

教えて！森田さん



食の安全・安心情報を科学的視点で、皆さんに分かりやすくお伝えするコラムです。

食物アレルギーは、卵や牛乳など特定の食品を食べると過剰な免疫反応が起こり、身体がかゆくなる、咳が出るなどさまざまな症状を引き起こすものです。人によってはショック症状などの重い症状になることもあり、2012年には学校給食で小学生の死亡事故が起き、社会問題にもなりました。

食物アレルギーの患者数は年々増加しており、大人になって発症するケースもみられます。暮らしの中で、どのような点に気をつければ良いのでしょうか。

加工食品の表示をチェックしよう

症状のある人は、まずはアレルギー専門医のいる病院を受診して、アレルギーを引き起こす原因物質「アレルゲン」について調べてもらいましょう。

どのような食品で食物アレルギーになるのか、日本では約3年ごとに専門医による全国調査が行われています。発症件数は「鶏卵」「牛乳」「小麦」が上位3位で過半数を占め、「そば」「落花生」「えび」「かに」も重篤例が報告されています。

食物アレルギーの人がこうした食品を避けられるように、食品表示法はこれらの7品目を「特定原材料」として、加工食品の原材料欄で表示することが義務付けられています。また、他にも発症例が報告された21品目について「特定原材料に準ずるもの」として表示が推奨されています(表1)。最近、患者数が急増しているのがくるみ、カシューナッツ、アーモンドなどの「木の実類」で、特にくるみはショック症例も多く、今後、義務表示となる予定です。

食物アレルギーの方は、加工食品の原材料欄を見て、アレルゲンが含まれるかどうかを必ずチェックしましょう。生協取り扱い商品であれば分かりやすく表示しており、アレルギーに対応した食品も揃っています。もし、食事の際に「おかしいな?」と感じたら、医師に相談してアレルゲンを調べることも大切です。

今月のテーマ

食物アレルギーの危険性

表1 加工食品に表示されるアレルゲン

特定原材料(7品目)	えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生(ピーナッツ)
特定原材料に準ずるもの(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、ごま、さけ、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

テイクアウト、外食の表示は?

アレルギー表示は、容器包装された加工食品および添加物が対象となっており、包装されていないパンやサンドイッチ、対面販売の総菜や店内調理の弁当、外食などは対象外で、表示義務はありません。

このため、間違っていては直ちに違反とはなりません。表示ミスで事故につながるケースもみられますので、利用する場合は十分に確認するなど、注意が必要です。

事業者がきちんと表示し、消費者もそれをチェックすることで、食物アレルギーの事故が少しでも減ってほしいと思います。

執筆者PROFILE

消費生活コンサルタント
もりた まき
森田 満樹



消費者団体(一社)Food Communication Compass代表。消費生活コンサルタント、東京海洋大学非常勤講師。食品安全、食品表示、消費者問題などで、講演や執筆活動を行っている。国の審議会・検討会は、消費者庁・食品表示一元化検討会委員、食品添加物制度に関する検討会委員、厚生労働省・食品用器具及び容器包装の規制に関する検討会委員など。著書は『新しい食品表示がわかる本(女子栄養大学出版部)』『食品表示法ガイドブック(ぎょうせい)』など。



今月のテーマ

除菌や消毒をうたった商品 ~新型コロナウイルスに関連して~

安全・安心な暮らしを支えるために、暮らしに潜む消費者トラブルから身を守るための情報を、京都府消費生活安全センターからお届けします。



新型コロナウイルスの消毒用としてよく聞く「エタノール」と「次亜塩素酸ナトリウム」。今回は、厚生労働省や国民生活センターからの情報をもとに、この2つの成分と使い方の違いを紹介します。目的に合った商品を正しく選び、成分や使用方法などをよく確認しましょう。

手指の消毒は…エタノール

アルコール類の一種で、消毒・除菌剤などに含まれる最も一般的な成分です。消毒には70%濃度が推奨されていますが、新型コロナウイルスに対しては入手困難な場合は60%台でも使用に差し支えないとされています。濃度が高くなると引火の恐れがありますので、使用の際は火気を避け、換気しましょう。また、空間噴霧はしないでください。
※手指の消毒は、流水と石けんを使った丁寧な手洗いが有効です。その後さらにアルコール消毒をする必要はありません。

注意 「メタノール(メチルアルコール)」は名称が似ていますが、人体への毒性が非常に高いアルコールであるため、手指の消毒用には絶対に使用しないでください。

モノの消毒は…次亜塩素酸ナトリウム

家庭用の塩素系漂白剤の成分です。食器・ドアノブなどの身近な物を消毒するためには、家事用手袋を着用し、次亜塩素酸ナトリウムを水で0.05%に薄めて拭いた後、水拭きをしましょう。その際、忘れずに換気をしましょう。噴霧は絶対に行わないでください。
手指の消毒には適していません。目に入ったり、皮膚に付いたりしないよう、また、飲み込んだり、吸い込んだりしないようにしましょう。

注意 「次亜塩素酸ナトリウム」と「次亜塩素酸水」は名称が似ていますが、異なる物質ですので混同しないようにしてください。「次亜塩素酸ナトリウム」を水で薄めただけでは「次亜塩素酸水」にはなりません。また、使用方法やその効果も異なります。

消費者ホットライン(全国共通)
(お近くの消費生活センターにつながります)
い や や!
188
(局番なし)

京都府消費生活安全センター

消費生活相談 ☎075-671-0004
9:00~16:00(平日) ※年末年始休

土日祝日相談(緊急のみ) ☎075-257-9002
10:00~16:00(土日祝) ※年末年始休

京都生協 検査・点検報告 残留放射性物質の検査の詳しい内容を京都生協ホームページで公開中!

大中農友会 産直「モロヘイヤ」

産直「モロヘイヤ」を出荷する大中農友会を点検しました。滋賀県・琵琶湖の東に位置し、大中の湖を干拓して作られた広々とした農地で栽培されています。農薬使用は極力減らし、有機質肥料を主体にした施肥をされています。施設や資料・記録などで安全に生産されていることを確認しました。



▲モロヘイヤ圃場
順調に生育していました



▲大中農友会生産者の皆さん

7月度検査結果

農産物残留農薬検査	12 検体	
米の残留カドミウム検査	4 検体	
卵質検査	763検体	
鶏卵サルモネラ検査	9検体	
微生物検査	店舗調理商品	128件
	京都生協コープ商品 その他	22 件 76 件
	京都協同食品 プロダクト(株)商品	4 件
残留放射性物質検査	0 件	

京都生協の点検項目・検査基準に照らし安全に供給できることを確認しました。



京都生協ホームページでも産直商品、京都生協コープ商品の産地・工場点検の様子をお知らせしています

