



続きはこちらからどうぞ↓↓↓

宮城・岩手内陸地震発生からまもなく2ヶ月になろうとしています。最も被害の大きかった被災地・くりこま耕英地区の皆さん（栗駒・花山・一迫の3カ所の仮設住宅）は未だに、もとの生活に戻れていません。

こうした中で、ボランティア団体の皆さんの粘り強い取り組みが続けられています。この活動の新たな拠点づくりがすすんでいるとのこと。今回は、この取り組みをいつものように「震つな」のMLから引用し、ご紹介します。

サロンではさまざまな食材を募集しています。

読者の皆様からも、ご支援いただければありがたいです。

（サロンにご連絡の上、ご相談ください・事務局）

-----  
みなさま

ハートネットふくしまの中村です。

とちぎボランティアネットワークとハートネットふくしまで進めておりました、宮城県栗原市栗駒、耕英地区支援のための拠点整備が順調に進み、おかげさまで8月17日（日）より活動をスタートすることになりました。

活動を開始するにあたり、耕英地区のみなさんや地元の方々にも私たちの活動を知っていただくために、前栗駒町長様、栗駒総合支所や社会福祉協議会栗駒支所の担当者の方々もお招きして、下記の日程で拠点の「お披露目会」を開催いたします。

活動を開始するといっても、ここで私たちが何か大きな活動をするわけではなく、まずは、この場所を「涼しくて、のんびりできる場所」として提供したいと考えています。

クーラーを効かせた広間で、お茶を飲みながら「水戸黄門」でも……。また、毎週1回「カレーの日」をつくり、毎日忙しいお母さん方が、週1回は夕食を作らなくてもいい日。そして、ここに来れば仮設住宅以外で生活している耕英地区の方とも会える日にしたいと考えています。この拠点は最大で約100名が収容できる広さがあります。耕英地区の集会や復興の会の集会などに気軽に使っていただきたいと思います。

「お披露目会」日程

日 時	2008年8月17日（日）午後6時30分
場 所	「くりこま応援の会」 宮城県栗原市栗駒岩ヶ崎八日町33-1（とら吉跡）
電 話	0228-45-2910 （8月11日に工事予定ですが17日から使用可）

※「お披露目会」当日の差し入れ大歓迎です！

※大募集！！

①カレーの食材大募集！！

第1回目の「カレーの日」は「お披露目会」に開催しますが、  
2回目以降の食材を募集しています。

お米、じゃがいも、人参、玉ねぎ、肉、カレールーなど・・・

②「全国各地の銘菓」送っていただけませんか？

新潟県中越地震で長岡市に開設しました「KOBE から応援  
する会」に全国の皆さんから「コーヒーと一緒にどうぞ・・・」と  
送っていただきました各地の銘菓が大好評でした。

栗駒にも送っていただけませんか？

「くりこま応援の会」構成団体

NPO 法人栃木ボランティアネットワーク

NPO 法人ハートネットふくしま

お問い合わせ NPO 法人ハートネットふくしま  
電話 024-991-1701 (担当 中村)

-----  
2. アレルギー大学講師の声 『森谷尚子先生』  
-----

アレルギー大学に初参加して

国立病院機構 三重病院  
主任栄養士 森谷 尚子

今年初めて三重でアレルギー大学の調理実習講師として参加させていただきました。そこで食物アレルギーに対しての生のお話を聞いたことは、とても有意義な時間でしたとともに、この機会を与えていただいたことに感謝します。

続きはこちらからどうぞ↓↓↓

アレルギー大学に初参加して

国立病院機構 三重病院  
主任栄養士 森谷 尚子

今年初めて三重でアレルギー大学の調理実習講師として参加させていただきました。そこで食物アレルギーに対しての生のお話を聞いたことは、とても有意義な時間でしたとともに、この機会を与えていただいたことに感謝します。

日ごろ病院では、栄養指導とともに月1回の調理実習をかれこれ5年ほど行っています。また地域の保育所・幼稚園・学校の先生・調理員さまともお話をさせていただく機会もあり、私の中で、臨床の日々進歩していく現実についていけているかの不安の中、今回のアレルギー大学は臨床の再チェックとともに、栄養学・調理の再認識をする機会となりました。

アレルギー疾患は様々な要因により引き起こりますが、私達栄養士が関わる栄養指導も統一されていないのが現状でもあります。これは個々の患者さまで原因・症状に幅があるためと思っています。その中でこのアレルギー大学に参加される方は、アレルギーをお持ちの方だけではなく、そのご家族・行政関係・学校保育

所勤務者・病院勤務者など様々な立場のかたの日ごろの不安や悩みをお聞きすることができ、調理技術の大切さ・栄養学の大切さ・診断の大切さなどを改めて感じました。今後も私自身の研鑽を重ね皆さんと友に美味しい・安全なアレルギー食を食べられるようにとともに、このアレルギー大学はそれを学ぶ点でとても良い学習場所で、皆さんにもっと多く参加していただけると良いのにとっております。

---

### 3. 東海アレルギー連絡会総会 報告

---

7月13日（日）に愛知県勤労会館つまいプラザで平成20年度の東海アレルギー連絡会総会が行われました。

今年は愛知保険医協会・歯科医師；大藪憲治先生に「より良く食べるはより良く生きる」、そしてアレルギー支援ネットワーク理事であり、名古屋市生活衛生センター職員；栗木成治さんに「ダニ、カビ、ペットのアレルギーについて」と題し、お話していただきました。

続きはこちらからどうぞ↓↓↓

7月13日（日）に愛知県勤労会館つまいプラザで平成20年度の東海アレルギー連絡会総会が行われました。

今年は愛知保険医協会・歯科医師；大藪憲治先生に「より良く食べるはより良く生きる」、そしてアレルギー支援ネットワーク理事であり、名古屋市生活衛生センター職員；栗木成治さんに「ダニ、カビ、ペットのアレルギーについて」と題し、お話していただきました。

「より良く食べるはより良く生きる」

最近、食べる事に対する安心、安全にはじまり、食べる事を通じて健康を回復、保持、増進しようということへの関心がとても高まっています。「医食同源」（中国では薬食同源）の言葉もあるように、「より良く食べる」ことが「より良く生きる」ことに深く関係し、とても大切だということが見直されています。そこでまず初めにアレルギーの子供にも役に立つ3つのポイントを挙げます。

#### ① よく噛んで食べる

1口30回が理想です。唾液の分泌によりアレルギーの症状改善につながります。次から次へと食べないこと。箸置きは噛む間に置くために使いましょう。

#### ② お腹を冷やさない

冷たい飲み物を摂り過ぎると消化機能の働きが悪くなり、口内炎ができるなど体調不良の原因になります。

#### ③ 鼻で呼吸する

口で呼吸すると喉を痛め、風邪にかかりやすくなります。

(唾液について)

口腔には耳下腺、顎下腺、舌下腺の三つの大きな唾液腺があります。唾液に含まれる酵素は、老化防止ホルモンを含み、発がん物質を減らす作用があります。また食べ物を滑らかにし、口の中をきれいに保ち、虫歯や歯周病を防いでくれます。高齢者の中には薬の副作用が唾液を出にくくする原因のひとつになっています。中には唾液が出るように飴を舐めつづけたために、虫歯になりやすくなってしまい、キシリトール 100%ガムに切り替えたという事例がありました。

唾液は噛めば噛むほど自然に出てくるものですが、柔らかいものをお茶などで流し込むように食べていると機能が衰えてしまい、唾液が出にくくなります。常に使っていてこそ本来の機能を発揮するということです。

咀嚼の 8 大効果「ひみこの歯がいーぜ」 日本咀嚼学会

ひ；肥満防止

よく噛めば満腹中枢が働き、食べ過ぎを避けることができます。

み；味覚の発達

薄味のものでも、よく噛むことで食材そのものの味を引き出し、味わうことができます。

こ；言葉の発音がはっきり

よく噛むことで口の周りの筋肉をしっかりと使うことができ、スマイル美人にも。

の；脳の発達

顎を動かす運動は脳に酵素と栄養を送り活性化させます。

子どもの知育にも痴呆の予防にも役立ちます。

は；歯の病気を防ぐ

たくさん噛めば唾液もたくさん出てきます。

唾液は口の中をきれいにし、虫歯や歯周病を防いでくれます。

が；がんを防ぐ

唾液に含まれる酵素は、発がん物質の発がん作用を消す働きを持つと言われています。

い；胃腸の働きを促進する

しっかり噛むことで消化を助ける消化酵素がたくさん出てきます。

ぜ；全身の体力向上と全力投球

力を入れるときは自然と歯を食いしばっているもの。よく噛み、丈夫な歯・顎をつくることで元気いっぱい力を出せるのです。

参加者からの質問

- ・ 歯の噛み合わせについて

遺伝的な要因と口呼吸、指しゃぶり、寝相（枕）などの環境要因があります。

鼻で呼吸している時、舌は上顎にくっつき上顎を広げています。口で呼吸していると舌が下にあり、上顎の成長を遅らせることとなります。

- ・ フッ素について

歯の結晶を硬くします。半年に1回の塗布や洗口が効果的です。特に6歳臼歯の生えた頃は結晶がもろく、虫歯になりやすいのですが、4, 5年すると唾液中のカルシウムやフッ素の塗布、洗口などにより成熟します。フッ素は健康上の害はないとのこと。

### 「ダニ、カビ、ペットのアレルギーについて」

「ダニを飼っていると実はかわいくて・・・」と、栗木さんのダニへの愛情を感じる一言からお話が始まりました。まずはダニとは何者かを知ることです。ダニは重要な生態系の仲間であり、身近なところでは、チーズをおいしくするチーズコダニ、土壌改良の役割を担うサカモリコナダニがいます。人間や犬に悪さをするのはごく少数。その中でもツツガムシは「つつがない」（ツツガムシの害から免れている意からいつもと変わらない無事な様子）の言葉にもなるほど実はなじみのあるダニです。秋口から春に山菜を取りに行き、何かに刺され痛痒く、38～40度の熱が出たときは必ず医師に状況を伝えること。刺されが原因であることを診断できる医師はいないそうです。カイセンダニは健康なときは感染しないのですが、体調が優れないお年寄りに感染し（日和見感染）、皮膚にトンネルを作って入り込みます。

小中学校での喘息、アトピー、アレルギー性鼻炎の実態調査によると、特に喘息は平成7年から増加傾向にあります。アトピー性皮膚炎の原因、悪化因子としては、2歳未満では食物によるものですが、年齢が上がるにつれて、環境因子やストレスなどの原因に変わってきます。ではアレルギー反応が起こらないよう環境因子を取り除くにはどうすればよいか。まず数値に基づき目標を設定します。

- ・ ダニの数をゼロにすることを目標にしない。
- ・ 喘息の場合は発作が出ないことを目標にする。  
1㎡あたり 100 匹以下      アレルゲン量 10μg/g 以下にする（WHO）
- ・ アトピー性皮膚炎の場合は悪化しないことを目標にする  
1㎡あたりの塵量 20mg、ダニ数を 20 匹以下にする（名古屋市生活衛生センター）

そして目標を達成させるためにダニの生態を知り、具体的な対策を立てます。

- ・ ヒョウヒダニ類；発育が遅く産卵数が少ないため、増殖率は低い。よって掃除の効果が大きい。
  - \* コナヒョウヒダニの場合、ライフサイクルは約1ヶ月。2週間に1回しっかり掃除すると増殖が防げる。
- ・ 殺虫剤は殆ど効かないが、熱に弱く 60℃で容易に死ぬ。
- ・ 水に溶けやすいアレルゲンなので洗い流せる。

- ・ 乾燥に対して極めて強く、湿度 5 %でも 10 日間は生存可能なので、湿度調節ではコントロールできない。

#### [ダニ対策の基本]

ダニの密度、アレルゲンの濃厚なところを除去し、掃除によってダニを低レベルにコントロールする。

- \* アレルゲンの濃厚なところ＝じゅうたん、敷きパット、ペットマット、毛布、布製のソファ

#### [基本となる掃除]

- ・ 1 週間に 1 回、丁寧な掃除を実施する。
- ・ 1 m<sup>2</sup>あたり 30 秒の時間をかける。(6 畳の床で約 5 分間)
  - \* 拭き掃除(濡れ雑巾)は逆効果で、真夏だけにする。掃除機で吸うのが一番。
- ・ 寝具類は布団の丸洗いが有効。但し自宅ではなく、業者を選ぶこと。
  - \* 水洗いで、高熱(80℃)乾燥処理を必ず行うことを確認する。熱処理をしないとダニは爆発的に増えるので注意。
- ・ 高密度シーツを使用する。
  - \* 針穴対策してあるアレルギー支援ネットワークのオリジナル製品がお薦め。

#### [掃除機の選び方と使い方]

仕事量は 450～500W で、HEPA フィルターのものを選ぶ。弱より強にし、仕事量が落ちないように紙パックは 1～2 ヶ月で交換する。

#### [乾燥とアレルギーについて]

ヒートアイランドの影響や住宅の高気密断熱化により、室内も温暖になっている。湿度を比べると乾燥化が進んでいる。(過乾燥)過乾燥によりアレルギーの症状も悪化するため、対策が必要。

- ・ 室内では湿度計を置き、加湿する。(湿度 50%)
- ・ 結露対策として 1 時間おきに換気する。
  - \* ペアガラスは 24 時間換気の取り付けとセットになっている。ペアガラスにしろなくても空気が流れるように 2 ヶ所換気することで結露が防げる。
- ・ 冬などの乾燥期は積極的に保湿剤を活用する。

#### [ペットアレルゲンについて]

フローリングの場合、床面のアレルゲンが少なくても浮遊する量がダニアレルゲンと比較しても際立って多い。じゅうたんの方が舞い方が少ないが、ダニコントロールについてが今後の研究課題になっている。

#### [ベッドについて]

ベットマットはじゅうたんよりもダニの温床になっている。2 年以上使用したものは人にあげるのが一番。ウレタンは気泡の中にダニが入り、どんどん増える。ウォーターベッドはカビとダニの両方の点で良くない。またベッドと同室ではいくら子供の布団に防ダニ対策を施しても効果がないので注意。

寝具に対する相談はアレルギー支援ネットにしてみてください。

以上  
みちの会 村瀬とも子

---

#### 4. 賛助会員からのメッセージ 『有限会社 みんなの食品』

---

はじめまして。これから賛助会員としてお世話になります「有限会社みんなの食品」です。

続きはこちらからどうぞ↓↓↓

はじめまして。これから賛助会員としてお世話になります「有限会社みんなの食品」です。

当社は現在、厚生労働省が指定するアレルギー食品 25 品目を使用しないレトルトカレー「みんなでごはん やさいカレー」を開発・販売しご好評を頂戴しております。

弊社の理念として、食物アレルギーでお困りの方々だけではなく、家族全員が揃って同じ食べ物が食べられるように、との願いから食品（食べ物）を考えてまいりました。また、本来の食べ物とは何か？を考え、食べ物がからだをつくり、心をつくる、という理念と思想の基に、今後順次、商品を開発してゆく所存です。

弊社の親会社でもある札幌市・千野米穀店では平成 8 年より、北海道では多くのアレルギー患者さんに利用されている北海道米品種「ゆきひかり」のお米アレルギーに関する研究と臨床試験に共同研究者として参画し、多くのアレルギー患者さんに接してまいりました。「ゆきひかり」は家族全員が同じ食卓で同じご飯が食べられるように、との願いで販売されているお米です。

私どもが目指すのは食べ物を通じた「思いやりのある社会の実現」です。コンビニ、スーパーさんなどの努力で、いつでも、どこでも、手軽に食べられる、が実現しましたが、それと引き換えに「孤食化」も手に入れてしまいました。ひとりで食べるのがどれほど寂しいことか！

せめて、同じ屋根の下に棲む家族がお互いに少しずつ思いやることで、みんな揃って「いただきます」と手を合わせる事ができれば、これ以上の幸せはないと思っています。

「みんなでごはん やさいカレー」はそういう食べ物です。甘口しかありませんが、まずは子どもが喜んで食べてくれる「お母さんのカレー」を目指しました。しかし、決してお子様だけに照準を合わせた味ではありません。食べていただくとわかります。研究された調理技術できちんと野菜の甘さを引き出し、お父さん、お母さんも満足して食べていただける味に仕上げてあります。最近、お孫

さんと一緒に食べる、と年配の方々からも支持を得ております。

どうしても辛さが欲しい方は市販の香辛料(タバスコなど)をお使いください。

私どもは「みんなで」をキーワードに、理念に基づいた商品の開発、販売を行ってまいります。必ず社会に役立つ企業を実現してまいりますので、これからもご指導ご鞭撻のほど、よろしくお願い申し上げます。

皆様からのアイデアやご希望もお受けいたします。お気軽にご意見をお寄せください。

弊社ホームページはこちらから

<http://www.minnafoods.com>

(現在鋭意作成中です。もうしばらくお待ちください)

---

## 5. 事務局の窓辺から 『中西里映子』

---

8/10(日) 千葉県のみつ張にて、「第 15 回アレルギーの会全国交流会」が開催されました。(ポスター添付)

全国 40 を超えるアレルギーの子を持つ親の会などの団体が、全国連絡会 <http://www.allezen.net/> を組織し、年に一回の交流会の開催と、年 4 回の会報の発行を主な活動としています。

続きはこちらからどうぞ↓↓↓

8/10(日) 千葉県のみつ張にて、「第 15 回アレルギーの会全国交流会」が開催されました。(ポスター添付)

全国 40 を超えるアレルギーの子を持つ親の会などの団体が、全国連絡会 <http://www.allezen.net/> を組織し、年に一回の交流会の開催と、年 4 回の会報の発行を主な活動としています。

交流会は、第一回が宇都宮で開催されて以来、北は仙台から南は沖縄まで、毎年、各地の親の会が開催地実行委員として交流会の準備をされ、それぞれの地域でできる範囲の企画内容で開催を続けてきました。

今年は、千葉県のアレルギー児を持つ親の会「サークル`どんぐり`」が、独立行政福祉医療機構の助成金をいただき、～来て、見て、学ぼう！ みんなで考えよう！ をテーマに「アレルギー講演会」を開催、合わせて全国連絡会の年次総会も開催されました。

第一部は、千葉大学小児病態学准教授 下条直樹先生を講師に「アレルギーの最新情報:食物アレルギーを中心に」の講演会と、名古屋市の「スギヤマ調剤薬局」のアレルギー食品課課長、薬剤師の田中貴子先生を講師に「正しく知ろう、アトピーの薬とスキンケア」の講演会が行われ、千葉県内外の 260 名もの方が参加され、最新の医学情報を得ることができました。

また、第二部は、お二人の講師の先生と、サークルどんぐり、船橋二和病院ぽぷらの会など、アレルギー疾患を持つ患者の親も交えて、「アレルギーと上手に付き合うために」というパネルディスカッションが行われました。それぞれの立場から、活発に意見交換、ディスカッションが行われ、会場のお母さんからは、自分の気持ちを代弁してくれて嬉しかったという感想がたくさん寄せられました。

アレルギー対応商品を製造・販売されている企業の展示・販売コーナーも同時開催され、約 20 社の企業の皆さんが、熱心に商品の説明をされ、親子で試食をしたり試供品をいただいたり、お祭りの屋台を巡るように楽しく時間を過ごされていたのがとても印象的でした。アレルギー支援ネットワークも出展をさせていただき、「アレルギー大学」や「アレルギー対応給食」(書籍)、「アレルギーっ子の防災救援ネットワー

クシステム」の紹介、オリジナル高密度防ダニシートをはじめとする寝具やスキンケア商品の展示・販売などをおこない、たくさんのお客さまが立ち寄ってくださいました。

夕方からは、卵・乳・小麦・そば・落花生・大豆除去の、お楽しみ夕食会。全国から17団体 135名の方が参加され、ご馳走に舌つつみをうちました。

前菜・スープ・主菜・副菜・パスタ・ピザ・デザートなど 22品のバイキング・・・目を輝かせてお皿いっぱいにごちそうを盛る子どもたちの嬉しそうな笑顔を拝見すると、自分の子どもが小さかった頃の笑顔と重なり、この笑顔があるからこそお母さんは頑張れると、少し前の自分を思い出しておりました。

日頃は自分の住む市町での活動が中心になりますが、年に一度、全国の会の方と交流をし、生の声を伺うことにより視野が広がります。それぞれの地域の特性に触れ、驚いたり憤ったり納得したり・・・今後の活動のヒントをいただいたり、時には前を向いて歩いていく元気をいただいたりします。来年は京都での開催がきました。みなさんも是非ご一緒に参加されませんか？

事務局 中西里映子

---

## 6. ニュース・エトセトラ

---

①8/5に賛助会員・スギヤマ調剤薬局から「お米安心食品」の倒産連絡がありました。その後、全国連絡会のMLでもmsn.産経ニュースに掲載がありますので、既にご存知の皆さんも多いかとは思いますが、詳しくは下記のURLをごらんください。

<http://sankei.jp.msn.com/region/kanto/saitama/080805/stm0808050309002-n1.htm>

②アレルギーの会全国交流会が8月10日（日）千葉・東京ベイ幕張で開催され

ました（詳しくは別報）。

その際、仙台・あっぷるんるんクラブの参加の方から同会・三田直さん（代表・三田久美さんの夫）が8月9日ご逝去されたとの知らせを受けました。三田直さんとは古くから私どもとアレルギーの会全国連絡会の存続・発展のために奮闘されてきた方です。

全国交流会の総会終了後、出席されていた皆さんに、三田直さんからの「最後のお別れの言葉」も届けられたそうです。『アレルギーの会全国連絡会は全国のアレルギーの会にとって大切な全国組織です。引き続きその発展を祈ります』と。まだまだ、これから一緒に取り組む課題が多かっただけに残念でなりません。

ご本人・ご家族の方の意志で限られた方だけの密葬ということでしたので、あっぷるんるんクラブ代表三田久美さんへはアレルギー支援ネットワークより弔電をださせていただきました。

三田直さんのご冥福を心よりお祈り申し上げます。合掌

---

## 7. ホームページのお知らせから

---

### A) 食物アレルギーひやりはっと事例集

<http://www.alle-net.com/taisaku/indexn.html>

皆さんは、アレルギーを誤食したことは、これまでにありませんか。そのときのお話を、募集します。是非お寄せください。事務局 園木(sonoki@alle-net.com)

### B) 第3期アレルギー大学「調理実習献立一覧」

<http://www.alle-net.com/blog/event/2008%20alle-dai%20tyouri-kondate%202008.03.12.pdf>

### C) 最新版アレルギー大学日程のお知らせ

### D) 「ぜん息」症状のある方へ モニター調査にご協力ください

[http://www.alle-net.com/blog/event/2007/11/post\\_17.html](http://www.alle-net.com/blog/event/2007/11/post_17.html)

### E) 「防災・救援ネットワークシステム」への登録のお願い

[http://www.alle-net.com/blog/event/2007/11/post\\_18.html](http://www.alle-net.com/blog/event/2007/11/post_18.html)

---

## 8. ボランティア・スタッフ募集

---

ボランティア・スタッフを募集します

《アレルギー支援ネットワークでは、ボランティア・スタッフを募集しています》

- ・パソコン(ワード、エクセル、アクセス、お絵かきなど)が得意な方
- ・イラストなどを描くのが得意な方
- ・何でもやってみたいなという方
- ・イベント、フェアなどを手伝ってくださる方

まずは、ご連絡ください。お待ちしております。

詳しいことは、事務局までお問い合わせください。

【問い合わせ】NPO 法人アレルギー支援ネットワーク 事務局（担当：中西）

FAX : 0564-55-5702      e-mail : info@alle-net.com

---

## 9. アレルギー支援ネットワーク一般会員募集します

---

《アレルギー支援ネットワークでは、一般会員を募集しています》

詳しくは、<http://www.alle-net.com/>

「支援ネットについて」の「会員の特典・入会書」をお読みください。

【問い合わせ】NPO 法人アレルギー支援ネットワーク 事務局（担当：中西）

FAX : 0564-55-5702      e-mail : nakanishi@alle-net.com

---

★皆さんのお近くで、アレルギーに関心、興味をお持ちの方、アレルギーでお悩みの方がいらっしゃるようでしたら、「アレルギー支援ネットワーク・メールマガジン無料登録」をご紹介ください。

★メールアドレスの変更や、このメールマガジンに関するお問合せは、asn-mailmagazin@alle-net.com（担当：園木）までお願いします。また、今後、アレルギー支援ネットワークのメールマガジンを希望されない方は、お手数ですが、件名に「配信停止希望」と書いてメールをお送りください。（メールマガジン配信準備の都合上、配信停止手続きと行き違いでお届けする場合がございますが、ご了承ください。）

★このメールマガジンのメールアドレスには、返信はできません。ご注意ください。

★メルマガの転載について

無断転載・転送を禁じます。アレルギーの会などが活動で使用する場合は、事務局担当(園木)sonoki@alle-net.com までお尋ねください。

---

★会員のみなさまからのご要望、お便り、アレルギーについての疑問などお寄せください。

---

NPO 法人アレルギー支援ネットワーク

◇事務局◇ 444-0802 愛知県岡崎市美合町三ノ久保 13-3, 103

▽TEL/FAX : 0564-55-5702      ▽E-mail : info@alle-net.com

☆◆-----◆☆