

食べもの🐰🍷より情報

2026年
秋号
Vol. 61

食品表示の最新ルール！！ アレルギー表示の対象品目が増えました

食物アレルギーについて

食物アレルギーとは、食物を摂取した際、身体が食物に含まれるたんぱく質等（アレルゲン）を異物として認識し、自分の体を過剰に防御することで不利益な症状を起こすことをいいます。

症状は、かゆみ、じんましん、唇やまぶたの腫れ、おう吐、咳、ぜん鳴（ゼイゼイ・ヒューヒュー）、呼吸困難など多彩な症状が現れます。意識がなくなるなどの重篤な症状が現れる場合もあります。症状の程度は個人差があり、軽症から重症までさまざまです。

包装されている食品には、アレルギーなど色々な情報（食品表示）が書かれているんだよ！

へー！そうなんだー！

実は、2026年4月1日に表示のルールが改正されて、アレルギー表示の対象品目が増えたんだ！詳しく見てみよう！！

えいえいおー！

特定原材料(義務表示)9項目

この9項目が入っている場合は絶対に表示が必要なんだ！

なるほどー！



えび



かに



くるみ



小麦



そば



卵



乳



落花生
(ピーナッツ)

2026年4月1日改正

「特定原材料に準ずるもの」から格上げ！



カシューナッツ

準備中

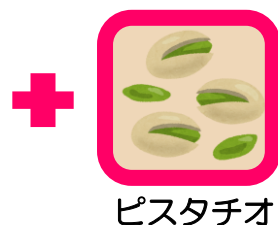
2028年3月31日までは表示切替期間です。
それまでは「カシューナッツ」を使っても、
表示されていない場合があるよ！要注意！！



特定原材料に準ずるもの(推奨表示)20項目



2026年4月1日改正



特定原材料
に格上げ！

こちらは**推奨表示**だから対応していない商品もあるよ！
「表示がない＝含まれていない」**ではない**から注意が必要だよ！

食物アレルギーのある方は、購入時に
①**食品表示を確認する**
②**必要に応じて、製造者や販売者に問い合わせる**
などして情報を確認することが大切だね！

アレルギー表示の義務がない場合

飲食店でのメニューや対面で販売されるお弁当、パンやケーキなど包装されずに販売されている食品は、表示義務がありません。利用する際には、お店の人に直接聞いて原材料を確認しましょう。

外食、中食を利用する際の注意事項については、消費者庁ホームページもご確認ください。



【消費者庁HP】



アレルギー表示対象品目は、定期的に見直しが行われているため、最新の情報を確認することが大切です！！

食中毒予防の3原則

手洗い

二次汚染防止

温度管理

すぐ食べる

十分な加熱

洗浄・消毒

食中毒原因菌等を「つけない！」「ふやさない！」「やっつける！」

■発行：町田市 ■編集：町田市保健所 生活衛生課 食品衛生係

東京都町田市の中町2-13-3 保健所中町庁舎 電話：042-722-7254（直通）FAX：042-722-3249