

口や咽喉頭のかゆみ、刺激感などの自覚症状で、多くの場合は自然に軽快します。特定の花粉と食物に含まれる成分の間にみられる交差反応性が発症に関わるため、多くの場合は花粉症を合併しています。OASの治療の基本は原因食品の除去ですが、加熱によって低アレルゲン化されやすいため、多くの場合は加熱加工により経口摂取が可能になります。

花粉と食物の交差反応の組み合わせが明らかになっていますが、最も研究されている抗原の一つはシラカンバ（シラカバ）花粉のBet v 1ではないでしょうか。植物は病原菌や環境変化などのストレスを受けると、生体防御タンパク質を生成します。植物が病原菌の感染に抵抗してつくる生体防御タンパク質は感染特異的タンパク質（pathogenesis-related protein）と呼ばれ、その一つであるPR-10はBet v 1と構造が類似しており、バラ科のリンゴ、西洋ナシ、サクランボ、モモなどによって生じるOASに関与しています。また、シラカンバ花粉抗原のBet v 2が関与するアレルギー症状は一部の例に限られますが、植物に広く分布するプロフィリンに属するため多種類の果物や野菜との交差反応の原因となります。

さて、シラカンバは植物学的にはブナ目に属し、国内での自生地域は本州中部より北の高原という限られた範囲になります。ところが、ブナ目間に共通抗原があるため、シラカンバの自生しない地域でもブナ目のハンノキ花粉に感作されることでバラ科の果物などに対するOASを示す可能性があります。ハンノキは日本全国に分布しており、花粉飛散時期はスギと類似するため鼻炎症状の時期だけで診断するのは難しい場合があります。これではハンノキは「厄介者」扱いされそうですが、ハンノキの存在が私たちにとって役立つこともあります。

ハンノキの根にはフランキアという放線菌が共生しており、空気中の窒素をアンモニアに変えてハンノキの成長に利用しています。窒素分が少ない「やせた」土地では、フランキアが共生する植物が最初に育つことで周囲の土壤に窒素養分を供給し、他の樹木が生育できる環境をつくります。さらに、フランキアなどの窒素固定バクテリアが作り出したアンモニアは食物連鎖によって動物にわたっていきます。ヒトの体内の窒素原子は、計算上、半分以上は窒素固定バクテリアに由来しています。

参考資料：

Amlot PL et al. Clin Allergy 17;33-42 (1987)

Eriksson NE et al. Allergy 42;205-214 (1987)

Maeda Y et al. Allergol Int 57;79-81 (2008)

九町健一 生物工学会誌 91;24-27 (2013)

2、防災コラム 第九回 防災士 松本洋美

平成7年1月17日 阪神・淡路大震災発生から、今年で18年を迎えました。

震災を知らない世代が40%を超え、次世代に災害の教訓を忘れないよう

に伝えていくには、今後どうすべきか課題となってきています。

東日本大震災も、もうすぐ発生から2年を迎えようとしています。皆さんは、ニュースや新聞で目を疑いたくなるような震災の様子を、今日に至るまでたくさん目にしてこられたと思います。

二つの教訓から学び、皆さんの中で変化はありましたか？

「喉元過ぎれば熱さを忘れる」このことわざのように、あの記憶はどこかに忘れさってしまって、もはや他人事になっていないでしょうか。

子供を守りたい、家族を助けたいと本気で思った方は、すぐ行動をおこしています。

「何を用意したらいいか、どうしたらいいかわからない」と、今日まで言い訳ばかり繰り返して何もしてない方には、きびしい言い方かも知れませんが、白い棺の前で涙するのは、みなさんになるかもしれないという覚悟をもって頂きたい。

特にアレルギーを持つ子供は、行政もアレルギー支援ネットワークもすぐ対応ができない中、子供にとってママだけが頼りです。しっかり自覚をもって準備をして子供を守らなくては、一体だれが皆さんの子供を守ってくれますか？

本気で守りたい命なら、災害現場に出向き惨状を知る・アレルギー支援ネットワークに尋ねる・インターネット・書籍・DVD etc.. 情報を得ようと思えば、いくらでも方法はあります。「何を用意したらいいか、どうしたらいいかわからない」という言い訳はもうやめましょう。それより、今日から心を改めて災害に備えて準備をして頂きたいと思います。

3. 11の津波で幼稚園バスが流され尊い命が犠牲になったことから、昨年12月に仙台市の復興支援グループ「きぼう」様より、宮城県沿岸部の幼稚園に救命胴衣が贈られました。岩手県・福島県にも、この活動を広げたいということです。

仙台市の取り組みを参考に、水害・津波対策として、皆さんも救命胴衣のご検討をされてはいかがでしょうか？

参考資料

↓↓

救命胴衣

<http://ceron.jp/url/www.kahoku.co.jp/news/2013/01/20130108t15033.htm>

<http://www.aquabeach.jp/SHOP/kazawaA1.html>

本紹介

http://blogs.yahoo.co.jp/kcsw_saigai/9477998.html

3、「アレ大修了生☆リレートーク」第三回 芝田敦子

初めまして、芝田敦子と申します。

私は食物アレルギーの息子と共に、10年間アレルギーと戦っています。

母乳からNGということが分かった時は本当に凹みましたが、ほとんどの食べ物にアレルギーを持つ息子の為に、専門医に指導を受ける他に、アレルギーに関する本を読み漁り、漢方や針灸、食事療法などで体質改善を試みたり…と試行錯誤を繰り返して、薄氷の上を歩くような日々を送ってきました。そんな息子が小学校に入学し、給食では除去食も対応して頂ける様になり、私の気持ちにも少々余裕が出てきた頃、アレルギー支援ネットワークのホームページがきっかけでアレルギー大学の事を知りました。専業主婦になって十数年、今更勉強になど通えるのだろうか、と大きな不安を抱えながらも少しでも息子の為になるなら！と思い切って受講しました。

実際に、専門の先生方の講義を受けてみると、今までの子育ての中で何となくの感覚で行ってきたことの原理や仕組み、また理由が分かり、なるほどそうだったのか！と得るものが大変多く、思い切って受講して良かったと心から思いました。

また同時に多くの疑問や質問も沸いて来ました。それは10年間息子を育ててきた中で、自分なりに調べてもよくわからなかったり、疑問に思ってきたたくさん「何故？」でした。

大学の先生、専門医の先生方を目の前にして質問しないなんてもったいない！

学生の頃は発言なんてするタイプではなかった私が、積極的に手を挙げ質問していました。

なんでこんなに苦勞するのか、どうやったら治るのか、アレルギーの原因はなんなのか。

なんとか少しでも症状をよくしてあげたい。

そして自分もちょっとだけ肩の力を抜きたいな…。

アレルギー児の親は、小さな失敗を繰り返しながら実生活の中で手探りで必死に子供を育てています。

そんな実生活の経験の中から得てきたぼんやりとした感覚が、この受講を通し、はっきりとした理論に基づいて再認識できたことは大変有意義でした。また、最新の治療方法がわかることも収穫の一つです。これからも得た知識を活用し、息子を守り育てていきたいと思っています。

それともう一つ、この受講をきっかけに、栄養士の資格を生かして仕事をしたいと思うようになりました。アレルギー児達が安全で美味しく、そして楽しくなれるような食事を作り出せたらなと思っています。

これもアレルギー大学のおかげです。とても感謝しています。本当にありがとうございました。

4、アレルギーっ子のおいしいレシピ

「 スローフードなおやつ ミニおやき 」 近藤由美

おやき（お焼き）は、小麦粉の皮に具を包み、ふっくら焼いた信州・長野ゆかりの「焼きもち」です。昔は家庭の囲炉裏ばたで焼いて食べたことから「おやき」の名がつけました。このような、その土地々の伝統的な食文化は、ずっと守っていききたいですね。

今回は、小麦を使わずに「おやき」ができましたよ。どんな秘密があるのでしょうか？

ぜひご覧ください。

レシピはこちらから

5、東海アレルギー連絡会・定例会のご報告 東海アレルギー連絡会 代表
/ 西尾アレルギーの会 アレッ子元気 矢野志津子

平成 25 年 2 月 17 日（日）名古屋市中村区生涯学習センターにて東海 4 県の患者会 15 団体と、認定 NPO 法人アレルギー支援ネットワーク、防災士の松本氏の参加で東海アレルギー連絡会の定例会が行われました。

初めに石井食品さんから、アレルギー団体専用の共同購入法について説明がありました。

次に参加者全員の自己紹介を行いました。

参加者の子供は食物アレルギーや喘息であったり、アナフィラキシーショックの経験やエピペンの処方を受けている方がいらっしゃいました。

子供の年齢が大きくなるに従ってでてくる、悩みを抱えている話もありました。

調布市の給食死亡事故について、記者会見資料をもとに、何故、不幸な事故が起きたのか、問題点を確認し、二度と同じ事が繰り返されないように自治体に対して働きかけていくことを提案し、「園、学校給食における食物アレルギー対応に関する要望書」の案を話し合いました。

要望書の案は決定ではなく、各会に持ち帰り、再検討したうえで、各会毎で自治体に働きかけることを考えています。

調布の事故は、アナフィラキシー発症時にエピペン注射が適切に使用されていれば防げた事例と思われ、エピペン所持と処方 2 本を受けて家庭と学校・園に置く必要性があるのではと意見がありました。

事故を受けてアレルギー対応が後退した自治体や入園拒否もあると報告があり残念です。

皆さんもこの機会に、園・学校のアナフィラキシー時の対処方法、エピペンの対応をどうするか、きちんと話し合ってもらえればと思います。

又、市や教育委員会のアレルギー対応や方針、防災等も定期的に各会で確認把握し、継続して働きかけてみてはいかがでしょうか。

それ以外では、東海アレルギー連絡会でエピペン講習会実施を検討、災害ボランティアのアナフィラキシー時の対応について、認定 NPO 法人アレルギー支援ネットワークの全国連脱退の経緯の説明、現在困っていることについてど

うすれば良いか等、話し合いました。

次回、開催は4月の予定ですが、開催場所は決まっています。

各会の定例会と合わせて東海アレルギー連絡会を受けて下さる会がありましたら、連絡をお待ちしています。

6、賛助会員からのメッセージ パナソニックエコシステムズ株式会社

当社は、水・空気・土の浄化とエネルギー関連で環境負荷を低減することにより、「人と地球に優しい環境」の実現を目指して、事業を進めています。1913年の扇風機、1928年の換気扇から出発し、1960年頃に都市の大気汚染が問題となる中、健康・快適な室内空気質（IAQ: Indoor Air Quality）の更なる向上のために、換気に加えて空気清浄が必要と判断して開発に着手。3層のフィルターを採用した家庭用と業務用が完成し1962年9月に空気清浄機を発売しました。

1980年代からは住宅の高気密化に伴いタバコの煙対策やハウスダスト・花粉などアレルギーの関心が高まりました。当社はコンパクト化性や設置製に配慮した設計や煙センサーでの自動運転等を開発しアレルギー対策としての空気清浄機の普及に努めてきました。

1995年にはお茶の成分「カテキン」を添着したフィルター搭載機種を発売。さらに「バイオ除菌」や「アレルバスター」により、除菌やアレル物質抑制機能を付加しました。その後、放出するイオンでの空気浄化技術として、水に包まれた微粒子イオン「ナノイー」を搭載しました。

2007年に、床上にたまりやすいハウスダストに着目し、床上付近の吸引力を強化。2009年には前面パネル全体がスライドする「メガキャッチャー」機構でハウスダスト吸引力を進化させました。さらに、ノドなど呼吸器に充分なうるおいを与えておかないと、ウイルスなどが細胞に付着、侵入し、感染しやすくなります。そこで当社では、加湿機能を搭載したタイプも充実させてまいりました。

また、1970年代から海外展開も始めており、現在は中国・香港・台湾をはじめとしてアジア、中近東、欧州などでも販売しています。

直近では、中国の広い地域で工場や車からの煤煙による大気汚染が深刻化しています。また、これらが偏西風によって西日本中心に飛来し、スギ花粉飛散の時期とも相まって日本でも問題となっています。

新聞などの報道により、中国の市民の間では、『10 μ mよりも小さい2.5 μ m以下の顆粒物が体への影響がより大きい』として問題意識が高まっており、対策として空気清浄機の購入顧客が非常に増えています。

粒子径1 μ mの浮遊粉塵が2m落下するのには約3分、粒子径0.1 μ mの浮遊粉塵が2m落下するのには約4時間かかりますので実際にはこれ以下の浮遊粉塵は一回舞い上がると中々沈降せずに結果として呼吸で吸い込まれ肺の奥深く迄到達してしまいます。

当社では中国の国家権威機関にて、中国向け機種の「直径2.5 μ m以下の顆粒物の除去性能※」を確認しており、また“中国室内環境監測委員会”から『2

012年度中国室内環境保護業界十大ニュース賞』、『2012年度中国室内環境保護業界新製品重点推奨賞』2賞を贈られ高評価を頂戴しています。日本向け機種も、中国向け機種と同じ技術・性能（風量・ろ過効率）を使用しており、同等の除去性能を有していると考えています。

日本の市場では現在、「空気清浄機」、「空気浄化機」、「空間浄化機」、「・・・発生機」等色々な商品名で対策商品が販売されていますが、日本の規格では0.3μmの粒径の粉塵で除去能力を試験し規定以上の能力を有し合格したもののみが「空気清浄機」の商品名で販売を認められています。アレルギーや喘息対策には、「空気清浄機」の商品名の製品を購入ください。当社は、100年前からIAQ（室内空気質）対策商品の開発を通じて、健康的で快適な室内空間づくりを提案してきました。これからも室内空気質の向上・アレルギー対策に貢献してまいります。

■ 空気清浄機

<http://panasonic.co.jp/corp/news/official.data/data.dir/2012/07/jn120724-3/jn120724-3.html>

※この場合の「除去性能」とは、「顆粒物（粒子状物質）について、フィルターで捕集することによる室内空間空気からの除去」です。硫酸塩などの有害物質の分解・抑制の意味ではございません。

7、「第5回 食物アレルギーセミナー・あいち」のご案内

「第5回 食物アレルギーセミナー・あいち」が、3月23日（土）に、名古屋国際センター ホールにて、医師・コメディカルの方を対象に開催されます。食物アレルギーの第一線でご活躍されている先生方のご講演です。ご興味のある方は、ぜひご参加ください。

【日時】2013年3月23日（土） 開場/17:00 開会/17:30

【会場】名古屋国際センター ホール

【参加費】医師 ¥1,000 / コメディカル ¥500

【お申込み・お問い合わせ】

食物アレルギーセミナー・あいち事務局（ファディア株式会社内）

TEL:03-5365-8338 / FAX:03-5365-8336

E-mail:fas_aichi@yahoo.co.jp

【主催】食物アレルギーセミナー・あいち

ファディア株式会社（サーモフィッシャー・サイエンティフィック グループ）

8、2月2・3日アレルギーっ子フェア開催のご報告

2013年2月2・3日の2日間にわたり、国際センタービルにて「アレルギー

っ子フェア」を開催いたしました。

2日 168名、3日 118名と両日とも、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日間は、第7期アレルギー大学修了生の授与式から始まり、ゲームで学ぶ食物アレルギーの講演、ぜん息の講演、子ども企画、栄養相談、米粉レシピ紹介、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しております！

9、第8期アレルギー大学 開講のご案内

今年もいよいよアレルギー大学の開講が決定しました。

今年で8回目を迎えるアレルギー大学は、愛知、岐阜、静岡、三重、千葉、新潟で開講致します。

私どもの「アレルギー大学」では調理師、栄養士、保育士、養護教諭など専門職の方はもちろん、企業のアレルギー対応、患者家族の知識向上などすべてにおいて、アレルギーのプロがお応えする、現場で即戦力となる講座です。皆さま、お誘い合わせのうえご受講いただきますよう、ご案内申し上げます。また、第7期アレルギー大学の開講講座より一部変更がございます。コースで受講中の皆さまは受講講座をご確認の上お申込下さい。

皆さまのお申込をお待ちしております。

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

*アレルギー大学 パンフレット配布にご協力していただける方を募集しております。

勤務先やお知り合いへパンフレットを配布していただける方は、アレルギー支援ネットワーク事務所（052-485-5208）までご連絡下さい。

10、3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同じ悩みをもつ皆さん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。

3月

2日(土) 刈谷アレルギー児の親の会	刈谷市生涯学習センター
5日(火) 春日井アレルギーの会	レディヤン春日井
6日(水) 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
6日(水) あま市アレルギーの会	美和公民館 和室1
7日(木) 守山アレルギーの会	守山区社会福祉協議会研修室
14日(木) 天白アレルギーの会	天白区在住サービスセンター・研修室
15日(金) 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(火) 名古屋南部アレルギーの会	コープ大高店 集会所
21日(木) 豊橋アレルギーっ子の会	豊橋会館「さくらピア」児童保育室
21日(木) 名東区アレルギーの会	森の集会所
28日(木) 緑アレルギーの会	片平ふれあいセンター和室

日進アレルギーの会 お休み

【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。

11、「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申し上げます。

12、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。

13、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。

13、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 寄付サイト」

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

『東海地域にアレルギーを持つ親子を地域で支えるサロンを』プロジェクト
～アレルギーを持つ親の不安な気持ちを支え、子供たちの笑顔を守ろう！！～

(※GiveOneの寄付サイトでは引き続き掲載をさせていただいております。)

<http://www.giveone.net/cp/PG/CtrlPage.aspx?ctr=pm&pmk=10290>

「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

▽TEL : 052-485-5208

▽E-mail : info@alle-net.com

☆◆-----