



分かって活用！食品表示ガイド



たくさんの食品の中から自分に合った適切な食品を選択するために、「食品表示」の見方を紹介する消費者向け情報紙です。

第4号 チェックで安心！食物アレルギー表示

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です。

食物アレルギーを持つ方が、安心して食品を選択できるように、包装された加工食品には食物アレルギー表示をすることが定められています。

表示の対象となるアレルゲン（令和8（2026）年3月31日時点）

表示の対象となるアレルゲンには、表示が義務付けされているもの（特定原材料）と表示が推奨されているもの（特定原材料に準ずるもの）の2種類があります。

★表示が義務付けされているもの（特定原材料）：9種類

えび・カシューナッツ*・かに・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生

※ 令和8年3月に追加【経過措置期間：令和10（2028）年3月31日まで】



★表示が推奨されているもの（特定原材料に準ずるもの）：20種類

アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・ピスタチオ・豚肉・マカダミアナッツ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン



表示されるアレルゲンは、定期的
に実施している調査に基づいて見
直しが行われるまる☆



食物アレルギー表示の見方

食物アレルギー表示は、原則として、原材料ごとに個別に表示されます（個別表示）が、原材料欄の最後にまとめて表示される場合（一括表示）もあります。

＜個別表示＞

名称	ロールパン
原材料名	小麦粉、くるみ、砂糖、鶏卵、植物油脂（大豆を含む）、生クリーム（乳成分を含む）、イースト、食塩／乳化剤（大豆由来）

原材料名の直後にかっこ書きで（〇〇を含む）と表示されます。

- 原材料そのものがアレルギー表示になる場合もあります。>>> くるみ
- 特定原材料等と同じものであることが理解できる場合や特定原材料等を使った食品であることが理解できる場合は省略されることがあります。>>> 鶏卵、小麦粉
- 繰り返しになる特定原材料等は省略されることがあります。>>> 乳化剤の(大豆由来)

＜一括表示＞

名称	ロールパン
原材料名	小麦粉、くるみ、砂糖、鶏卵、植物油脂、生クリーム、イースト、食塩／乳化剤、（一部に小麦・くるみ・卵・大豆・乳成分を含む）

原材料欄の最後にまとめてかっこ書きで（一部に〇〇・〇〇を含む）と表示されます。

- どの原材料にどのアレルゲンが含まれているか分からないため、詳しく知りたい時は、製造者や販売者などに問い合わせましょう。

食物アレルギー表示の義務がない場合があります

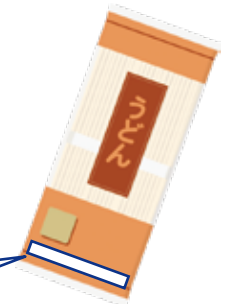
飲食店で提供されるメニューやパン屋さんなどで包装されずに販売されている場合は、食物アレルギー表示の義務がありません。お店の人に直接、確認しましょう。



意図しない混入についての注意喚起が表示されている場合があります

特定原材料等を使用していなくても、製造工程で混入してしまうおそれがある場合は、注意喚起の表示をすることが認められています。

（例）本製品の製造ラインでは、そばも製造しています



食物アレルギー表示について詳しく知りたい方はこちらで検索

消費者庁 食物アレルギー表示に関する情報

検索

ご意見・ご感想
お問合せはこちらまで

〒320-8501 栃木県宇都宮市埴田 1-1-20
栃木県保健福祉部 医薬・生活衛生課 食品安全推進班
TEL：028-623-3114
電子メール：iyakueisei@pref.tochigi.lg.jp