

正しく知ろう！食物アレルギー

- 原因、症状（アナフィラキシー）、診断、治療
- 加工食品のアレルギー表示
- 園・学校における食物アレルギーの理解と対応

加工食品のアレルギー表示

- 2015年4月1日に「食品表示法」（消費者庁）が施行
- 食品安全衛生にかかわる「食品衛生法」（厚生労働省）、商品選択にかかわる「JAS法」（農林水産省）、健康増進にかかわる「健康増進法」（厚労省）、以上3つの法律の食品表示に関係した部分が一元化された
- 猶予期間が5年間と長いいため賞味期間を考慮すると2022年ごろまで、新表示と旧表示が混在

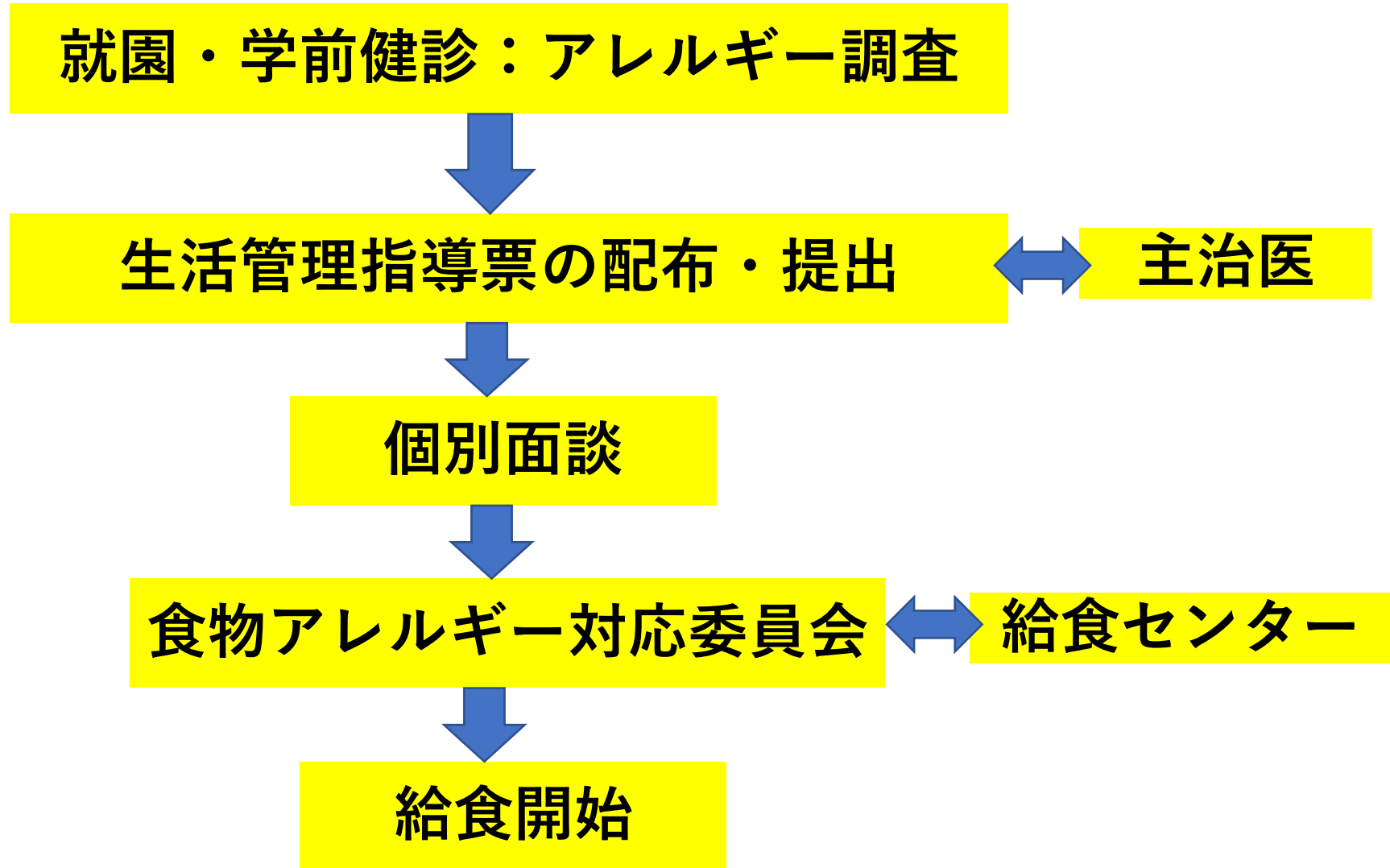
正しく知ろう！食物アレルギー

- 原因、症状（アナフィラキシー）、診断、治療
- 加工食品のアレルギー表示
- 園・学校における食物アレルギーの理解と対応

園・学校における食物アレルギーの理解と対応

- ①食物アレルギーに基礎知識を知っておく。
- ②安全な学校生活を送るために、各部署と連携し必要な情報を共有する
- ③対応が必要なケースを具体的に想定して対応する
- ④教職員の誰もが緊急時に適切に対処できるようにする。

給食開始までの流れ



裏

学校生活管理指導表（アレルギー疾患用）

名前

男・女 平成 年 月 日生（ 歳）

学校 年 組

提出日 平成 年 月 日

アナフィラキシー（あり・なし） 食物アレルギー（あり・なし）	病型・治療 A. 食物アレルギー病型（食物アレルギーありの場合のみ記載） 1. 即時型 2. 口腔アレルギー症候群 3. 食物依存性運動誘発アナフィラキシー B. アナフィラキシー病型（アナフィラキシーの既往ありの場合のみ記載） 1. 食物（原因） 2. 食物依存性運動誘発アナフィラキシー 3. 運動誘発アナフィラキシー 4. 昆虫 5. 医薬品 6. その他（ C. 原因食物・診断根拠 該当する食品の番号に○をし、かつ（ ）内に診断根拠を記載 1. 鶏卵（ ） 2. 牛乳・乳製品（ ） 3. 小麦（ ） 4. ソバ（ ） 5. ビーナッツ（ ） 6. 種実類・木の実類（ ）（ ） 7. 甲殻類（エビ・カニ）（ ） 8. 果物類（ ）（ ） 9. 魚類（ ）（ ） 10. 肉類（ ）（ ） 11. その他1（ ） 12. その他2（ ） 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（「エビペン®」） 3. その他（ ）	学校生活上の留意点 A. 給食 1. 管理不要 2. 保護者と相談し決定 B. 食物・食材を扱う授業・活動 1. 配慮不要 2. 保護者と相談し決定 C. 運動（体育・部活動等） 1. 管理不要 2. 保護者と相談し決定 D. 宿泊を伴う校外活動 1. 配慮不要 2. 食事やイベントの際に配慮が必要 E. その他の配慮・管理事項（自由記載）	★保護者 電話： ★連絡医療機関 医療機関名： 電話：
	記載日 年 月 日 医師名 医療機関名		
アレルギー性鼻炎（あり・なし）	病型・治療 A. 病型 1. 通年性アレルギー性鼻炎 2. 季節性アレルギー性鼻炎（花粉症） 主な症状の時期： 春、夏、秋、冬 B. 治療 1. 抗ヒスタミン薬・抗アレルギー薬（内服） 2. 鼻噴霧用ステロイド薬 3. その他（ ）	学校生活上の留意点 A. 屋外活動 1. 管理不要 2. 保護者と相談し決定 B. その他の配慮・管理事項（自由記載）	記載日 年 月 日 医師名 医療機関名

【診断根拠】該当するものを全てを（ ）内に記載
 ① 明らかな症状の既往
 ② 食物負荷試験陽性
 ③ IgE抗体等検査結果陽性

●学校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教職員全員で共有することに同意しますか。

- 1. 同意する
- 2. 同意しない

保護者署名： _____

財日本学校保健会作成

学校生活管理指導票の注意点（費用が発生します）

- ✓ アナフィラキシーのありなし
アナフィラキシーを過去におこしたことがある生徒は、
また起こす可能性がある
気管支喘息があるとアナフィラキシーをおこしやすい
- ✓ 緊急時備えた処方薬
エピペン
アナフィラキシーを現在もおこす
- ✓ [診断根拠]
 - ①明らかな症状の既往
 - ②食物負荷試験陽性
 - ③IgE抗体等検査結果陽性すべての食物に③だけが、記載されている場合は注

様式1

(主治医)→(保育園)

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)

提出日 年 月 日

名前 男・女 平成 年 月 日生 (歳 ヶ月) 組

1 病型・治療		2 保育所での生活上の留意点		★保護者 (電話)
アナフィラキシー (あり・なし) 食物アレルギー (あり・なし)	A 食物アレルギー病型 (食物アレルギーありの場合のみ記載) 1 食物アレルギーの関与する乳児性アトピー性皮膚炎 2 即時型 3 その他 (新生児消化器症状 ・ 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 保護者と相談し決定	【緊急連絡先】 ★連絡医療機関 (医療機関名) (電話)	
	B アナフィラキシー病型 (アナフィラキシーの既往ありの場合のみ記載) 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・ _____)	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 () に記入 ミルフィー・ニューMA-1・MA-mi・ベブダイエット エレメンタルフォーミュラ その他 (_____)		
	C 原因食物・除去根拠 該当する食品の番号に○をし、かつ < > 内に診断根拠を記載 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 * < > () 9 甲殻類 * < > () 10 軟体類・貝類 * < > () 11 魚卵 * < > () 12 魚類 * < > () 13 肉類 * < > () 14 果物類 * < > () 15 その他 * < > () *類は () の中に具体的に記載すること。	C 食物・食材を扱う活動 1 配慮不要 2 保護者と相談し決定		
	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 宿泊を伴う園外活動 1 配慮不要 2 食事やイベントの際に配慮が必要		
	E 除去食品で摂取不可能なもの 病型・治療のCで除去の際に摂取不可能なものに○ 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	除去期間および再評価の見通し 1 6ヶ月 2 12ヶ月		
	F その他、配慮・管理事項 (自由記載)	記載日 年 月 日 医師名 _____ 医療機関名 _____		

【除去根拠】該当するもの全てを < > 内に番号を記載
 ①明らかな症状の既往
 ②食物負荷試験陽性
 ③IgE抗体等検査結果陽性
 ④未摂取

幼稚園・保育園の給食管理の特徴

- ・未摂取の食品が存在する(未確定)
摂取そのもの、負荷試験施行できない
- ・アレルギー用ミルクを飲んでいる児がいる
- ・上手に食べられない
- ・指示書に記載（ほぼ使用可能な場合が多い）

卵殻カルシウム

乳糖

醤油、酢、麦茶

大豆油、醤油、味噌

アレルギー用調製粉乳

		ミルフィーHP	MA-mi	ペプディエット	ニューMA-1	エレメンタルフォーミュラ
最大分子 (MW)		3,500 以下	2,000 以下	1,500 以下	1,000 以下	—
組成	タンパク質	乳清タンパク質分解物	カゼイン分解物 乳清タンパク質分解物	カゼイン分解物	カゼイン分解物	アミノ酸混合物
	乳糖	含まない	極微量含む	含まない	含まない	含まない
	大豆油	含まない	含まない	含まない※	含まない	含まない
カルシウム (mg) / 調整 100 ml		54 (14.5%調乳)	56 (14%調乳)	56 (14%調乳)	60 (15%調乳)	64.6 (17%調乳)
味 / におい		のみやすい	←—————→			のみにくい

※但し、含有されるレシチンが大豆由来

学校生活管理指導表

学校生活上の留意点
A. 給食 1. 管理不要 2. 保護者と相談し決定
B. 食物・食材を扱う授業・活動 1. 配慮不要 2. 保護者と相談し決定
C. 運動（体育・部活動等） 1. 管理不要 2. 保護者と相談し決定
D. 宿泊を伴う校外活動 1. 配慮不要 2. 食事やイベントの際に配慮が必要
E. その他の配慮・管理事項（自由記載）

1. 管理不要

- ・学校として特別な配慮は不要。
- ・保護者からの要望による対応は行わない。

2. 保護者と相談し決定

- ・具体的な場面を想定して既往などの情報を収集する。
- ・対応はガイドライン・指導表に沿った範囲に止める。

保護者からの要望のみによる対応は行わない！

学校生活上の留意点：A 給食

■ 学校給食での対応の基本的方向



- ・ 学校給食の意義

「食の大切さ」を理解し、「食事の楽しさ」を知るための教材
食物アレルギーの児童生徒も給食を楽しめることを目指す

- ・ 食物アレルギーの児童生徒への対応

各学校、調理場の能力や環境に応じて対応する。

ポイント！

学校給食は、現場の物理的・人的体制も勘案すれば、
児童生徒・家族の要望を全て満たせないこともある。
最終的な方法・方針は学校が決定！

学校生活上の留意点：B 食物・食材を扱う授業・活動

■ 微量の摂取・接触により発症する児童生徒に対する配慮

- ・「食べる」だけでなく、
- ・「吸い込む」「触れる」ことも発症の原因となる！

想定しうる具体的な活動例

- ・牛乳パックの洗浄（エコ体験）
- ・ソバ打ち体験授業
- ・小麦粘土を使った図工授業

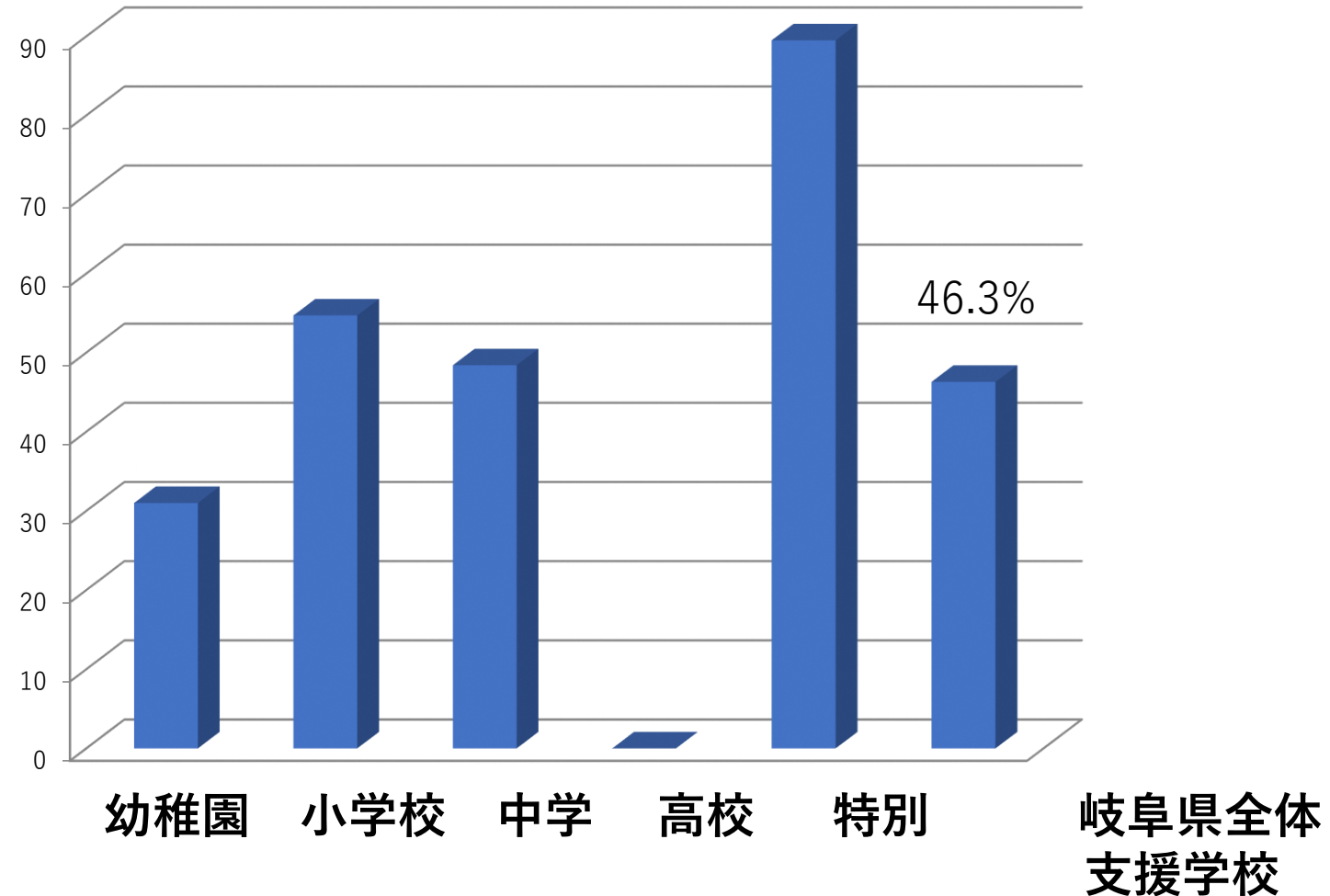
（誤って“口に入れ”たら大変！）

◎給食当番の活動 触れても大丈夫？ 湯気は大丈夫？

※児童生徒に応じたきめ細かな配慮が必要



給食後に牛乳パックを洗浄する学校の割合（％）



牛乳パックを洗浄する小学校は5割以上である。

学校生活上の留意点：C 運動（体育・部活動など）

■ 運動に関連したアレルギー

1 運動誘発アナフィラキシー

○運動そのものの制限が必要。



2 食物依存性運動誘発アナフィラキシー

○原因となる食物を摂取したら、4時間（少なくとも2時間）は運動を控える。

○運動をすることが分かっていたら、原因となる食物を摂取しないこと。



学校生活上の留意点：D 宿泊を伴う校外活動

二つの柱：食事の配慮

緊急時の受診先の確認と確保

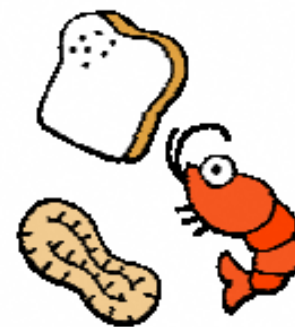
日常に比べ食物アレルギーの症状誘発が起きやすい状況にある。

■ 食事の配慮

- ・ 事前の宿泊先への依頼と提供する食事の調整
- ・ 保護者、宿泊先を交えて情報交換
- ・ 宿泊先の食物アレルギー受け入れ実績は要確認！
慣れていない場合は事故発生率が高い。

■ その他

- ・ 食が関係する体験学習には危険が一杯！
- ・ 児童生徒だけでの食事が計画されている場合
⇒ 緊急時の連絡方法を確認



おとまり保育は？

学校生活上の留意点：E その他

■ その他

学校に対して、該当児童生徒の留意点を記載してもらう欄

<記載内容例>

- 誤食によってアナフィラキシーショックをきたす可能性が高く、症状発現時にはエピペンを2本以上使用する可能性が高い場合
- 現在、自宅で食物アレルギーの治療として少量の原因食物を摂取しており（経口免疫療法）、過度の運動で症状が誘発される可能性がある場合
- ほかの児童生徒の給食にすぐ手を伸ばす可能性がある場合

園児はアナフィラキシーをおこしやすい
年齢である

学校給食での食物アレルギー対応の実際

学校給食での食物アレルギー対応は、レベルごとに、以下のように大別される。

○ レベル1：詳細な献立表対応

学校給食の原材料を詳細に記入した献立表を家庭に事前に配布し、それを基に保護者や担任などの指示もしくは児童生徒自身の判断で、学校給食から原因食品を除外しながら食べる対策。すべての対応の基本であり、レベル2以上でも詳細な献立表は提供すること。

○ レベル2：一部弁当対応

普段除去食や代替食対応をしている中で、除去が困難で、どうしても対応が困難な料理において弁当を持参させる。

○ レベル3：除去食対応

申請のあった原因食品を除いて給食を提供する。

○ レベル4：代替食対応

申請のあった原因食品を学校給食から除き、除かれることによって失われる栄養価を、別の食品を用いて補って給食を提供する。

新年度の学校給食における食物アレルギー等を有する児童生徒等への対応等について

文部科学省 事務連絡
平成25年3月22日

月	火	水	木	金
1 りんごゼリー きりぼしだいこんとツナのもの むぎごはん どさんごじる	2 かんこくのりようり ピピンバのぐ むぎごはん わかめスープ	3 カラフルポテト しろみさかなのアーモンドがらめ くろしよパン たいこんスープ	4 チンゲンサイとぶたにくのいなかまごのにはし むぎごはん なめこじる	5 かいそうサラダ いかの(あおそドレッシング) パセリあげ ソフトめん カレーソース
8 たいいくのひ 	9 ひじきのそぼろいため むぎごはん あおなのすましじる	10 めのあいごてー きのこコンテー オムレツ こめこしよパン ブルーベリージャム にんじんポタージュ	11 あおなとだいこんの(あおにこころやぶら)ごまあえ むぎごはん さいともみそじる	12 もやしのわかあえ だいがくいも むぎごはん(いたく) おやこどん
15 こんにやくのきんぴら むぎごはん たいこんのみそじる	16 ちゅうかあえ はるまき むぎごはん マーボー豆腐	17 ビーンズサラダ とりにくのハーブやき しよパン コンスープ	18 はくさいのおかあえ さんまのしおやき むぎごはん とうふとわかめのみそじる	19 しよいくのひ ココアプリン じゃがいものカレーに うどん きのこどん
22 ごぼうサラダ きつまいもとごまかなのあげがらめ むぎごはん ハヤシライス	23 いかとさいものたまたごやき あおなりのたまたごやき むぎごはん つくねときのこのみそじる	24 キャベツサラダ ハンバーグ まるパン たまごトマトスープ	25 ごもくきんぴら さけのおろしかけ むぎごはん とうにゅうのみそじる	26 ほうれんそうのおひたし れんこんのはきみあげ くりごはん まつたけふのみそじる
29 かんとくに むぎごはん はくさいのみそじる	30 キャベツのナッツあえ やきとうふのこみソース むぎごはん ぶたじる	31 まめとさいのみのサラダ(ごまドレッシング) えびフリッター しよパン ココアクリーム かほちやポタージュ	*ぎゅうにゅう *おうちからせいけつな おはしをもってください。	ぎょうしゃ はいそう業者配送  1日:りんごゼリー 19日:ココアプリン

献立と細目表から保護者が除去する食品をチェックする

麦ごはん？

★いろいろなあじになれよう★

みなさんは、どのようなあじがわかりますか？あじには「あまみ」「えんみ」「さんみ」「にがみ」「うまみ」の5つあります。ひとつには、からだによいものと、がいになるものをくべつする「みかく」という、のうりょくがそなわっています。いろいろなあじになれて、すきなものをふやしましょう。

へいせい30ねんと
かいづしのしよいくのテーマ

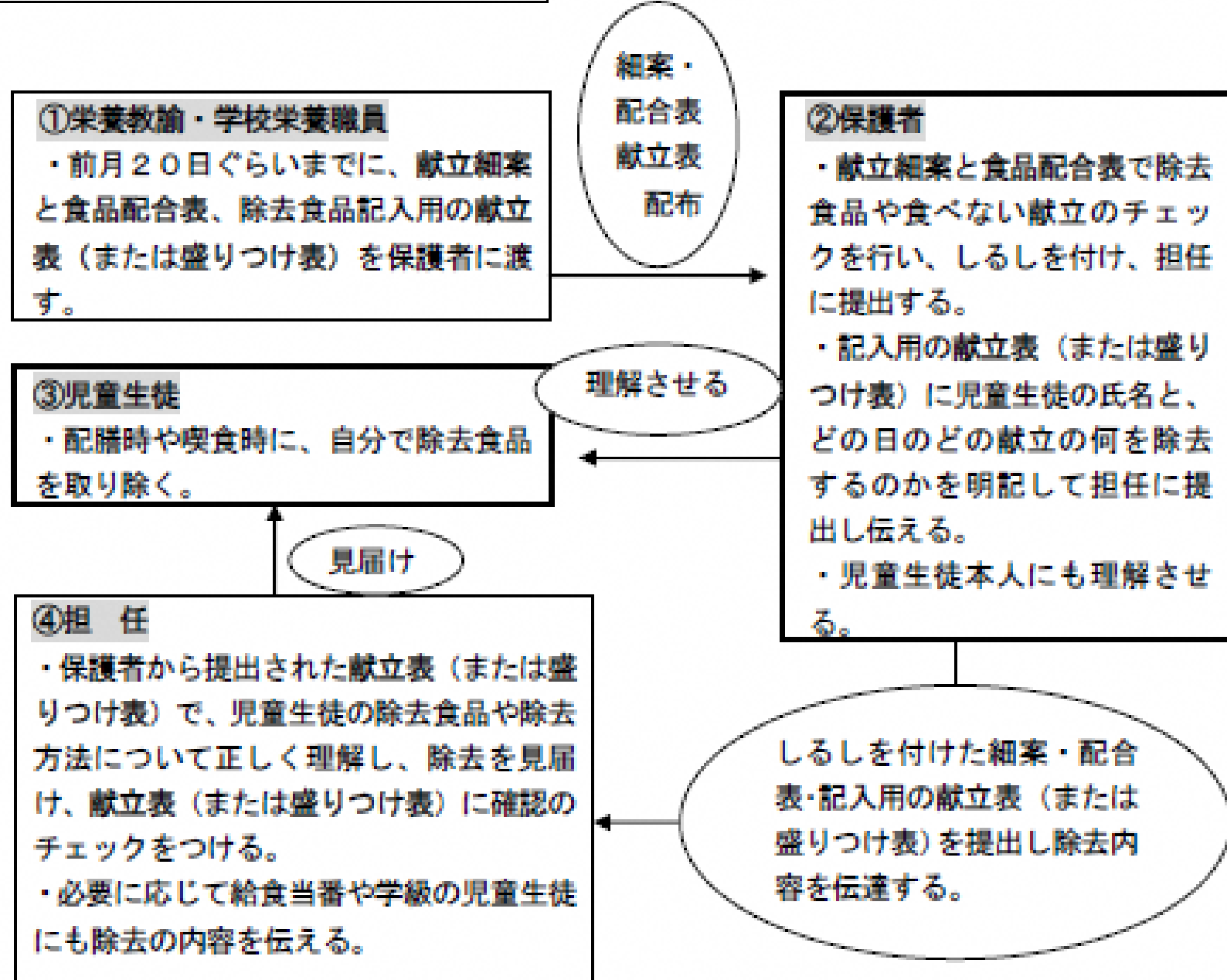
たべよう！あさごはん

あさごはんをたべると、げんきにうごくことができるよ。うんどうかいで、はやくはしたり、じょうずにダンスがおどれます。

- こんげつのしよんのたべもの
- かほちや、さつまいも、さいとも、れんこん、ごぼう、チンゲンサイ、まつたけ、しめじ、マッシュルーム
 - ★
 - さんま、さけ、さばい、いわし、さわら
 - ★
 - りんご、みかん、かき、ようなし、くり、ざんなん
 - きゅうしょくにもたくさんきせつたべものがつかわれています。さがしてみしょう！

レベル1. 詳細な献立表対応

(1) 給食時に原因食品を自分で除去



【毎月、毎日の対応例】

・職員室の見やすい場所に毎月の対応表（献立表）などを掲示しておく。毎日の食物アレルギー対応の内容が確認できるようにする。



個人別対応表

・職員室で食物アレルギーに関する情報やエビベン、弁当を一括して管理する。



個人用対応ファイル保管ロッカー
前扉に対応表を添付

・本人、保護者了解のもと、児童生徒が学級の中で互いに安心・安全に配慮し合う仲間関係づくりを進め、食物アレルギーのある児童生徒用の献立表を掲示する。



学校における食物アレルギー対応の手引き
岐阜県教育委員会より

配膳時の誤食が多い

アレルギー疾患の対応推進体制

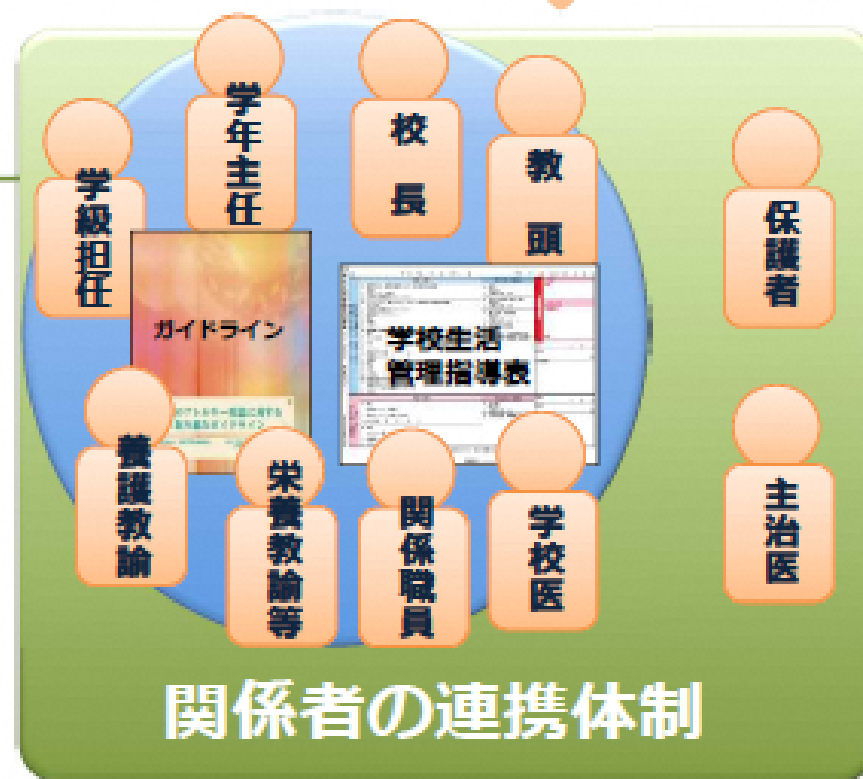
都道府県・市区町村教育委員会の役割

対応の指針
指導・支援

対応状況
報告

学校での対応

- ① アレルギー対応委員会の設置
- ② 全教職員で対応
- ③ 疾患の理解に向けての研修会・緊急時の実践的な研修の実施



学校での対応

① アレルギー対応委員会の設置

- ・ 具体的なアレルギー対応について、一定の方針を定める
- ・ 児童生徒ごとの取組プランを作成する
- ・ 症状の重い児童生徒に対する支援を重点化する

② 全教職員で対応

- ・ 特定の教職員に任せずに、組織的に対応する

③ 疾患の理解に向けての研修会・ 緊急時の実践的な研修の実施

- ・ DVD「緊急時の対応」等を活用する



アレルギー疾患対応資料（DVD）映像資料及び研修資料

平成27年3月

学校におけるアレルギー疾患対応資料映像資料（※YouTubeのページへリンク）

学校におけるアレルギー疾患対応の基本的な考え方（PDF:1494KB）

学校におけるアレルギー疾患対応の基本的な考え方（※YouTubeのページへリンク）

食物アレルギーに関する基礎知識（PDF:1506KB）

食物アレルギーに関する基礎知識（※YouTubeのページへリンク）

学校生活上の留意点（食物アレルギー・アナフィラキシー）（PDF:772KB）

学校生活上の留意点（食物アレルギー・アナフィラキシー）（※YouTubeのページへリンク）

緊急時の対応（PDF:1788KB）

緊急時の対応（※YouTubeのページへリンク）

お問合せ先

スポーツ・青少年局学校健康教育課

保健管理係

電話番号：03-5253-4111（内線2976）

症状出現時

- 抗ヒスタミン剤（ザジテン、ケトチフェン、アレグラ、アレジオン、ジルテック）
- ステロイド（プレドニン、リンデロンシロップ）
- 気管支拡張薬（メプチン吸入）
- エピネフリン自己注射（エピペン）
- 下肢を挙上する（バスタオルなどをはさむ）

エピペンの使用法



▲ 製品(エピペン® 注射液)0.15mg

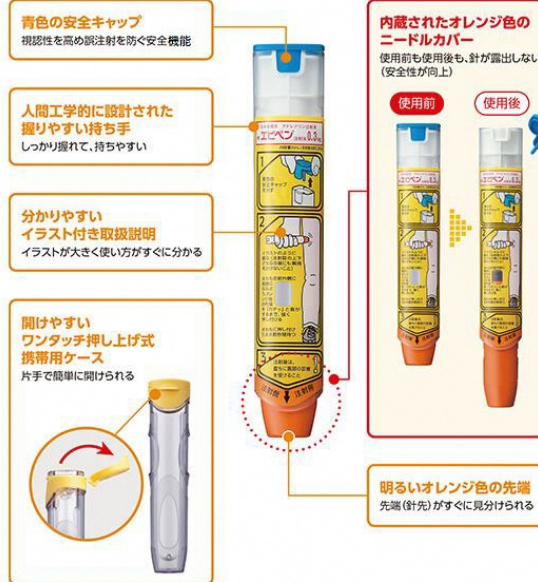


▲ 携帯用ケース



▲ 練習用エピペントレーナー

● エピペンのしくみ



学校における食物アレルギー対応の手引き

学校における 食物アレルギー対応の手引き

平成26年12月 岐阜県教育委員会

平成26年12月 岐阜県教育委員会

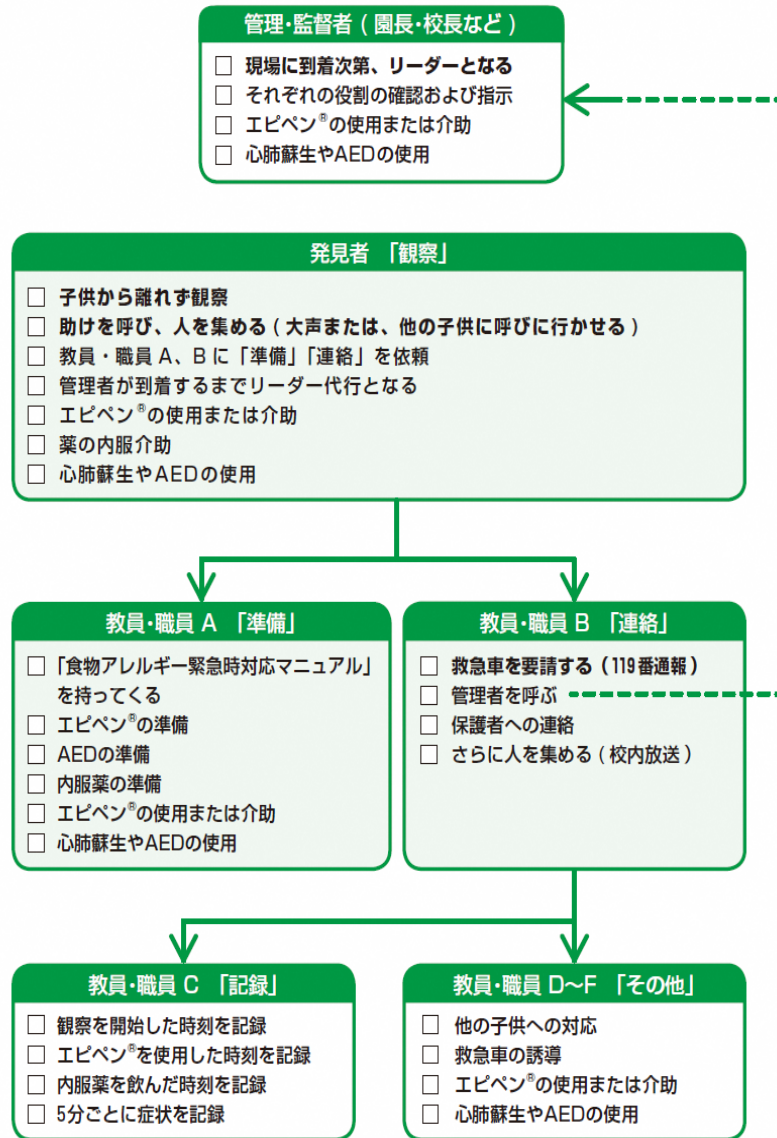
岐阜県
学校における食
物アレルギー対
応

で検索

A

施設内での役割分担

◆各々の役割分担を確認し事前にシミュレーションを行う



D

救急要請 (119番通報)のポイント

◆あわてず、ゆっくり、正確に情報を伝える



①救急であることを伝える

119番、火事ですか？
救急ですか？

救急です。

②救急車に来てほしい住所を伝える

住所はどこですか？

○区 (市町村) ○町
○丁目 ○番 ○号
○保育園
(幼稚園、学校名) です。

住所、施設名をあらかじめ記載しておく

③「いつ、だれが、どうして、現在どのような状態なのか」をわかる範囲で伝える

エピペン®の処方やエピペン®の使用の有無を伝える

どうしましたか？

5歳の園児が給食を食べたあと、呼吸が苦しいと言っています。

④通報している人の氏名と連絡先を伝える

119番通報後も連絡可能な電話番号を伝える

あなたの名前と連絡先を教えてください

私の名前は
○×□美です。
電話番号は…

※向かっている救急隊から、その後の状態確認等のため電話がかかってくることもある

・通報時に伝えた連絡先の電話は、常につながるようにしておく

・その際、救急隊が到着するまでの応急手当の方法などを必要に応じて聞く

5分ごとに症状 をチェックする

F 症状チェックシート

◆症状は急激に変化することがあるため、5分ごとに、注意深く症状を観察する

◆の症状が1つでもあてはまる場合、エビベン®を使用する

(内服薬を飲んだ後にエビベン®を使用しても問題ない)

観察を開始した時刻(時 分) 内服した時刻(時 分) エビベン®を使用した時刻(時 分)

全身の症状	<input type="checkbox"/> ぐったり <input type="checkbox"/> 意識もうろう <input type="checkbox"/> 尿や便を漏らす <input type="checkbox"/> 脈が触れにくいまたは不規則 <input type="checkbox"/> 唇や爪が青白い		
呼吸器の症状	<input type="checkbox"/> のどや胸が締め付けられる <input type="checkbox"/> 声がかすれる <input type="checkbox"/> 犬が吠えるような咳 <input type="checkbox"/> 息がしにくい <input type="checkbox"/> 持続する強い痰き込み <input type="checkbox"/> ゼーゼーする呼吸	<input type="checkbox"/> 数回の軽い咳	
消化器の症状	<input type="checkbox"/> 持続する強い(がまんできない)お腹の痛み <input type="checkbox"/> 繰り返し吐き続ける	<input type="checkbox"/> 中等度のお腹の痛み <input type="checkbox"/> 1~2回のおう吐 <input type="checkbox"/> 1~2回の下痢	<input type="checkbox"/> 軽いお腹の痛み(がまんできる) <input type="checkbox"/> 吐き気
目・口・鼻・顔面の症状	上記の症状が1つでもあてはまる場合	<input type="checkbox"/> 顔全体の腫れ <input type="checkbox"/> まぶたの腫れ	<input type="checkbox"/> 目のかゆみ、充血 <input type="checkbox"/> 口の中の違和感、唇の腫れ <input type="checkbox"/> くしゃみ、鼻水、鼻づまり
皮膚の症状		<input type="checkbox"/> 強いかゆみ <input type="checkbox"/> 全身に広がるじんま疹 <input type="checkbox"/> 全身が真っ赤	<input type="checkbox"/> 軽度のかゆみ <input type="checkbox"/> 数箇所のじんま疹 <input type="checkbox"/> 部分的な赤み
		1つでもあてはまる場合	1つでもあてはまる場合

- ①ただちにエビベン®を使用する
- ②救急車を要請する(119番通報)
- ③その場で安静を保つ(立たせたり、歩かせたりしない)
- ④その場で救急車を待つ
- ⑤可能なら内服薬を飲ませる

B 緊急性の判断と対応 B-2参照

ただちに救急車で医療機関へ搬送

- ①内服薬を飲ませ、エビベン®を準備する
- ②速やかに医療機関を受診する(救急車の要請も考慮)
- ③医療機関に到着するまで、5分ごとに症状の変化を観察し、の症状が1つでもあてはまる場合、エビベン®を使用する

速やかに医療機関を受診

- ①内服薬を飲ませる
- ②少なくとも1時間は5分ごとに症状の変化を観察し、症状の改善がみられない場合は医療機関を受診する

安静にし、注意深く経過観察

まとめ 1

- アレルギー反応は 「抗原-IgE抗体-肥満細胞」 が基本の病態である
- 血液検査はあくまでも参考、負荷試験が重要
- アナフィラキシーはすぐに対応が必要
- 食物アレルギーの治療は、必要最低限の除去食療法が基本である
- 食べられる範囲を見極めて食べる

まとめ 2

- ・ 食品表示について理解する
- ・ 食物アレルギーに対しては、生活管理指導票に基づいた個々の児童に対するきめの細かい対応を行う
(園/学校全体で対応する)
- ・ アナフィラキシー症状が誘発された場合は、役割分担を行い、チームとして対応する
- ・ エピペンの適応を十分に理解する