

くるみ

アレルギー表示義務化



令和5年（2023年）3月9日、「くるみ」が特定原材料（アレルゲンとして必ず表示される品目）になりました。

特定原材料等 (28品目)	特定原材料 必ず表示される（義務）品目。 くるみが増えて7品目から 8品目 に。	卵 乳 小麦 そば くるみ
	特定原材料に準ずるもの 表示が勧められている（推奨）品目。 くるみが減って21品目から 20品目 に。	えび かに 落花生 カシューナッツ 大豆 アーモンド いか ごま いくら やまいも りんご パナナ もも キウイフルーツ オレンジ あわび まつたけ さけ さば ゼラチン くるみ

ここが変わる！「原材料名」欄

袋やパックなどに包装された加工食品には、消費者が食品の内容を正しく理解できるように、賞味（消費）期限や保存方法等が表示されています。「**原材料名**」は、その加工食品に含まれる原材料すべてが重量順に書かれている欄のことで、原材料に「くるみ」を含む場合、アレルゲンとしてこの欄に必ず表示されることになります。

■ 表示例（くるみを含む焼き菓子）

名称	焼き菓子
原材料名	小麦粉（国内製造）、バター、砂糖、牛乳、くるみ、食塩／膨張剤、香料 （一部に小麦・乳成分・ くるみ を含む）
内容量	10枚
賞味期限	2023.05.16
保存方法	直射日光・高温多湿を避けて保存
製造者	株式会社●●● 埼玉県さいたま市○○○○

なぜ義務化されたの？

近年くるみアレルギーの症例数が増加しているためです。

注意点は？

令和7年（2025年）3月31日までは、事業者が表示を変えるための準備期間となっています。そのため、当面は販売されている商品に**旧表示と新表示が混在**することになりますので、アレルギーの方は注意が必要です。

くるみは食べないほうがいいの？

アレルギーではない方が極端に避ける必要はありません。

■ くるみに限らず、特定の食品を食べたあとに体調の異変を感じる場合は、自己判断せずに医療機関を受診しましょう。



※画像はイメージです