
	情報共有（保育所・学校と保護者間）
	給食提供に関する確認体制
	担任不在時の体制・緊急時の体制
2. 給食管理	献立作成
	食材発注、検収、食材管理
	調理（下処理、主調理、盛り付け）
3. 喫食時管理	受け渡し、配膳
	喫食中、おかわり
	イレギュラー時

図 1 - 2



出典：保育所におけるアレルギー対応ガイドライン

生活管理指導表

(参考様式) ※「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン」(2019年改訂版)

保育所におけるアレルギー疾患生活管理指導表 (食物アレルギー・アナフィラキシー・気管支ぜん息)

名前 _____ 男・女 _____ 年 _____ 月 _____ 日生 (_____ 歳 _____ ヶ月) _____ 組 提出日 _____ 年 _____ 月 _____ 日

※ この生活管理指導表は、保育所の生活において特別な配慮や管理が必要となった子どもに限って、医師が作成するものです。

病型・治療		保育所での生活上の留意点		緊急連絡先 ★保護者 電話: ★連絡医療機関 医療機関名: 電話:
食物アレルギー アナフィラキシー (あり・なし)	A. 食物アレルギー病型 1. 食物アレルギーの関与する乳児アトピー性皮膚炎 2. 即時型 (新生児・乳児消化管アレルギー・口腔アレルギー症候群・食物依存性運動誘発アナフィラキシー・その他) B. アナフィラキシー病型 1. 食物 (原因:) 2. その他 (医薬品・食物依存性運動誘発アナフィラキシー・ラテックスアレルギー・昆虫・動物のフケや毛) C. 原因食品・除去根拠 該当する食品の番号に○をし、かつ()内に除去根拠を記載 1. 鶏卵 () [除去根拠] 2. 牛乳・乳製品 () 3. 小麦 () 4. ソバ () 5. ビーナッツ () 6. 大豆 () 7. ゴマ () 8. ナッツ類* () (すべて・クルミ・カシューナッツ・アーモンド・) 9. 甲殻類* () (すべて・エビ・カニ・) 10. 穀類・貝類 () (すべて・イカ・タコ・ホタテ・アサリ・) 11. 魚類* () (すべて・イクラ・タラコ・) 12. 魚類* () (すべて・サバ・サケ・) 13. 肉類* () (鶏肉・牛肉・豚肉・) 14. 果物類* () (キウイ・バナナ・) 15. その他 () 「*は()の中の該当する項目に○をするか具体的に記載すること」 D. 緊急時に備えた処方薬 1. 内服薬 (抗ヒスタミン薬、ステロイド薬) 2. アドレナリン自己注射薬「エピペン®」 3. その他 ()	A. 給食・離乳食 1. 管理不要 2. 管理必要 (管理内容については、病型・治療のC、欄及び下記C、E欄を参照) B. アレルギー用調整粉乳 1. 不要 2. 必要 下記該当ミルクに○、又は()内記入 ミルク・HP・ニューMA-1・MA-mi・ベプディエント・エレメンタルフォーミュラ その他 () C. 除去食品においてより厳しい除去が必要なもの 病型・治療のC、欄で除去の際に、より厳しい除去が必要となるものみに○をつける ※本欄に○が付いた場合、該当する食品を使用した料理については、給食対応が困難となる場合があります。 1. 鶏卵: 卵殻カルシウム 2. 牛乳・乳製品: 乳糖 3. 小麦: 醤油・酢・麦茶 4. 大豆: 大豆油・醤油・味噌 5. ゴマ: ゴマ油 6. 大豆: 大豆油・醤油・味噌 7. ゴマ: ゴマ油 12. 魚類: かつおだし・いりこだし 13. 肉類: エキス D. 食物・食材を扱う活動 1. 管理不要 2. 原因食材を教材とする活動の制限 () 3. 調理活動時の制限 () 4. その他 ()	E. 特記事項 (その他に特別な配慮や管理が必要な事項がある場合には、医師が保護者と相談のうえ記載。対応内容は保育所が保護者と相談のうえ決定) 記載日 _____ 年 _____ 月 _____ 日 医師名 _____ 医療機関名 _____ 電話 _____	
気管支ぜん息 (あり・なし)	A. 症状のコントロール状態 1. 良好 2. 比較的良好 3. 不良 B. 長期管理薬 (短期追加治療薬を含む) 1. ステロイド吸入薬 剤形: _____ 投与量 (日): _____ 2. ロイコトリエン受容体拮抗薬 3. DSG吸入薬 4. ベータ刺激薬 (内服・貼付薬) 5. その他 () C. 急性増悪 (発作) 治療薬 1. ベータ刺激薬吸入 2. ベータ刺激薬内服 3. その他 () D. 急性増悪 (発作) 時の対応 (自由記載)	A. 寝具に関して 1. 管理不要 2. 防ダニシート等の使用 3. その他の管理が必要 () B. 動物との接触 1. 管理不要 2. 動物への反応が強い場合不可 動物名 () 3. 飼育活動等の制限 () C. 外遊び、運動に対する配慮 1. 管理不要 2. 管理必要 (管理内容) _____ D. 特記事項 (その他に特別な配慮や管理が必要な事項がある場合には、医師が保護者と相談のうえ記載。対応内容は保育所が保護者と相談のうえ決定) 記載日 _____ 年 _____ 月 _____ 日 医師名 _____ 医療機関名 _____ 電話 _____		

● 保育所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保育所の職員及び消防機関・医療機関等と共有することに同意しますか。
 ・ 同意する
 ・ 同意しない
 保護者氏名 _____

*年1回の更新を基本として診断を受け、提出してもらうようにする

出典：保育所におけるアレルギー対応ガイドライン

組織的に対応する

◆給食対応方針の決定

- 食物アレルギー児の人数
- 食物アレルギー児の原因食物の種類
- 重症の食物アレルギー児の有無
- 施設・設備・人員などの環境整備状況

などによって対応の基準は異なる。

- ・アレルギー対応委員会にて、対応方針を決め、それを保護者に伝える。（保護者の要望どおりの対応は難しい）
- ・食物アレルギー対応に**従事する者全員が方針を把握する。**
- ・保護者への確認事項を事前に決めておく。

給食提供に関する体制整備

- ✓ 対応しているアレルゲン
 - ✓ アレルギー児（重症児）の把握
 - ✓ 食札の運用～回収
 - ✓ 食器やトレイの区別（実物の確認）
 - ✓ 調理前～調理完了～配膳までの流れ、担当者
 - ✓ 調理室・事務室・教室でのアレルギー児に関する表示
 - ✓ おかわりの有無、おかわりのルール
 - ✓ 緊急時対応マニュアルの場所
 - ✓ エピペン、薬の場所
- アレルギー対応
一覧表作成
- など

食物アレルギー対応一覧表（例）

➤ アレルギー児の情報を正しく把握する。

アレルギー児の原因食物が分かりやすい

食物アレルギー対応一覧表(例)

クラス		名前	性別	アナフィラキシー	エピペン	卵	乳	小麦			備考
年	組	〇〇 〇〇				1					
年	組	〇〇 〇〇				1	1				
年	組	〇〇 〇〇		小麦	有		1	1			弁当対応
人数計						2	2	1			

重症のアレルギー児の原因食物が 分かりやすい

調理者から
喫食者
(喫食前の確認者)
へのメッセージ

食札（例）

食物アレルギー対応カード

顔写真を
入れてもよい

月

日

●● 組(くみ)	名前(なまえ)	◆◆◆◆	
アレルゲン	乳		
料理名(りょうりめい)	カレー		
対応(たいおう)	アレルギー用（乳不使用）カレー		
調理	盛付	対応確認	担任
○○	△△	◇◇	××

集団給食は完全除去対応が原則

(参考様式) ※「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン」(2019年改訂版)

保育所におけるアレルギー疾患生活管理指導表（食物アレルギー・アナフィラキシー・気管支ぜん息）

名前 _____ 男・女 _____ 年 _____ 月 _____ 日生 (_____ 歳 _____ ヶ月) _____ 組 _____

※ この生活管理指導表は、保育所の生活において特別な配慮や管理が必要となった子どもに限って、医師が作成するものです。

緊急 ★保護者
電話:

★連絡医療機関
医療機関名：
電話：

病型・治療		保育所での生活上の留意点		記載日 年 月 日	
A. 食物アレルギー病型 1. 食物アレルギーの関与する乳児アトピー性皮膚炎 2. 即時型 3. その他（新生児・乳児消化管アレルギー・口腔アレルギー症候群・ 食物依存性運動誘発アナフィラキシー・その他： ）		A. 給食・離乳食 1. 管理不要 2. 管理必要（管理内容については、病型・治療のC. 欄及び下記C. E欄を参照） B. アレルギー用調整粉乳 1. 不要 2. 必要 下記該当ミルクに○、又は()内に記入 ミルフィーHP・ニューMA-1・ ベネニ ・ ベプ ット・エレンタールフォーミュラ その他()		医師名	
B. アナフィラキシー病型 1. 食物（原因： ） 2. その他（医薬品・食物依存性運動誘発アナフィラキシー・ラテックスアレルギー・ 昆虫・動物の毛などによるものも含む。）				医療機関名	
C. 原因食品・除去根拠 該当する食品の番号に○をし、かつ《 》内に除去根拠を記載 1. 鶏卵 《 》 2. 牛乳・乳製品《 》 3. 小麦 《 》 4. ソバ 《 》 5. ビーナッツ 《 》 6. 大豆 《 》 7. ゴマ 《 》 8. ナッツ類* 《 》 （すべて・クルミ・カシューナッツ・アーモンド・ 9. 甲殻類* 《 》 （すべて・エビ・カニ・ ） 10. 軟体類・貝類* 《 》 （すべて・イカ・タコ・ホタテ・アサリ・ ） 11. 魚卵* 《 》 （すべて・イクラ・タラコ・ ） 12. 魚類* 《 》 （すべて・サバ・サケ・ ） 13. 肉類* 《 》 （鶏肉・牛肉・豚肉・ ） 14. 果物類* 《 》 （キウイ・バナナ・ ） 15. その他 《 》 「*は()の中の該当する項目に○をするが具体的に記載すること」 緊急時に備えた処方薬 内服薬（抗ヒスタミン薬、ステロイド薬） アドレナリン自己注射薬「エピペン®」 その他（ ）		D. 除去食品においてより厳しい除去が必要なもの 病型・治療のC. 欄で除去の際に、より厳しい除去が必要となるもののみに○をつける <u>※本欄に○がついた場合、該当する食品を使用した料理については、給食対応が困難となる場合があります。</u> E. 特記事項 (その他に特に注意すべき事項がある場合は、医師が保護者と相談の上で記載してください) 1. 鶏卵： 卵殻カルシウム 2. 牛乳・乳製品： 乳糖 3. 小麦： 醤油・酢・麦茶 4. 大豆： 大豆油・醤油・味噌 5. ゴマ： ゴマ油 6. 魚類： かつおだし・いりこだし 7. 肉類： エキス F. 食物・食材を扱 1. 管理不要 2. 原因食材を教材とする 3. 調理活動時の制限 4. その他		医師の指示に従う	
G. 給食では完全除去ではあるが、当該アレルギーがあっても、摂取可能な場合が多いため					

医師の指示に従う

給食では完全除去ではあるが、
当該アレルギーがあっても、
摂取可能な場合が多いため、
必要最小限の食物除去

④ 集団給食では、安全面を考慮し、
 個人の摂取可能量に合わせて提供しない。
 （完全除去対応）

出典：保育所における
アレルギー対応ガイドライン

保育所での食物アレルギー症状の 出現（誘発）リスクを減らすために

こどもが初めて食べる食品は、家庭で安全に食べられることを確認してから、保育所での提供を行う。

⇒保育所で使用する食材一覧表を保護者に渡して、
それらの食材を自宅で試していただく。

面談の主な項目例

【聴取する事項】

- ・ 過去の食物アレルギー発症情報
 - ・ 家庭での対応状況
 - ・ 当該児童生徒に対して学校生活において配慮すべき必要事項
 - ・ 薬（エピペン® 等）の持参希望の有無
 - ・ 緊急時の対応連絡先、方法
 - ・ 学級内の児童生徒並びに保護者へ当該児童生徒の食物アレルギー情報を提供することについての理解を得ること
- 等

重症度の確認！

誤食事故を防ぐために

1. 体制整備	情報共有（職員間）
	情報共有（保育所・学校と保護者間）
	給食提供に関する確認体制
	担任不在時の体制・緊急時の体制
2. 給食管理	献立作成
	食材発注、検収、食材管理
	調理（下処理、主調理、盛り付け）
3. 喫食時管理	受け渡し、配膳
	喫食中、おかわり
	イレギュラー時

献立作成の工夫例：

料理名からアレルギーが分かる

料理名・使用食品の明確化

- ・安全な給食提供のために献立表や料理名を工夫する。
- ・献立表の作成は、複数の関係者で確認し、誤表示や記入漏れのないようにする。

(ア) 献立表

- ・料理ごとに使用している原材料が詳細にわかる献立表を作成し、学校関係者、調理場関係者、保護者等を含む関係者全員で同一のものを共有する。
- ・加工食品に原因食物が使用されている場合は明記し、必要に応じて詳細な原材料が確認できるようにする。

(イ) 料理名

- ・原因食物が使用されていることが明確な料理名とする。

例：かにと卵のスープ、大豆のかみかみ揚げ、えび入りはんぺん



献立作成の工夫例：

除去献立は1種類とする

- アレルギーの原因食物が複数の場合、**全ての原因食物を除去した料理に1本化する。**

(例) かき揚げ ⇒ 卵、エビを除去

シーフードパエリア ⇒ バター、アサリ、イカを除去

- 食物アレルギーの**原因食物不使用の献立を取り入れ、**
調理作業の負担軽減や誤配、誤食のリスクを低減。
全ての児童が同じものを喫食できるようにする。

(例)

乳不使用カレー（乳不使用マーガリン使用）

ノンエッグマヨネーズの使用

卵不使用のフライ

完全に不使用とする
場合の栄養面の
リスクは考慮する

献立作成の工夫例： 外見で区別しやすくする

調理等の工夫（例）

栄養教諭・学校栄養職員等は、献立を作成する際は、原因食物の混入を防止し、**複雑で煩雑な調理作業とならないように**、作業工程表や作業動線図で確認する。

（ア）**原因食物を使用しない調理方法にする。**

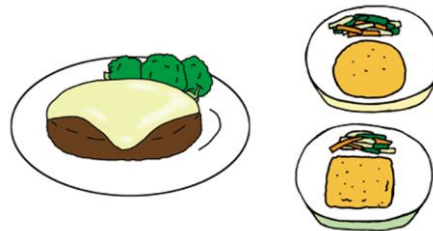
例：・唐揚げ、かき揚げ、フライの衣等で、小麦粉のかわりに米粉やじゃがいもでんぷんを使用する。

・かき揚げや、フライの衣等に卵を使用しない。

（イ）**原因食物が料理に使用されていることが一目でわかるようにする。**

例：ハンバーグにチーズを練り込むのではなく、上にのせる。

（ウ）**原因食物が入っている料理と、除去した料理で形を変えてわかりやすくする。**



形を変えていること
なども食札に記載

見落とし、思い込みに注意

◎原材料表示は、使用する都度必ず確認を！！

- ・ 同じ商品名でも原材料が異なるものがある。
- ・ 以前に使用したものでも原材料が異なるものがある。

	特定原材料	製造メーカー
〇〇パイ	小麦	〇△食品
ミニ〇〇パイ	小麦、乳	〇△食品

原材料の確認

- ✓ 献立作成時
- ✓ 食材発注時
- ✓ 納品、検収時
- ✓ 食札作成時
- ✓ 調理前
- ✓ 調理中
- ✓ 調理後、配膳時

食品表示について正しい理解を！
表示用語でわからないことは解消
しておきましょう。



誰かが確認してくれているはず・・・
と思っていないですか。

誤食事故を防ぐために

1. 体制整備	情報共有（職員間）
	情報共有（保育所・学校と保護者間）
	給食提供に関する確認体制
	担任不在時の体制・緊急時の体制
2. 給食管理	献立作成
	食材発注、検収、食材管理
	調理（下処理、主調理、盛り付け）
3. 喫食時管理	受け渡し、配膳
	喫食中、おかわり
	イレギュラー時

受け渡し

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。

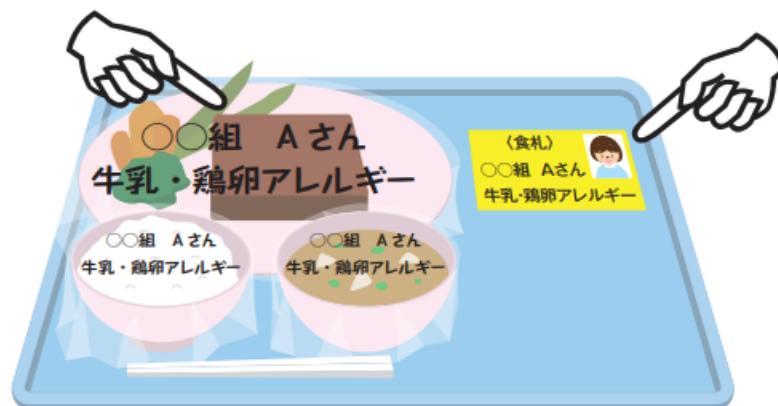
〇〇組 Aさん 牛乳と鶏卵アレルギーの食事ですね。

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



喫食時管理

➤喫食前～喫食後の食物アレルギー児の担当者を決める。

＊管理職も巻き込んだ対応を検討する。

➤食物アレルギー児が他の児の給食を食べないように管理をする。

➤おかわりに関するルールを決め、そのルールを教職員間で情報共有しておく。 ＊おかわりの実施は慎重に。

➤担任不在時の対応についても決めておく。

➤子供たちにも食物アレルギーについて教育する。

安全な食物アレルギー対応のために

- ◆ 食物アレルギー対応の体制整備
- ◆ 最新の正しい情報、ルールを組織で共有する
 - 食物アレルギー診療に関する情報
 - 食物アレルギー患者のアレルギー情報
 - 食品の原材料 など
- ◆ ダブルチェックなど必ず確認をする
 - 思い込みは厳禁！
- ◆ 万が一事故が起きてしまったとき、の対応マニュアルを作り、シミュレーションをしておく

人は間違いをおかすものであるということを常に意識

食物アレルギーをもつ方々が
安全に美味しく楽しく食生活を
送ることができるように
ご協力をどうぞよろしくお願いいたします。

ありがとうございました。

