



◆ アレルギー支援ネットワーク 通信 ◆



NO. 63

2012.3.1

※等幅フォントでご覧いただくと最適に表示されます。

3月になりました。

寒さも和らぎ始め、暖かい春がもう目の前です。

花粉症をお持ちの方は辛い季節の到来です。しっかりと対策をしましょう。

そして、今月アレルギー支援ネットワークの事務所は移転いたします。詳しくは、メルマガ本文をご覧ください。

==== も く じ =====

- 1、「気管支喘息とアレルギー性鼻炎・副鼻腔炎」第三回 てらだアレルギーこどもクリニック院長 寺田明彦
 - 2、東日本大震災に対する支援活動のご報告（1月） 東北事務局 千葉奈保美
 - 3、防災コラム 第六回 防災士 松本洋美
 - 4、アレルギーっ子のおいしいレシピ 近藤由美
 - 5、「肌に優しいシャンプーの選び方」最終回 有限会社あんだんて 有田浩三
 - 6、「主婦大生ミラクル☆リカのアレルギーっ子育児奮闘記」寺倉里架
 - 7、「おやじの小耳に挟んだ話題から」第七回 東海アレルギー連絡会事務局長 足代智志
 - 8、2月11・12日アレルギーっ子フェア開催報告
 - 9、第7期アレルギー大学のご案内
 - 10、「知っておきたい！アレルギーっ子の防災」講座のご案内
 - 11、3月度「アレルギー児の親の交流会」開催のお知らせ
 - 12、アレルギー支援ネットワーク事務所移転のお知らせ
 - 13、「アレルギーっ子の防災セット」登録についてお知らせ
 - 14、新教本「食物アレルギーの基礎と対応」のご案内
 - 15、メールマガジン会員募集中！無料です。
 - 16、クリック募金にご協力ください
- ※費用はかかりません。どうぞご協力お願いします。

<http://alle-net.bokinbako.org/0002/?pg=1>

=====

1、「気管支喘息とアレルギー性鼻炎・副鼻腔炎」第三回 ～気管支喘息とは・・・～ てらだアレルギーこどもクリニック院長 寺田明彦

喘息（ぜんそく）とは、文字通り「息を喘ぐ（あえぐ）」状態になる病気です。私が初めて赴任した静岡済生会病院で当直をしていたとき、夜中に喘息発作で苦しくなった子供が多く受診しました。

またある日、当直をしているとき40代の男性新聞記者の方が、夜中に喘息発作のため呼吸不全となり救急車で救急外来に運ばれてきました。緊急事態です。内科の先生ばかりではなく、研修医、さらに小児科の私も含めた救急外来当番医が総員で蘇生や処置にあたりましたが、残念ながら命を救うことができませんでした。その時、患者さんに人工呼吸をしたのですが、酸素のバッグを一所懸命揉んでも胸が動かず、肺を膨らませて有効な呼吸をさせてあげられませんでした。さらに、気管からとてもドロドロした痰が出てきました。粘液栓ができてしまったのです。つまり、喘息の病態は気管支の周囲を取り巻く平滑筋という筋肉が縮んで気管支が狭くなるばかりではなく、粘液栓が気管支の内側に詰まってしまった「窒息状態」になることを思い知らされました。

前回の「長引く咳の原因」でもっとも多かったのが気管支喘息でした。その診断のポイントとなるのが問診と診察所見です。問診で私が重視するのは以下の点です。これはGINA（ジーナ）といって世界保健機関（WHO）から出されている国際的な喘息治療ガイドラインに書かれていることです。

- 1) 発作性の喘鳴（単発性または反復性）の経験があるか？
- 2) 夜間に強い咳が認められるか？
- 3) 運動後に咳または喘鳴が認められるか？
- 4) 吸入アレルゲン、大気汚染・タバコなど刺激物への暴露後に咳、喘鳴または胸苦しさが発生するか？
- 5) 風邪を引いたときに“下気道症状”が現れるか、あるいは回復に10日以上要するか？
- 6) 症状は適切な喘息治療によって改善するか？

特に1)、2)、3)が重要です。

症状によって喘息が強く疑われた場合は、アレルギー体質があるかどうかを調べます。アレルギー体質とは、本来は体にとってさほど害のないものに対して、体が過敏に反応してしまい、それを取り除こうと過剰に反応することを指します。例えば、スギ花粉症の患者さんは、スギ花粉が鼻につくとくしゃみや鼻汁で花粉を排除しようとしめます。さらに奥に入らないように鼻の粘膜が腫れてきます。喘息では、ダニやほこりなどが気管支に入り込み、気管支平滑筋が収縮し痰が増え、気道の粘膜である壁が腫れてしまいます。そして呼吸が苦しくなり咳が出てくるのです。ダニ、ほこり（ハウスダスト）、ペットのフケ、カビや花粉などアレルギーの原因物質を抗原（アレルゲン）と呼びます。そしてこれらが気道に入りこみ、体の中に吸収されてから、免疫を担っているリンパ球を刺激してしまいアレルギー抗体がたくさん作られて血液の中に流れていきます。これがIgE抗体です。

IgE抗体の存在は、1966年日本人である石坂公成先生、照子先生ご夫妻がジョーンズホプキンス大学（アメリカ）においてブタクサ花粉症患者の血液からIgEを取り出し発見しました。IgEの“E”というアルファベットはこの抗体

が紅斑（こうはん：英語で Erythema）を起すということに由来しているそうです。話は少し外れますが、血液の中にある抗体は、IgE のほかに IgA、IgG、IgM そして IgD が見つっています。IgA、IgG、IgM は主に感染症の病原体（ウイルスや細菌）に対して体を守る「防御抗体」です。これを液性免疫と言います。

IgE 抗体は現在では簡単に血液検査で見つけることができます。ダニやほこりに対する IgE が高くなる人が気管支喘息になる危険性が高くなります。小児の喘息では 80-90% がこの IgE 抗体陽性となる「アレルギー型喘息」です。しかし、最近では IgE が陰性の「非アレルギー型喘息」が問題となっています。なぜなら 0-3 才の乳幼児にこの非アレルギー型喘息が多く、まだまだ入院するようなひどい喘息発作を起こす子供が多いためです。

繰り返しになりますが、喘息の診断は、①問診 ②アレルギー既往歴 ③症状と所見 ④IgE 抗体の証明と他の長引く病気の鑑別 ⑤胸部レントゲンや副鼻腔レントゲン、⑥喘息治療薬の効果などで総合的に判断します。中でも私が最も重要だと思っているのは「聴診による呼気性喘鳴の聴取」です。息を吐くときに聞こえるゼーゼー、ヒューヒューした音が気管支拡張薬によって聞こえなくなることが最も信頼性の高い診断根拠だと思います。呼気性喘鳴の聴取をよりよくするため、これまでいろいろな方法を試してきました。ストローで飲み物を飲むことができるのは 1 歳過ぎてからですが、逆に息を吐くことが理解できるのは 3 才ごろだと思います。子供の口の前にティッシュをかざして「これをフーフーしてごらん」と言ってみてください。すると子供はフーフーとティッシュが揺れるように息を吹きかけてくれます。この時、胸の音を聴診器で聞くと呼気がよく聞こえます。聴診器でなくても、胸に耳を当ててもよいでしょう。一度お試しください。

次回は、喘息に治療薬についてお話しします。

2、東日本大震災に対する支援活動のご報告（1月）東北事務局 千葉奈保美

1 月に入り、昨年訪問出来なかった仮設住宅を回り、ご挨拶とネットアレルギー大学のポスターを貼って頂けるようお願いに伺いました。他には保育園へ再訪問をし、その後のアレルギー状況の確認と支援品のアレルギー対応食のお菓子『ぱりまる』をお届けする活動をしました。保育園からの要望は、子ども用のマスクが大変多く、インフルエンザが流行っているの、対応を検討したいと思っています。

仮設住宅では、自治会長とお会いできなかった時は、後日伺う事にして訪問していない仮設住宅を出来るだけ回れるよう、奔走しました。

大船渡市の仮設住宅には、支援品が届いていない仮設と、余りすぎて置く所に困っている仮設とがあり、現状を把握しきれない感じを受けました。支援員の方に要望をお聞きした所、使い捨てマスクと消毒薬の要望が多くあ

りました。実際、お店の在庫は品薄で現状は、子どもが大人用のマスクをしていたり、予防と言ってマスクを口だけしか覆わないうけ方をしている子どもを連れた親子を見かけたり、病院の帰りと言いながら、体調の悪いお子さんを連れて、人の集まるショッピングセンターで買い物をしていたりと、インフルエンザが流行しているという中、それぞれの認識の違いに驚きました。たとえ諸事情を考慮したとしても、もう少し他の人に感染を広げない努力も必要ではないかと、実感する出来事でした。

陸前高田市では、住宅設置数が少ない仮設を主に訪問しましたが、世帯数が少ないため自治会長を決めていない仮設住宅が多くありました。その為、アレルギー大学のポスターを貼る許可を頂くために、ポスターを預けて後で貼って頂くようお願いしました。その後、ポスター掲示の確認と共に、ご挨拶も兼ねて再訪問したいと思っています。

陸前高田市では支援員がいない為、お会い出来た自治会長に要望をお聞きした所、アレルギーには関係ないかもしれないけど・・・と前置きされてから『お年寄りが多い仮設住宅の入居者は、買い物に出かける車が無く（運転も出来ず）日用品を購入するのに買い置きも出来ない（多く買っても持てないし運べない）という現状です。』と話されていた事が印象的でした。

確かに大きい仮設住宅では、巡回バスが回っていますし、日用品や食料品を積んだトラックで行商するお店も出ているのに、お話を伺った仮設住宅は、孤立している感じを受けました。

『他のNPO団体や支援団体は月1回～2回来る位で、普段というか、毎日の必要な物の購入がこんなに困難になるとは思わなかった。』と、おっしゃっていた言葉の通り、こちらも現状を把握しきれていない感じが否めませんでした。

仮設住宅が設置数や設置場所で、支援品が届く所と届かない所が出ないようまだまだ配慮すべきと実感しました。私たちが出来る支援の中で、何か対応出来ないか検討したいと思います。

ところで話が変わりますが、1月下旬ころ大船渡に大雪が降り、私たちは支援活動の他に『雪かき作業』に追われました・・・。数センチの積雪でしたが、ホームセンターへ行っても、雪かきスコップが売り切れで、私たちは普通のスコップ片手に広い駐車場を3時間かけて雪かきをしました。

そして、そのお陰か(?)翌日には雪かきした場所は溶けて、車を停める事が出来ました。しかし体力が無くなって全部雪かき出来なかったのも、そこは圧雪状態のままです。どうか、すべらないよう祈ります。

その他には、事務所を借りお世話になっている気仙教育会館へ感謝の気持ちを込めて、昨年中に貼り終えられなかった障子の張り替えをしました。枚数的には10枚分の障子の張り替えでしたが、雪かき同様、やりなれない作業だったので、うまく仕上げられたかどうかわかりませんが、これで寒さ

も防ぐ事が出来るようになったと思います。

雪で活動が出来ない時は、少しでもいろいろな方々のお役に立てるよう努めたいと思います。

3、防災コラム 第六回

防災士 松本洋美

「防災教育は子供のうちから、そのはじめの一步は家庭から」

1995年1月17日の阪神・淡路大震災から17年が経ちました。死者6434人の犠牲者を出した、あの震災からもう17年も経ったのかと思う方と、街はすっかり整備されましたが、17年前の5時46分から、時間が止まったまま、今もなお苦しんでおられる方もいらっしゃいます。

昨年は、3月11日に東日本大震災が起き、この震災で多くの方の尊い命がまた犠牲になってしまいました。

自分が生きている間に、このような未曾有の大震災が二度も起きるなんて、と思った方もいると思います。しかし、地震大国日本に住んでいる限り、いつどこで、災害が起きてもおかしくない環境に、自分たちが置かれている現実を忘れているのです。安心安全神話を信じて、平穩無事な生活が続くと思っていただけです。

今まで、幾度も繰り返された災害の経験から、先祖がいろいろなメッセージを残してくれています。そのメッセージをどれだけ、真摯に受け止め守ってきたでしょうか。

今回の大震災も、後世にずっと語り継ぎ、言い伝えを守らなくては、また歴史は繰り返されて犠牲者は無くなりません。

歴史を繰り返さない為には、この重大なメッセージを受け継ぐ人材を育てる必要があります、その義務は我々にあります。

地域や学校などの単位で、伝えていかなければならない事もあると思いますが、すぐ伝える事が可能で、繰り返し何度でも実行できる最小単位は家庭です。

一日限りの防災訓練では限界があり、すべてをカバーできません。そのため、この最小単位がしっかり機能していることがとても重要なのです。

「津波が来たら、ここまで走って逃げて、絶対もどってはダメよ。食べ物や水、いつも飲んでる薬やぬり薬も、懐中電灯やラジオと一緒に、リュックにつめておきましょうね。緊急時のお願いカードは、困った時に大人に見せるのよ」

具体的にどうしたらいいのか、またやってはいけないことは何かなど、大人と一緒に準備をしたり、まち歩きをしながら、体験させ伝えることが、未来の子供達を守る人材を育てる事になり、犠牲者を出さない事に繋がっていくのです。

子供うちから、防災教育していくことの重要性を改めて考えてもらい、明日と言わず今日から、子供のお手本となる実践行動を、大人たちがしっかりして頂きたいと思います。

参考資料

↓↓

<http://www8.kobe-np.co.jp/blog/shinsai17/2012/01/117-1.html> 1.17 関連

<http://www.dri.ne.jp/kids/index.html> キッズ WEB ミュージアム

http://www.bosaijoho.jp/practice/practice_001/ 家庭防災会議

http://www.bosaijoho.jp/tradefair/ct019/item_2004.html わが家の防災

<http://www.alle-net.com/bousai/bousai-set.html> アレルギーっ子の防災セット

4、アレルギーっ子のおいしいレシピ

「サフランちらし」

近藤由美

3月3日はひな祭りです。ちらしずしを作ってお祝いするのはいかがでしょうか。色々な型をつかって盛り付け、お子様と楽しく一緒に作るのもいいですね。

レシピはこちらから

5、「肌に優しいシャンプーの選び方」最終回

有限会社 あんだんて 有田浩三

昨年5月から始まったこのシリーズは今月号が最終回となります。長い間おつきあいいただきまして有難うございます。世の中には情報が溢れていますのでその中からご自分にベストなものを選ぶにはそれなりの知識も必要です。ここでは「ご自分で選ぶ力を身につけていただくこと」を念頭において進めてきました。少しでもお役に立てれば幸いです。

★安全なものとは

最初に気をつけるべきことは不安を煽る情報（不安商法）に惑わされないことです。

まず、“安全なものとはあなたに合ったもの”と考えてください。

安全にしても使用感の好みにしても、あなたがすべての判断基準です。ただ、端からテストする訳には行きませんので効率よく進める必要があります。このためにピラミッドの形をイメージし最初に基本的なものの考え方をご理解いただいた上で徐々に具体的なノウハウを駆使して絞って行きます。このシリーズでもこの順序で話を進めてきました。

★シャンプーの役割

アトピー性皮膚炎の方にとってのシャンプーの果たすべき役割は「“洗う”を通してQOL（生活の質）の向上に役立つこと」と定義できると思います。そのためには「肌に優しい」ことは必須条件であり、肌や髪に刺激がなく、過度な脱脂を抑制した洗浄力など高い安全性が求められます。さらにきめ細かく豊かな泡立ち、洗浄後の肌や毛髪の仕上がり感など使用感のよさも大切です。

★界面活性剤の基礎知識

シャンプーは洗うことが役割ですから洗浄成分が主成分で界面活性剤が使用されます。

安全性にしても使用感にしても界面活性剤の特性がシャンプーに大きく影響します。

界面活性剤と聞いただけで不安感を持つ方もおられますが、シャンプーはじめ化粧品に使用される界面活性剤は安全で低刺激なものが選定されていますので問題ありません。しかし、低刺激性の程度や使用感は差がありますので必要に応じて使い分けします。

界面活性剤の機能：イオンの形でアニオン（陰イオン）、カチオン（陽イオン）、両性、ノニオンの界面活性剤に分類されます。これを知ると洗浄の原理、コンディショニング効果（髪のまとまりのよさ）などを理解しやすくなります。詳しくは6月号に載せました。

界面活性剤の変遷：シャンプーの主剤に使用されるアニオン界面活性剤の中では、使用感または刺激性の改善が進んでいます。紀元前から使用されている石けん系→高級アルコール系（1950年代後半～、低刺激改善品は1960年代後～）→アミノ酸系（1980年代前半から）という大きな流れがあります。1980年代後半からは洗浄力とコンディショニング効果を兼ね備えた両性界面活性剤という新しいタイプのもが開発されアニオン界面活性剤と併用されるようになってきました。詳しくは8月号に載せました。

界面活性剤の低刺激性：刺激性には色々な指標があるのですが、シャンプーに使用されるアニオン界面活性剤の中では、低刺激性の順でアミノ酸系（メチルタウリンも含む）≧ラウリルリン酸系≧石けん系≫高級アルコール系（ラウレス硫酸Na）≫高級アルコール系（ラウリル硫酸Na）となります。刺激性があるものは総じて洗浄力が強く価格も安くなる傾向にあるので目的に応じて選択されます。アトピー性皮膚炎の方には低刺激性のものがよく特にアミノ酸系が適しています。10月号の「低刺激性」に載せました。

★シャンプーをとりまく環境の変化

使用頻度：1950年代は週1回程度が、今では毎日使用となり肌への負荷も増加。

技術の進歩：界面活性剤などの素材・配合技術の進歩で低刺激性、使用感が向上。

情報開示：全成分表示制度により素材の情報が得やすくなりました。

ITの普及：情報量が飛躍的に増えたものの情報の質は玉石混交で見極めが

大切。

選ぶ楽しさが増える一方、それなりの知識も必要とされてきました。「環境の変化」については7月号に、「情報の質から選ぶ」ノウハウについては2月号に載せました。

★アトピー性皮膚炎の方の選び方

「判断基準はご自分の肌」、「プラス思考で望む」などアトピー性皮膚炎の方がシャンプー選びをするときに特に知っておいていただきたい原理原則についてまとめました。詳しくは9月号に載せました。

★キーワードの検証

宣伝などに使用されるキーワードをどのように理解したらよいか検証しました。

低刺激性：シャンプーは界面活性剤が主成分ですから界面活性剤の低刺激性がシャンプーの低刺激性に大きく影響します。詳しくは10月号に載せました。

天然系：多くの方が天然、自然に安心感を持ち、化学物質に不安感をお持ちですが、天然物であれ合成物であれ“安全なものは安全”ですし、多少問題なものはどちらにもあります。天然物の活用法については4つのケースがありますので何をさして“天然系”としているか、そのことが安全とどう関わっているかを見極める必要があります。詳しくは11月号に載せました。

無添加：代表的なものは旧表示指定成分無添加です。旧表示指定成分は過去に事例があったものを全て指定成分としたために使用頻度の多いものほど指定されやすく使用頻度の少ないものは見落された可能性があります。従って無添加だからといって安全性が高いとは言い切れません。無添加のなかには技術的にあまり意味のないものもあります。詳しくは12月号に載せました。

無香料：汎用シャンプーには香料が欠かせない理由を知っておきましょう。

無香料ではご自分の体質・好みに合わせて楽しむこともできます。以下、1月号参照

アミノ酸：アミノ酸系界面活性剤を使用したものがオーソドックスですが、アミノ酸を添加したもの、アミノ酸石けんもアミノ酸シャンプーと言われることもあります。

弱酸性：体によい1つの条件ですが、決定的なものではありません。

6月号 http://www.alle-net.com/mm/2011/05/_54_4.html

7月号 http://www.alle-net.com/mm/2011/07/_55_2.html

8月号 http://www.alle-net.com/mm/2011/08/_456.html

9月号 http://www.alle-net.com/mm/2011/09/_557.html

10月号 http://www.alle-net.com/mm/2011/09/_658.html

11月号 http://www.alle-net.com/mm/2011/10/_759.html

12月号 http://www.alle-net.com/mm/2011/12/_60_2.html

1月号 http://www.alle-net.com/mm/2012/01/_60_13.html

2月号 http://www.alle-net.com/mm/2012/01/_62_2.html

6、「主婦大生ミラクル☆リカのアレルギーっ子育児奮闘記」

管理栄養士 寺倉里架

中学3年生の（娘の食物アレルギー児）のママであり、2009年の4月から大学院に通う主婦大生？こと寺倉里架と申します。

現在、娘は卵（卵黄の固ゆでは少量食べられるようになりました）、乳のアレルギーがありますが日々笑顔もモットーに過ごしております。

本日のテーマは「入園してからのママ友の付き合い方に不安がいっぱい」です。

入園を控えるママにとっては、この時期色々忙しいかと思われれます。

そして、食物アレルギー児ママにとっては、入園してからの食事に関する事など、心配も絶えません。

先日、ママの会で相談があり、「幼稚園でのママ友との関係はどうしたらいいのでしょうか？」という内容でした。

これに関しては、10名ほどのママでいろいろ意見交流をしました。

しかしながら、どの方法が良い悪いということではないということになり、以下ママからの体験を綴ってみました。

もし、あなたが同じ悩みも持っていたら、あなた自身に合った意見を参考にしてみてください。

1、園の最初の学級懇談の際に、先生からママ達にわが子の食物アレルギーのことを伝えて頂いた。

2、園の最初の学級懇談の際に、自分でもママ達にわが子の食物アレルギーのことを伝えた。

3、1・2の方法だと伝わり方次第では、ママ達から敬遠されてお付き合いされなくなるのでは思い、子供が友達同志になった後その都度子供のママに食物アレルギーのことを伝えていった。

4、ママ友も食物アレルギーがあると誘いづらいようなので、どんな会の内容でも、メールだけは下さいとお願いしている。

5、わが子の食物アレルギーを知って、離れていくママもいるが理解してくれるママもいるので大丈夫。

私も、他のママとの関係は心配でした。

12年前はまだ食物アレルギーの認知はほとんどされていませんでした。

そして、私は上記に示した1、2の方法でまずはクラスのママに伝えました。

理由は、他の園児がおうちに帰った際、「〇〇ちゃんは牛乳飲まないよ」とか「おやつが違うよ」と自宅で、何の気なくあった出来事や気になることを話すからです。

そんな時、ママが「えっ！」とビックリするのではなく、「〇〇ちゃんは食べると、体がかゆくなるんだって」と少し話して頂くだけでも、我が子の食物アレルギーに関して少しずつ理解されていくのではと思ったからです。

その後、あるママからは「〇〇ちゃんはこれなら食べられるかな？とうちの娘が聞いてくるよ」と言われたこともあります。

そして、私がこのようにオープンにしたのは、私自身の中で、これでお付き合いしてくれないママがいたなら、それでいいや！誰か一人くらいはわかってくれる人がいるよなと開き直ってしまったところもあります。

ただ、子供同士が仲良くなると、ママは理解してくれるようにも・・・

と、我が家の体験を書きましたが、答えは1つではありません。

失敗もして、いろいろわかっていくのが現実ですから・・・

この時期、入園を前にしてお悩みのママ、悩みはつきませんが、「育児」は「育自」だなあと痛感しております。

では、ママの笑顔で幸せ発信♪

7、「おやじの小耳に挟んだ話題から」第七回 東海アレルギー連絡会事務局
局長 足代智志

このメルマガが配信されている頃、厳しい寒さも和らいでいると良いなと思いつつ、今回は「新入学・新入園・新学期の準備」についてです。

桜が話題になり始める頃は、年度の終わりにさしかかる頃。

ちょっと早い気がするかも知れませんが新しい生活の準備をはじめ始める頃でもあります。と言うのも、4月には新生活が始まるので、必要ならば今のうちからアレルギー調査票の内容の確認のために、血液検査などの診断の予約を取らないといけないからです。

定期的に受診されている方は、その時にとお考えだと思いたしますが、「新入学・新入園」ともなると調査票を事前に受け取り、それを持って受診して診断書を書いてもらわないといけないから、結構面倒です。

園や学校でどの程度まで対応してもらえるのか？なんて言う不安もありますので、事前に園や学校と話し合う事も出てきます。(その前に、アレルギーっ子の先輩お母さんに質問と情報収集が必須ですよ！)

我が家では、ハウスダストアレルギーの長女が高校入学以外は、学年が繰り上がるだけなので学校と話し合うこともそんなには無いのですが、解除されたアレルゲンと新しく暴露されたアレルゲンがあるので、給食の対応が変わる事を伝えないといけません。

その際、医師の診断書は、当然必要となるのでかかりつけ医師に書いていた
だかないといけません。

それと併せて、常用薬が替わっていたり、量が変わっていたりと緊急連絡事
項の内容も変化している事があります。エピペンを携行している子供たちには、
「緊急連絡カード」も一緒に入れているので、内容の見直し、書換えをし
ないといけません。

アレルギー支援ネットワークの「アレルギーっ子の防災ネットワーク」の「安
否確認システム」に登録されている方は、内容の確認も事のついでにやって
おくと便利です。

一般の準備のうえにアレルギー関係の準備もあるので大変なのですが、少し
早めに準備をして、いろいろと混みあう前に、面倒な事は終わらせておきま
せんか？

8、2月11・12日アレルギーっ子フェア開催報告

2月11・12日の2日間にわたり、ウィンクあいちにて「アレルギーっ子フェア」
を開催いたしました。

11日170名、12日207名と両日も、大変多くの皆様に足を運んでいただき、
大盛況の中終わることができました。ご来場いただきましたみなさま誠にあ
りがとうございました。

この2日間、第6期アレルギー大学修了生の授与式から始まり、地震につい
て考える防災サミット、経口負荷試験の講演、子ども企画、栄養相談、米粉・
企業ブース等盛りだくさんの内容で行いましたが内容はいかがだったでしょ
うか。

今後も、皆様を楽しめためになるようなフェアを開催してまいります。ぜひ
次回の参加をお待ちしております。次回開催のお知らせをお楽しみにお待ち
ください！

開催されたフェアの様子はこちらから

9、第7期アレルギー大学のご案内

第7期アレルギー大学開催日程が決定しました。

アレルギー大学は、栄養士、調理師、保育士、看護師、養護教諭など専門職
の方にはもちろん、アレルギーの患者、家族の方、外食・食品企業など、ど
なたでもご受講いただける講座と実習で「食物アレルギー」を体系的に基礎
から学ぶことのできる全国で唯一の講座です。

今期開催地域は、愛知・岐阜・静岡・三重・千葉・新潟となります。
各地域、基礎・初級を開講し、静岡は中級まで、愛知は上級まで開講いたします。既に基礎・初級や中級まで受講された皆様もさらに上の級を目指しぜひ受講をご検討下さい。皆様のお申し込みお待ちしております。

詳しくは、インターネットで「アレルギー大学」をご覧ください。

<http://alle-sien.net/alle-dai/html/>

ご希望の方にはパンフレット・日程表・単位表をお送りいたします。また、皆さまのまわりの方にもぜひお配りいただきたく、ご協力いただける方は、アレルギー支援ネットワークまでご一報下さい。

今回ご案内は愛知・岐阜・静岡・三重の日程です。千葉・新潟は準備が整い次第ご案内致します。

パンフレットはこちらから

受講要項はこちらから

受講コース単位表はこちらから

日程表はこちらから

10、「知っておきたい！アレルギーっ子の防災」講座のご案内

名古屋市子ども・子育て支援センター 758（なごや）キッズステーションで防災の講座として「知っておきたい！アレルギーっ子の防災」が開催されます。ご興味のある方は、ぜひお申込下さい。

日時：3月13日（火） 11：00～12：30

対象：小学校入学前のお子さんのお母さんまたはお父さん

定員：13名

講師：中西 里映子（認定NPO法人アレルギー支援ネットワーク）

会場：子ども・子育て支援センター 758キッズステーション 託児ルーム
名古屋市中区栄3-18-1 ナディアパークビジネスセンタービル6階

お申込方法等詳しくは、758キッズステーションのHPをご覧ください。

http://www.kosodate.city.nagoya.jp/center/course_itiran1203.html

11、3月度「アレルギー児の親の会の交流会」開催のお知らせ

食物アレルギー、アトピー性皮膚炎、ぜん息など、アレルギーを持っているお子さんの事、アレルギーかな？と、お悩みのある方、私たちと一緒にお話

をしませんか？

アレルギー児の親の交流会は12ヶ所になりました。

どこの交流会へも参加可能です。

交流会を実施している区外、或いは近郊の市町にお住まいの方の参加やお問合せも多く、ご要望の多いところから順に交流会の開催準備をすすめています。参加希望の方はご連絡を下さい。お待ちしております。

3月	1日(木) 守山アレルギーの会	守山区社会福祉協議会 研修室
	2日(金) 西尾アレルギーの会 アレッ子元気	西尾市総合福祉センター4階 洗心庵
	9日(金) 昭和区アレルギーの会	昭和生涯学習センター 第1和室
	11日(日) 刈谷アレルギー児の親の会	刈谷市民ボランティア支援センター 談話室A, B
	13日(火) 名古屋南部アレルギーの会	南区社会福祉協議会内 調理実習室
	14日(水) 名東区アレルギーの会	名東生涯学習センター
	15日(木) 豊橋アレルギーの会	豊橋会館「さくらピア」児童保育室
	15日(木) アレルギー支援ネットワーク	アレルギー支援ネットワーク 事務所
	19日(月) 日進アレルギーの会	日進市北部福祉会館
	22日(木) 天白アレルギーの会	天白区住宅サービスセンター ボランティア室
	24日(土) あま市アレルギーの会	美和公民館 実習室
	29日(木) 緑アレルギーの会	片平ふれあいセンター 和室

【対象】0歳～中学生位までのアレルギー児の保護者

【参加費用】各交流会に確認して下さい。

お申込は電話 052-485-5208 URL<http://www.alle-net.com/>

皆様のご参加をお待ちしております。

詳細はチラシをご覧ください。

12、アレルギー支援ネットワーク事務所移転のお知らせ

3月5日に事務所が移転いたします。

現住所：453-0021 名古屋市中村区松原町1-24 COMBi本陣 S103

新住所：453-0042 名古屋市中村区大秋町2-45-6

現在の事務所から近い場所ですが、3月5日以降事務所へお越しの際にはお間違えのないようご注意ください。また、電話番号・メールアドレスは変更ございません。

今後どうぞよろしくお願いいたします。

13、「アレルギーっ子の防災セット」登録についてお知らせ

アレルギー支援ネットワークは震災を通じ直面した課題克服と今後の災害発生に向けて、「アレルギーっ子の防災セット」の普及活動を行っております。

緊急事態でも迅速かつ的確にアレルギー支援活動を行うための「アレルギーっ子の防災セット」は、「登録シリコンバンド」「緊急連絡カード」「安否確認システム」の3点がセットになっています。

お申込みはアレルギー支援ネットワークのHPから「安否確認システム」に登録することで、1患者につき「登録番号入りシリコンバンド1本」と「緊急連絡カード3枚」が郵送されます。登録対象者は、アレルギー患者本人または保護者の方です。アレルギー支援ネットワークや各患者会などの会員以外の方も登録可能で、一切費用はかかりません。ぜひ、ご登録をご検討下さい。

詳細はチラシをご覧ください。

また、登録の際にご注意いただきたい点があります。下記の注意点をご確認の上ご登録下さい。

① 迷惑メールフィルター設定をしていませんか。

仮登録をされた後、本登録していただくためのホームページのリンクを仮登録で入力していただいたメールアドレスに送信していますが、迷惑メールフィルターによって受信不能（弾かれる）になっている方がたくさんいらっしゃいます。携帯端末だけではなく、yahooやGmailなどのフリーメール、プロバイダ提供のメールフィルターでも起きています。

お手数をおかけしますが、迷惑メールフィルターの設定を今一度ご確認をお願いいたします。

PCメールの受信（システムからの自動・一斉送信を受信）、なりすましメール（メーリングリストからのメールを受信）の設定をお願いいたします。

その際のアドレス（ドメイン）は、@alle-sien.sakura.ne.jp と、@alle-res.com です。

- ② 登録の際、「ルート認証が確認できないため、接続できません」等の警告が表示され、接続できなくなる事があります。

ご登録の際に、i-mode や ezweb、Y!ケータイなどで接続すると表示が出てしまい接続できない場合があります。これは、暗号化通信で中継してくれるサーバがパソコン用（一部のドコモの機種に対応）の回線にしか対応できていないために発生しています。

これらを避けるため、皆様の登録の際には、「フルブラウザ」「PCサイトビューア」「PCサイトブラウザ」などのパソコン用のホームページ閲覧機能をお使いいただき、「ルート認証が確認できません」と出ても無視して接続してください。

それでも接続できない場合、登録や情報更新の時は、申し訳ありませんがパソコンをご利用ください。

また、すでに登録されている方で、パスワード設定をされていない方（8月末から接続されていない方）は、防災ネットワークのトップページ左下の「パスワードを忘れた方は、こちら」の「こちら」をクリックしていただき、パスワードを設定してください。

新システムからご自身で登録情報の確認や更新ができるようになります。

なお、新システムはまだ改修途中で、登録内容の入力方法の簡素化や医療機関・協力組織との連動性の向上などを進めています。

皆様には、まだご迷惑をおかけするかもしれませんがよろしくお願いいたします。

14、新教本「食物アレルギーの基礎と対応」のご案内

皆さまは、既にお持ちですか。

アレルギーに関わる皆様のバイブルとなる「食物アレルギーの基礎と対応」。本書は、宇理須先生監修の下、アレルギー専門の医師やアレルギー対応給食の現場で活躍されていた先生等専門の方々に執筆・編集協力をしていただいております。

アレルギーに携わる仕事をされている方、アレルギーのご家族がいらっしゃる方、アレルギーに関わる皆様はもちろん、アレルギーについて勉強がしたい、興味があると言う皆様にもぜひ、お手元へ置いていただきたい一冊です。

教本のチラシ・注文方法はこちらから。

15、メールマガジン会員募集中！無料です。

アレルギー最新情報や地域の会の情報など、「アレルギー」に関する情報満載の「アレルギー支援ネットワーク・メールマガジン」。ただいまご購読会員募集中。ご購読は無料です。みなさんの周りの方にも、ぜひご登録をおすすめ

ください。また「こんなことを取り上げてほしい」「知りたい情報がある」などメールマガジンで取り上げる記事についてのご要望もお待ちしています。あなたの声で、アレルギー対策が一步前進するかもしれません！
info@alle-net.comまでお気軽にどうぞ。

16、クリック募金にご協力ください

アレルギー支援ネットワーク「募金箱」へのご協力をありがとうございます。募金箱とは皆様がインターネット上から簡単に募金ができるサイトです。ご協賛スポンサー様のバナーをクリックしたり、ご協賛スポンサーサイト様でお買い物をしていただくだけで私達の活動を支援するための募金、寄付ができる仕組みです。ひきつづき皆様のご協力のご支援、ご協力の程何卒よろしくお願い申し上げます。下記サイトからお願いします。

<http://alle-net.bokinbako.org/0002/?pg=1>

※認定 NPO 法人アレルギー支援ネットワークは寄付金控除対象団体です※
「giveone」

<http://www.giveone.net/cp/PG/CtrlPage.aspx?ctr=pm&pmk=10108>

「東海ろうきん NPO 寄付システム」

<http://tokai.rokin.or.jp/npo/index.html> を通じてても寄付をお願いしております。寄付の方法や支援していただく事業などは、各リンク先をご確認ください。また直接の寄付および領収書発行等につきましては、下記事務所までお問い合わせください。

=====

★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-mailmagazine@alle-net.com (メルマガ編集部)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。)

★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、メルマガ編集部 asn-mailmagazine@alle-net.com までお尋ねください。なお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。

☆☆☆みなさまからのご質問を募集中！アレルギーや支援ネットワークに関することなんでも OK です。ぜひお気軽にどうぞ☆☆☆

★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。

◇事務局◇

3月4日まで 453-0021 愛知県名古屋市中村区松原町 1-24 COMBi本陣 S103

3月5日より 453-0042 名古屋市中村区大秋町 2-45-6

▽TEL : 052-485-5208

▽E-mail : info@alle-net.com

☆ ◆ - - - - -