



◆ アレルギー支援ネットワーク 通信 ◆



N O . 69

2012.9.1

※等幅フォントでご覧いただくと最適に表示されます。

みなさまこんにちは。

9月に入りました。暦ではもう秋ですが、今年も残暑が厳しいですね。まだまだ暑い日も多いですが、秋分を迎えると一気に涼しくなります。今年の夏も残りわずかです。楽しく過ごして下さいね。

今月のメールマガジンもたくさんの内容でお届けします。ぜひ最後までメールマガジンをお楽しみください。

＝＝＝＝＝ も く じ ＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝

1、「気管支喘息とアレルギー性鼻炎・副鼻腔炎」第9回 てらだアレルギーこどもクリニック院長 寺田明彦

2、「アレルギーのおはなし」第2回 あいち小児保健総合医療センター 佐々木溪円

3、「主婦大生ミラクル☆リカのアレルギーっ子育児奮闘記」(最終回) 寺倉里架

4、アレルギーっ子のおいしいレシピ 近藤由美

5、東日本大震災に対する支援活動のご報告 名古屋事務局 担当理事 栗木成治

6、賛助会員から新商品のご紹介 石井食品株式会社

7、寝具のお手入れ・布団の丸洗いのご案内

8、緑アレルギーの会からののお知らせ ～9月交流会「防災勉強会」のご案内～

9、日進アレルギーの会からののお知らせ ～アレルギー児の親子の交流会のご案内～

10、刈谷アレルギー児の会からののお知らせ ～「正しく知ろう！子どものアレルギー」講演会開催のご案内～

11、第7期アレルギー大学 中級講座のご案内

12、8月度「アレルギー児の親の交流会」開催のお知らせ

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、アレルギー教本「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、募金にご協力ください

＝＝＝＝＝

1、「気管支喘息とアレルギー性鼻炎・副鼻腔炎」第九回 ～環境整備：アレ

気管支喘息は、大きく分けて2つのタイプに分けられます。ダニ、ほこり、花粉、ペット、かびなどのIgEが高くなるアレルギー素因（アトピーと呼ばれます）があるタイプ「アレルギー型喘息またはアトピー型喘息」と言います。一方、IgE抗体を産生せず陰性でウイルスや細菌などの感染やストレスが原因で起こるタイプを「非アレルギー型喘息または非アトピー型喘息」と言います。小児の気管支喘息では、9割が「アレルギー型喘息」です。

① アレルゲン対策

喘息の発症と悪化を招く原因は室内のアレルゲンです。中でもほこり、塵（チリ）ダニ、真菌類（カビ）、犬や猫などペットのフケがあります。人間の生活が豊かになり、冬は暖房、夏は冷房と快適な居住空間で生活しています。塵ダニの至適発育条件は温度25～35℃、相対湿度75%前後です。多湿の日本では、6月～7月にかけてかなり塵ダニが増加します。この室内塵ダニは、喘息に関与する主要なアレルゲンです。ヤケヒョウヒダニ、コナヒョウヒダニなど塵ダニ類の感作によって気道過敏性が悪化し喘息を発症することがわかっています。抗原であるホコリの量1g当たりダニの量（正確にはダニの体の成分）が2μgを超えると感作が成立しIgE抗体が作られます。そしてダニの量が10μgを超えると喘息を発症するといわれています。従って、このダニを減らすことこそ最も大切な治療になり予防になるのです。また塵ダニはその糞や死がい抗原となりうるため、成育を抑制し駆逐するだけでなく掃除機でこまめな吸引除去の徹底が必要です。

また、毛のあるペットはそのものがアレルゲンとなるばかりではなく、塵ダニのえさになります。犬やネコを室内で飼育すると塵ダニが多くなります。従って、毛のあるペットの飼育はよくありません。ときどき、ペットを飼いたいのでIgE検査をしてほしいと言われて検査をする場合があります。しかし、たとえ動物に対するIgEが陰性でも、塵ダニが増えることがあるため毛のあるペットの室内での飼育はお勧めしません。

② 室内環境整備のポイント

ダニなどのアレルゲンを減らす工夫により気道の過敏性を悪化させずに済めば、とても効果的な治療と言えます。室内環境整備として一番大事な場所は寝室です。床はフローリング、寝具はベッドが望ましいですが、スプリングマットは干せない、洗えないという欠点があります。干せるタイプの敷布団やマットを使用する方が良いでしょう。できればホコリがたまる家具を置かないほうが良いでしょう。さらに、寝具は防ダニ加工を施したものを推奨します。そして、床は毎日掃除機をかけることで抗原である塵ダニ、ホコリがかなり減ります。さらに、寝具はよく干して乾燥させ掃除機をかけるようにしましょう。雨などで湿気の多いときは布団乾燥機を利用することも良いでしょう。

JPGL2012 第4章を参考に環境整備のポイントを表に書きます。

寝具：防ダニ布団の使用、高密度繊維布団カバーの使用およびこまめな洗濯、日光干し、加熱・乾燥・殺菌ランプによる処理。掃除機を用いた集塵。

じゅうたん：使用しないことが望ましい。フローリングに張り替える。ホットカーペットもできる限り使用しない。

ソファ：布製のものは使用しない（革製か合成皮革のものを使用する）

ぬいぐるみ：処分することが望ましいが、情操面から必要な場合には洗濯のできるものを少数にとどめる

家具：数を減らす。扉をつける。ホコリがたまらないように家具の上に隙間をあけない。掃除のしやすさを考え、家具の上にものを置かない。移動できるようにして、家具の裏を掃除しやすくする。

カーテン：ブラインドに替える。洗濯しやすい素材のものにする。

ペット：イヌ、ネコ、ハムスターなど毛の生えたペットは飼わない

掃除機：フィルター付きで集塵袋も二重になっているものが望ましい

鉢植え：室内におかない。

洗濯物：室内に干さない

暖房器具：石油やガスなどの化学物質を発生する器具は室外換気型が望ましい。

建材：揮発性有機化合物を含有するものはさける

タバコの煙：家庭内での受動喫煙を帽子するために同居者の禁煙を強く指導する。

③ 就寝時にマスクの着用をお勧めします。

私の恩師、国立病院機構三重病院の藤澤隆夫先生らのグループと私のクリニックに通院中の喘息患者さんをお願いし、ユニ・チャームの超立体マスクを寝る前に着用してもらいました。1カ月間着用した場合と着用しなかった場合を比べると、喘息症状がなかった日がそれぞれ90.7%と82.1%でした。つまり、マスクを着用して寝ると8.6%喘息症状が改善したことになりました。この理由として、夜間睡眠中に吸いこむ抗原の量が減ったことやマスクによって息が加湿され保温されたことが影響していると思われます。10-12月の喘息シーズンは是非マスクを着用して寝ることをお勧めします。ただし、4割程度は朝になると外れてしまいますので、着けていて息苦しさがなく外れないようなマスクの開発が望まれます。

④ 受動喫煙の防止。

タバコの煙は、吸っている本人がフィルターを通して吸う「主流煙」と吐き出す「呼出煙」、さらに火をつけた先端から出る「副流煙」があります。そして吸っている本人以外の周囲の人が「副流煙」と「呼出煙」（あわせて環境タバコ煙）を吸うことを「受動喫煙」と言います。このタバコ煙にはニコチン、タール、一酸化窒素、シアン化合物などなんと4000種類もの有害物質が含まれています。タバコ煙は気道の上皮粘膜を傷つけ、気道の過敏性を

悪化させます。当然、喘息にとって百害あって益無し。また、妊婦がタバコを吸うと胎児に影響し発育が悪くなります。乳幼児喘息を発症する危険因子としても大変問題となっています。受動喫煙防止は、すぐにでも実施できる喘息予防といえます。

日本での喫煙率は、成人男性が32%、成人女性が12%で平均23%でした。これは先進国の中ではまだ高いほうです。喫煙はニコチン依存症という「病気」です。医療機関では禁煙外来を設けてこのニコチン依存症を治すことができます。治療薬もありニコチンパッチやガムなどニコチン置換療法以外に、最近チャンピックスという薬がよく効いて禁煙できる人が増えてきました。タバコも値上がりしさらに禁煙が進むように願っています。

さて、いきなり禁煙が難しい場合、受動喫煙を防ぐためにまず屋内で分煙をしましょう。よく台所の換気扇の下で吸っているとかトイレで吸っていると言われる方がおられますが、まったく意味がありません。室内にタバコの臭いしますよね・・・子供もトイレ使いますよね・・・タバコを吸っている部屋は、吸っている人がいなくてもタバコ臭いです。これは「残留タバコ煙」と言い壁やカーテン、空調にタバコの成分が付着していることを指しています。最近ホテルでは禁煙ルームがはやっています。空調にタバコの煙が残っていると臭いため、喫煙できる部屋は嫌われています。喫煙する方は必ず屋外で吸うか、喫煙する部屋に子どもが入らないようにすることから始めましょう。

タバコの煙対策など室内の環境を整備することは、薬物療法の効果をより良くする手立てです。例えば、タバコの煙により気道上皮が傷害され喘息を悪化することは容易に想像できます。さらにタバコの煙を吸うと、吸入ステロイド薬の効果が低下するという報告もあります。最近、厚生労働省はタバコ枠組み条約締結国として、喫煙防止を明確に発信しています。禁煙の流れは官公庁や学校、益など公共の建物内に広がっており、さらに医療機関は建物ばかりではなく敷地内禁煙が多くなってきました。また飲食店や大手スーパーマーケットなどへも分煙を勧めています。さらに繁華街では路上喫煙禁止の地域が増えてきました。喫煙されない方も子どもと出かけるときは、ホテルや飲食店などでは必ず禁煙室や席を選ぶようにしましょう。

以上のように環境整備をすることは、薬物療法以外に喘息を早く治す近道です。是非、生活環境や習慣を見直して、できることから始めましょう。

今回は、秋の運動会シーズンを迎えますので、運動誘発喘息と運動療法を解説します。

2、「アレルギーのおはなし」第二回 ～気管支喘息と肥満～ あいち小児保健総合医療センター 佐々木溪円

みなさま、いかがお過ごしですか。あいち小児保健医療総合センターの佐々木溪円です。この文章を読まれている頃は、残暑が続くなかで初秋の風も少

しは感じられる頃でしょうか。「秋」には色々な枕詞がつきますが、「食欲の秋」を楽しんだあとは体重計が気になることもあるかと思います。ということで、今回は気管支喘息と肥満に関する話題にふれてみましょう。

はじめに、今日登場するキーワードとして、肥満の指標の一つである body mass index (BMI)について説明をします。これは体重 (kg) を身長 (m) の二乗で割った数値ですが、体重 50kg、身長 150cm の人であれば $22.2\text{kg}/\text{m}^2$ という理想的な値になり、日本の基準では普通体重 (18.5 以上、25 未満) と判定されます。日本では $25\text{kg}/\text{m}^2$ 以上を肥満としています。肥満の診断には体脂肪率などの他の指標も考慮する必要があります。例えば、BMI だけで考えていると、シュワルツェネッガーさんのような筋肉質体型で体重 100kg、身長 190cm の人は肥満に判定されてしまいます。

では、本題です。気管支喘息の発症リスクはさまざまなものがありますが、肥満も喘息の発症リスクになっています。Beuther らの研究報告では、BMI が $25\text{kg}/\text{m}^2$ 未満の人と比較すると BMI が $25\sim 30\text{kg}/\text{m}^2$ の人の喘息発症リスクは 1.38 倍、 $30\text{kg}/\text{m}^2$ より高い場合は 1.92 倍となり、肥満がすすむほど喘息の発症リスクは高くなっています。また、学童期の日本の子どもたちを対象とした全国調査でも、調査をしたすべての年齢 (6~7 歳、13~14 歳、16~17 歳) で、肥満が喘息の発症リスクになることわかっています。実は、肥満が喘息のリスクになるくわしい理由は明らかになっていない点もありますが、お腹の脂肪が増えることで肺の空気の量が少なくなること、気道 (空気の通り道) の筋肉が短く・少なくなることなどで気道が狭くなることなどの構造的な原因もあります。また、最近注目されている点では、肥満によって増える脂肪細胞が分泌する物質が、喘息の発症や治療効果に影響していることがわかってきました。

以前は、脂肪細胞には特別な機能はないと考えられていましたが、脂肪細胞は私たちの体内で色々な物質を分泌しています。なかでも、レプチンとよばれる物質は脂肪細胞から分泌され脳に作用することで、私たちが食べる行動を抑えたり、エネルギーの消費を高めています。肥満になると脂肪細胞から分泌されるレプチンが増えますが、単純に考えると「食べるのを抑えて、エネルギーを多く使わせる物質が増えるから、やせる！」という結果になりそうですね。ところが、肥満がすすんだ人ではレプチンの量が増えても、レプチンに対する感受性 (効きやすさ) が低下する「レプチン抵抗性」という状態になっています。

ところで、気管支喘息では私たちの体内で好酸球という細胞が増え、炎症状態をつくっています。最近の研究では、脂肪細胞がつくるレプチンが増えると、不要になった好酸球が死にくくなったり、好酸球による炎症状態を促進することが判ってきました。また、脂肪細胞が分泌する他の物質のなか

には、TNF- α とよばれる物質のように喘息治療に使用する吸入ステロイド薬の治療効果を弱めるものもあります。

では次に、減量をすると気管支喘息の治療効果が高まるというデータをご紹介します。BMI 30kg/m²以上の成人の喘息患者さんを対象としたフィンランドの報告では、減量によって呼吸機能や日常生活の改善がみられています。また、国内で行われた喘息の子どもたちを対象とした調査でも、肥満の改善が大きい子どもは呼吸機能が改善したと報告されています。

さて、この記事を読んでくださっている方には、アレルギー疾患を治療中の子どもの保護者さんも多いと思います。なかには、「肥満が気管支喘息のリスクになるなら、今日から親子でダイエット!」と思われた人もいるかもしれませぬ。しかし、気をつけていただきたいのは、成人肥満と違って、小児肥満の場合は単純に食べる量を減らして「ダイエット」に挑戦すれば良いわけではありません。そこで、最後に小児肥満対策について、少しふれておきましょう。

小児の肥満対策は気管支喘息だけでなく、成人肥満への移行による合併症の予防などの効果もありますが、まず、現在の肥満が治療すべき状態なのか、原因となる要因は何なのかを正しく判断する必要があります。例えば、小児肥満を原因から分類すると、全体の約5%は肥満になる原因の病気がある「症候性肥満」と考えられています。また、症候性肥満以外の単純性肥満のなかにも、心理的要因が原因で肥満になっている場合もあります。

単純性肥満の指導を個人指導レベルで行うのは、一般的には学童期に開始するのが望ましいとされています。小児は成長過程にありますので、栄養素の摂取バランスの点から無理な減量は健全な成長を妨げる可能性があります。また、肥満の原因を考えずに減量を行うことは継続できないことが多く、肥満しやすい傾向の原因となる生活習慣全般を見直すことが基本になります。この生活全般の見直しは、個人の性格、生活環境、これらの結果として表れる行動の3つの要因が相互に作用することに注目して実施します。この治療過程では、達成可能な目標を本人とともに設定して「自己決定感」や、達成できたときの「有能感」、周囲からのサポートによる「交流感」を得ることで、肥満軽減だけでなく自我の成長も考えていきます。実は、この「自己決定感」「有能感」「交流感」は成人の生活習慣病対策にも必要な基本ポイントでもあり、いわゆる「メタボ対策」を考えている方にも応用できますので、お子さまの肥満対策以外にも活かしていただければ幸いです。

参考文献：

- Beuther DA et al. Am J Respir Crit Care Med 174:112-119 (2006)
- Beuther DA et al. Am J Respir Crit Care Med 175:661-666 (2007)
- Okabe Y et al. Pediatrics International 53:192-198 (2011)
- Stenius-Araniala B et al. BMJ 320:827-832 (2000)

3、「主婦大生ミラクル☆リカのアレルギーっ子育児奮闘記」(最終回) 管
理栄養士 寺倉里架

高校1年生・食物アレルギー児の娘のママであり、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「最終版」

今まで私の記事にお立ち寄り頂きありがとうございました。
約4年間、こちらのメルマガで記事を綴らせていただきましたが
今回が最終となります。

娘も高校生1年生になり、
先日お昼に天津飯を一緒に作り、食べた姿をみて
卵もこうして食べられるようになったよなあと
そして
ラクトアイスの棒アイスも1/2ほどは食べられ
本人も何気にご満悦の姿
親子共々
食物アレルギーを通して心身共に成長してきました。
そんな経過をこちらの連載で書かせていただき感謝しています。

さて、最後に私からあなたへ

食物アレルギー児のママさん
焦らず、凝らず、どっしり構えてお子様を見舞ってあげてください。
優しいママの笑顔は何よりもの薬。

食物アレルギー児に携わる方々
大変かとは思いますが、時には「わが子だったら」と視点を変えて
捉えてみるとまた違う世界がみえてくることもあるような気がします。
そして、食物アレルギーに関しては常に新しい情報が必要であり
私自身これからも精進せねばと思っております。

では、

今まで、読んで頂きありがとうございました。

寺倉 里架

4、アレルギーっ子のおいしいレシピ

「野菜のジュエリー」 近藤由美

まだまだ暑いこの季節。涼しげで、キラキラ宝石のような野菜のおかずが出来ましたよ！一体どんなおかずなのでしょうでしょうか？ぜひご覧ください。

レシピはこちらから

5、東日本大震災に対する支援活動のご報告 名古屋事務局 担当理事 栗木成治

東北沿岸地域は喘息患者も少なくなく、東日本大震災後は喘息はじめアトピー患者の症状悪化などが報道され、NPO団体や小児アレルギー学会などの支援活動が続いています。このため、環境が大きく影響するアレルギーなどの症状悪化などを防ぎ、健康推進を図る目的の一助として、陸前高田市内の仮設団地（「団地」と略）などの住まいの環境モニター調査を行います。

*尚、この「住まいの環境モニター調査」は県立陸前高田病院小児科（大木先生）と中部大学応用生物学部（須藤千春教授）、名古屋工業大学大学院工学研究科産業戦略工学専攻（水谷章夫教授）、名古屋大学大学院環境学研究科（小島光博研究員）、認定NPO法人アレルギー支援ネットワークが岩手県、陸前高田市のご協力を得て行うものです。

6、賛助会員から新商品のご紹介 石井食品株式会社

みなさまこんにちは。イシイのミートボールでお馴染みの石井食品です。今回は、石井食品より8月より発売されました新商品のご紹介をさせていただきます。

イシイの食物アレルギー配慮商品「いっしょがいいね」シリーズ6品が新発売！！

なんと食物アレルギー特定原材料7品目

（卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生）不使用！！

発売を記念し皆様にお試しいただく無料サンプルをご用意しました。

7、寝具のお手入れ・布団の丸洗いのご案内

皆さんがお使いになっている寝具は、お布団ですか？ ベッドですか？

アレルギー支援ネットワークには、毎日のように寝具に関する質問が寄せられています。

「血液検査の結果、ダニやハウスダストの数値があがったが、どのような対策をしたらいいのでしょうか?」「お布団に毎日掃除機をかけているのですが、ダニはちゃんと減っているのでしょうか?」「防ダニシーツをかけているのですが、それだけで大丈夫ですか?」などなど・・・です。

ダニは、肉眼ではほとんど確認できませんので、ダニ対策をしないといけない、と思っているもなかなか後回しになりがちです。しかし、お子さんは10時間以上、お布団の中で過ごします。

寝具のお手入れは、特にアレルギー疾患のある方にとってはとても大切なことです。

まずは、敷き・掛けともに、お布団を使用されている方へのアドバイスです。

お布団の使用年数が3年以上の方は、まずは、「お布団の丸洗い」をしましょう。お近くの「布団の丸洗い」業者で構いません。重要なポイントは洗う前に最低3時間以上、70℃程度の「熱処理」をして、まずダニを殺すことです。そうすると、ダニがとれやすくなります。その後に洗うようお願いしてください。

又、すすぎの水は循環タイプではなく、流水洗いであるかどうかを確認してください。

すすぎの水が循環タイプですと、アレルゲンは蓄積されます。その場合は業者を流水洗いの業者に変えましょう。

東海4県にお住まいの方は、アレルギー支援ネットワークでも、ご注文をお受けしていますのでご利用ください。

詳しくはHP

<http://www.alle-net.com/blog/bedclothes/>

<http://www.alle-net.com/taisaku/dani05.html>

をご覧ください。

そのうえで、防ダニシーツをお使いいただければ、この丸洗いを2~3年に一回程度行うことにより、ほとんどお布団に掃除機をかけなくても、ダニの数を低レベル(10匹/m²以下)にコントロールすることができます。しかし、防ダニシーツをお使いにならない場合は、一年に一度の丸洗いをしましょう。

また、お布団の使用年数が、7年以上の場合は、残念ながら、お布団の「丸洗い」では「改善」の期待ができませんので、処分をして買い替えをしましょう。

買い替えをされる場合は、アレルギー支援ネットワークが開発をした「敷きマット」<http://www.alle-net.com/blog/bedclothes/>もお勧めです。少々お高いですが、会員の方なら会員価格で購入できます。丸洗いや、時々

の布団の天日干しなどをしなければいけないというお母さん自身のストレスから解放されます。しかも、ほとんど何もしないでも、ダニ数は0に近く、カビの対策にもなっています。

ベッドを利用する方のために私たちが開発したのですが、畳などの上に置いて利用することも出来ます。このマットの上には普通のペットパットを使えばよいので、ご家庭で洗うことができ、とても衛生的です。

ベッドパットを洗う頻度は1ヶ月に1回で、手間などを考えると、これが一番効果的です。予算の都合上、家族全員分を一度に買うのは難しいと思われる方は、最初は子ども、次にお母さん、次にお父さんなど。。。と順にお買い求めになればよいと思います。寝具の管理は思ったほど簡単ではなく、手軽にやりたいと思われる方には、このマットのご利用をお勧めします。

さて、次に、ベッドをお使いの方へのアドバイスです。

ベッドは、床面がすのこ状のものにお布団を敷いて使っている場合は、上記、同様の方法でお手入れをしましょう。しかし、すのこ状であっても、スプリングマットを使用している場合や、ベッドの床面にクッションとなる部分があれば、問題があります。

スプリングマットは、洗えなかったり、干せなかったりすることが理由で、ダニの温床になっています。掃除機の隙間用ノズルで丁寧にゆっくりと掃除機がけをすれば多少は吸いとれますが、それもお布団と同様に、新品から2～3年使用までが限界です。丸洗いすることができませんので、その後はダニの数は増える一方です。したがって、アレルギー疾患のある方のベッドのスプリングマットの使用はお勧めできません。また、ベッドの床面にクッションとなる部分があればそこにダニが生息します。それをお父さんかどなたかにお願いして、取り除き、板の部分だけになるようにしましょう。そのうえで、アレルギー支援ネットワークの「敷きマット」をお使いいただく、或いは、床面がすのこ状のベッドの上にこの「敷きマット」をお使いいただければ、もっともお手入れが楽な寝具になります。

最後に・・・、防ダニシーツを掛けるだけでは、ダニ対策は不十分です。なぜなら、防ダニシーツは、ダニの大きさは通じませんが、お布団が古く丸洗いもしていないと、ダニの死骸や糞が粉状になり、防ダニシーツを通して外に出てしまうからです。

いかがでしょうか？皆さんのお宅の寝具を一度見直し、防ダニ対策をしましょう。

ご相談があれば、いつでも、info@alle-net.comにご連絡をください。

緑アレルギーの会では9月7日（金）に、名古屋市緑区で活動している名古屋みどり防災ボランティアネットワーク代表 岡田雅美さんをお招きし、防災の勉強会を行います。

地震などの自然災害が起こったら、アレルギーっ子は食べられる物や薬が手に入り難い等、トラブルが予想されます。

今から自分でできる備えについて、一緒に考えてみませんか？

また、食物アレルギー対応の非常食の試食も行います。

当日の託児はありませんが、お子様連れでぜひご参加ください。

9、日進アレルギーの会からのお知らせ ～アレルギー児の親子の交流会のご案内～

日進アレルギーの会では9月18日（火）に交流会を開催します。今回は、地域でご活躍の防災ボランティアの田口さんと市役所防災課の職員の方をお招き致しまして、防災対策について必要なことを学び、考える場を持ちます。

お気軽にお子様連れでぜひご参加ください。

アレルギーをお待ちではない地域の方のご参加もお待ちしております。

10、刈谷アレルギー児の会からのお知らせ ～「正しく知ろう！子どものアレルギー」講演会開催のご案内～

刈谷アレルギー児の会では、9月23日（日）にアレルギー講演会を開催します。「正しく知ろう！子どものアレルギー」と題して、広瀬クリニック院長 木許 泉先生をお招きし、日々進歩する食物アレルギー・アトピー性皮膚炎・喘息の正しい知識・治療法について、ご講演いただきます。

※お申し込みは8月15日で一旦締め切っていますが、まだ定員に少し余裕があるそうです。お問い合わせは9月15日までに、刈谷アレルギー児の会 Kariya.arerugi@na.commufa.jp までお願い致します。

11、第7期アレルギー大学 中級講座のご案内

5月末スタートした第7期アレルギー大学も岐阜・静岡・千葉で基礎・初級講座を終えました。たくさんのご受講ありがとうございました。

そして9月には愛知・静岡・三重会場でも基礎・初級講座が終了となり、引き続き、静岡・愛知・千葉会場では中級講座がスタートします。

医学、栄養学、発達とますます踏み込んだ内容となり、特に専門職の皆様には現場でのアレルギー対応、集団給食のすすめ方など、どれも即戦力となる講座となっております。より詳しく深い内容で開催してまいりますので、どうぞご期待ください。

なお、講義での講座はまだお席に余裕はございますが、実習などは一部定員

に達した講座がありますので、アレルギー大学ホームページでご確認の上お申し込み下さい。皆様の講座お申込・ご受講をお待ちしております。

12、9月度「アレルギー児の親の交流会」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、アレルギーのお子さんの事、アレルギーかな？と、お悩みのある方、スキンケアや食事の事、園や学校についてなど私たちと一緒にお話をしませんか？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。

9月は

5日(水) 西尾アレルギーの会 アレッ子元気 ター4階 洗心庵	西尾市総合福祉セン
5日(水) あま市アレルギーの会	美和公民館 和室2
6日(木) 守山アレルギーの会 会 研修室	守山区社会福祉協議
7日(金) 緑アレルギーの会	ユメリア徳重 和室
11日(火) 名東区アレルギーの会 センター・ボランティアルーム	名東区在住サービス
11日(火) 春日井アレルギーの会	レディヤン春日井
13日(木) 天白アレルギーの会 センター・ボランティア室	天白区在住サービス
14日(金) アレルギー支援ネットワーク ネットワーク 事務所	アレルギー支援ネッ
18日(火) 日進アレルギーの会 室	日進市民会館 研修
20日(木) 豊橋アレルギーの会 ア」児童保育室	豊橋会館「さくらピ
23日(日) 刈谷アレルギー児の親の会 ター内 中央生涯学習センター403.404 研修室	刈谷市総合福祉セン
25日(火) 名古屋南部アレルギーの会 内 調理実習室	南区社会福祉協議会

【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.allie-net.com/>

皆様のご参加をお待ちしております。

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。

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（2011年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します。

14、アレルギー教本「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。

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、募金にご協力ください

※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
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。

発行/編集 認定 NPO 法人アレルギー支援ネットワーク

◇事務局◇

453-0042 名古屋市中村区大秋町 2-45-6(3月5日に事務所はこの住所に移転
致しました)

▽TEL : 052-485-5208 ▽E-mail : info@alle-net.com

☆◆-----