



◆ アレルギー支援ネットワーク 通 信 ◆



NO. 87

2014. 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。

みなさまこんにちは。

日増しに暖かくなり早春の息吹をかんじる今日このごろですね。冬から春にかけ、何かと準備でお忙しい時期だと思いますが、体も活動できるよう旬の山菜などの苦いものを食べるなど、体の中から準備もしっかりしましょう。

今月も盛りだくさんの情報をお届けいたします！

==== も く じ =====

- 1、第9期アレルギー大学 開講のご案内
- 2、第9期アレルギー大学開講記念講演&アレルギーっ子のフェア ご案内
- 3、3月の期間限定！寝具キャンペーンのご案内
- 4、あいち小児保健医療総合センター・アレルギー科医師「リレートーク」第2回
- 5、アレルギー支援ネットワークのFacebookのご案内
- 6、Gooddooについてご案内
- 7、第31回日本難治喘息・アレルギー疾患学会の活動への寄付のお願い
- 8、防災のはなし 第5回 「事例：救援物資（アレルギー対応備蓄食）搬送訓練」  
防災士 中根 輝彦
- 9、防災対策ネットワーク会議のご案内
- 10、賛助会員からのメッセージ 株式会社エコノワ
- 11、「アレ大修了生☆リレートーク」 第14回 平田 佐規子
- 12、アレルギーっ子のおいしいレシピ「米粉ブレッド」 井原 菜美
- 13、アレルギーの子を持つ親の会からのメッセージ、活動報告 第5回
- 14、3月度「アレルギー児の親の交流会」開催のお知らせ
- 15、勉強会・イベント開催のお知らせ
- 16、「アレルギーっ子の防災セット」登録についてお知らせ
- 17、アレルギー教本「食物アレルギーの基礎と対応」のご案内
- 18、募金にご協力ください

=====

---

1、第9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9回目を迎えるアレルギー大学は、新たに京都が加わり、開講いたします。  
開講地域は、愛知、岐阜、静岡、三重、千葉、新潟、京都の7箇所となります。

「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、お申し込み受付開始は、3月24日（月）からとなりますので、ご了承ください。

<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。

---

## 2、第9期アレルギー大学開講記念講演&アレルギーっ子のフェア ご案内

---

### ミニシンポジウム・講演会のお申込について

お申込締切日が2月末までとなっておりますが、一部の企画のお席に空きが少しございますので、お申込を受け付けさせていただきます。

普段なかなか聞くことの出来ない専門の方の講演です。是非、この機会に一緒に学びましょう。

お席が残りわずかとなっておりますので、お早めのお申込をお待ちしております。

※お申込いただいた順に受け付けておりますので、定員に達した時はご了承ください。

（お席の空き状況）

3月8日（土）ミニシンポジウム 名古屋市の食物アレルギー対応【満席】

3月8日（土）講演 アトピー性皮膚炎の治療における最新情報【空席有・後わずか】

3月9日（日）講演 おいしく、たのしく、安全に食べる アレルギー食【空席有・後わずか】

日程：3月8日（土）・9日（日）

会場：名古屋国際会議場 2号館展示室 211・212

時間：3月8日（土）10:00～17:00 3月9日（日）10:00～16:00

---

## 3、3月の期間限定！寝具キャンペーンのご案内

---

アレルギー疾患（喘息、アトピー性皮膚炎、食物アレルギー、鼻炎など）のある方の7割～8割は、ダニやハウスダストにも反応しやすいので、室内環境の対策特に寝具の対策がとても大切です。

**3月限定で、寝具のお得な「セット価格キャンペーン」を行います！**

是非、この機会に見えない敵を撃退して、快適な環境を手に入れましょう

#### 商品価格一例 （アレルギー支援ネットワーク会員様対象価格）

|                      |                        |
|----------------------|------------------------|
| ① 丸洗いと坊ダニシート お買い得セット | 【お布団の丸洗い+防ダニシート】       |
| 定価 ¥10,500 敷きシングルの場合 | →¥9,450（税込み）           |
| ② 敷きマットと丸洗い お得セット    | 【敷きマット+お布団の丸洗い+防ダニシート】 |
| 定価 ¥58,800 掛けシングルの場合 | →¥50,000（税込み）          |
| ③ まとめ買いセット           | 【敷きマット+掛け布団+防ダニシート】    |
| 定価 ¥70,140 掛けシングルの場合 | →¥60,000（税込み）          |

※詳細はホームページのアレルギー対象商品共同購入からお申し込みください。

※会員申し込みについての詳細はこちらをご覧ください。

<http://www.all-net.com/aboutus/aboutus01/aboutus01-01/>

#### 丸洗いで撃退！今お使いのお布団のダニ対策

##### ●定期的にお布団は丸洗いしましょう

お布団を丸洗いすることで、ダニやダニの死がいや糞を除去できます。しかし残念ながら半年もたてばダニは、再び増えてきます。お布団をお手入れなしで使用すれば半年でフケ・アカもたまり、月日がたつとダニのエサとなる汚れが必ず蓄積していきます。布団は1年に一度、定期的に洗浄して中綿の汚れとダニアレルゲンを取り除く事が大切です。

防ダニシートを併用する場合は、2～3年に1度の丸洗いでOKです。

##### ●布団丸洗いのポイント（業者選び）

- ① 最低3時間以上、60～80℃の「熱処理」を行うこと
- ② すすぎの水は、循環水でなく流水洗いであること

※アレルギー支援ネットワークでは、大木産業株式会社と共同開発した特別の工程で、お布団の丸洗いを行っています。安心してご利用いただけます。しかも、東海4県は引き取り無料です。

丸洗いしている間は、今までのお手入れの状況や寝室の環境にもよりますが、お布団の使用年数が10年以上の場合は残念ながら「丸洗い」では改善の期待ができませんので、**処分して買い替えましょう。**

## ダニを住まわせない！ダニ対策アイテムのご紹介

### ●防ダニ（高密度）オリジナルシーツ（各サイズ）

- ① 針穴までダニが侵入しないように、縦横のつなぎ目や、ファスナー部分に接着テープを使いアイロンで接着
- ② 「長綿」を利用した、「あや織」。これまでの高密度の綿よりきめ細かく、洗濯洗いに優れる
- ③ ダニの数を低レベル（10匹/m<sup>2</sup>以）にコントロール  
※防ダニシーツを掛けるだけでは、ダニ対策は不十分です。ダニの大きさは通しませんが、お布団が古く丸洗いしていませんと、ダニの糞や死骸が、粉状となり外に出てしまいます。

### ●エンドレスファイバー（超長繊維のポリエステル繊維）掛け布団（シングルサイズ）

- ① ハウスダストの軽減
  - ・超長繊維の為、布団綿からのハウスダストの基になるホコリの離散が少ない
  - ・制電綿交織ブロード使用によりハウスダストの吸着が軽減される
- ② ダニの侵入を防止
  - ・ダウンプルーフ生地使用でダニの侵入を防止
- ③ ウォッシュャブル対応
  - ・ダニ撃退に対応した丸洗い及び乾燥が容易

### ●三つ折敷きマット（102×209×8.0（厚み））

- ① クリーンで衛生的
  - ・空隙間が多く水はけが良く洗濯乾燥性に優れている
  - ・ダニの餌となる頭皮等が付着しにくい
- ② ダニの生息条件を取り除くことができる
  - ・構造上、通気性がよく、湿気がこもらない
  - ・構造上、睡眠時の体から出る水分を発散させる
- ③ メンテナンスが簡単
  - ・家庭で簡単に洗淨ができ、管理が容易である
  - ・三つ折の為、ベランダにて簡単に乾燥殺菌ができる

皆様の寝具のお悩み、ダニ対策のご相談を承りますので、お気軽にご相談ください。

ご相談は [info@alle-net.com](mailto:info@alle-net.com) または、アレルギー支援ネットワーク 052-485-5208 です。

---

## 4、あいち小児保健医療総合センター・アレルギー科医師「リレートーク」第2回

---

はじめまして。

岩手県盛岡市から研修に来ている、浮津真弓と申します。

今回、あいち小児保健医療総合センターで研修をさせていただくことになったのは、東日本大震災の際、

伊藤先生、漢人先生が岩手県にアレルギーの診療応援に来てくださったことがきっかけです。そして、何度か実際の診療に同行させていただきました。診療は地域のコミュニティーセンターで行われ、終了時には一人一人の病状に合わせた対策などについて書かれた用紙を渡されていました。その際、お母さん方の安心した表情がとても印象的でした。

そして、昨年12月から研修が始まりました。

私が研修に来た時期は冬だったため、まずはじめに岩手との気候の違いにびっくりしました。

岩手県盛岡市は、一日を通して氷点下の日があったり、路面が凍結してアイスバーンになることも多いため、車での通勤に道路の凍結を心配しなくてよいなんて、とても嬉しかったです。そして、スタッドレスタイヤを装着しているほうが珍しいということにも衝撃を受けました。11月の初雪に合わせてタイヤ交換をし、もう絶対に雪は降らないと確信がもてるゴールデンウィークの頃まで、一年の約半分をスタッドレスタイヤで過ごしている私には信じられませんでした。

次に診療に関してですが、患者さんの数がとても多く驚きました。

外来受診患者さんの多さはもちろんですが、経口負荷試験が4~5か月待ちという状況を見て、需要がとても多いと実感しました。

そして、外来診療や経口負荷試験時に行われる栄養指導が、栄養士の方々によってその場で行われているのはとても画期的だと思いました。

研修期間が3か月間のため、この記事が載るころには岩手に戻っている頃かと思います。

今後は、この研修で学んだことを少しでも取り入れていければいいなと考えています。

残り少ない研修期間を有意義に過ごしたいと思います。

---

## 5、アレルギー支援ネットワークのFacebookのご案内

---

NPO 法人アレルギー支援ネットワークでFacebookを始めました。

Facebookでは、支援ネットのスタッフが日頃の支援・活動を投稿していきます。

ぜひ「いいね！」をして、定期的にご覧下さい。

支援ネットのFacebookページはこちらから

<https://www.facebook.com/alliesien>

---

## 6、Gooddooについてのご案内

---

アレルギー支援ネットワークは、ソーシャルグッドプラットフォーム gooddo（グッドゥ）に参加いたしました。

<http://gooddo.jp/gd/group/alliesien/?md=fb>

上記のリンクから gooddo のアレルギー支援ネットワークのページに行き、毎日ぜひクリックして下さい。  
(クリックにお金はかかりません)

クリック数に応じて応援企業から支援金が「アレルギー支援ネットワーク」に届けられます。

▼gooddo (グッドウ) とは？

自分の応援したい社会貢献団体を、誰でも、今すぐ、簡単に応援することができるソーシャルグッドプラットフォームです。

ぜひ「クリック」「いいね！」でご協力をお願いいたします！

<http://gooddo.jp/gd/group/alliesien/?md=fb>

ご不明な点がございましたら、お問い合わせください。

お問い合わせ：info@alle-net.com

---

## 7、第31回日本難治喘息・アレルギー疾患学会の活動への寄付のお願い

---

2014年6月28・29日に第31回日本難治喘息・アレルギー疾患学会が行われます。

アレルギー支援ネットワークでは、この学会に協力をし、2/2開催のプレ企画の運営等も行いました。今後は、学会内でのワークショップでアレルギー支援ネットワークの活動内容について発表等を予定しております。ぜひ今後の活動資金の寄付にご協力ください。

学会活動寄付にご協力いただける方は、郵便局の払込書で下記へご入金をお願いいたします。

郵便振替口座番号：00870-8-182317

加入者名：特定非営利活動法人 アレルギー支援ネットワーク

通信欄：「学会寄付」とご記入ください

---

## 8、防災のはなし 第5回 「事例：救援物資（アレルギー対応備蓄食）搬送訓練」

防災士 中根 輝彦

---

メルマガをお読みの皆さん、こんにちは。防災士の中根輝彦です。

前回から、アレルギー支援の取り組み事例について、一つ一つ紹介するシリーズが始まりました。

前回は、共同備蓄の取り組みとして、災害備蓄食料を「自分が被災したときに食べる＝自助」と「どこかで災害があったら支援物資として提供する＝共助」のどちらにも活用するという事例について紹介しました。

今回は救援物資（アレルギー対応備蓄食）搬送訓練についてのお話です。

私が住んでいる西尾市西野町小学校区自主防災会連絡協議会は、仙台市宮城野区福住町町内会と交流をしています。2011年6月に私が現地支援に出向いたのが縁で、福住町方式（民間ベースの防災協定）を提案されました。まずは実際に行き来をして、負担なく続けられるか試してみるつもりで始めました。以後、こちらからは5回、先方からは1回訪問しあっています。

そんな交流の中で、「民間ベースの食料備蓄・相互供給支援体制」構築の話が浮上してきました。福住町町内会会長のモットー「まず隗より始めよ」のとおり、自分たちから始め、趣旨に賛同してくれる団体が後から合流すればよいという考えで、実際に訓練の中で救援物資の搬送を試みることになりました。

福住町より「11月にこちらで実施する訓練に物資提供の形で参加しませんか」との声がかかり、昨年11月10日の福住町防災訓練と連動した救援物資搬送訓練が実現しました。

福住町町内会にとっては、協働相手が増えるという位置づけです。すでに福住町方式で山形県尾花沢市鶴子地区連合区会ほかと協定を結んでいて、福住町の訓練へ尾花沢市から毎年応援に駆けつけています。そこへ、私たちが愛知からも駆けつけるという形になります。

福住町の震災前後の活動については、「3・11以後を生きるヒント：普段着の市民による「支縁の思考」（新評論）や「まちむら105号」（財団法人あしたの日本を創る協会）で紹介されています。活動内容は大変素晴らしいものですが、長くなってしまいますので、ここでは割愛いたします。関心のある方は、読んでみて下さい。

さて、提供する救援物資、どんなものをどれくらいの量が必要か、事前の取り決めもニーズもありませんから、正直なところ悩みました。尾花沢市から持ち込まれる物資と重複しないよう、物資の種類にバリエーションをもたせたらどうか、先方の訓練計画案で却下されたものをこちらの提案で持ち込む形で復活させたらどうか、などと考えたりもしました。最終的には災害ボランティアの考え方「シーズ押し付けではなく、ニーズの中から対応できるものを」ということに落ち着きました。

先方より「アレルギー対応備蓄食を」というニーズを聞き出しましたので、アレルギー支援ネットワークでも扱っているアルファ食品さんのアルファ化米、「安心米」1食パックを80食分送ることにしました。

共同備蓄の啓発をしているとはいえ、私の地元の自主防連協は、まだまだ十分な備蓄があるわけではありません。新たに購入するための予算も必要です。さらに、ほかのところへ提供してしまうということへの抵抗感もありました。昨年度の訓練で講演をしていただいた返礼であり、こちらの訓練の一環として取り扱うことにするなど、説得に苦労しました。

「安心米」の調達は、アレルギー支援ネットワークさんに全面的にご支援いただきました。前回のお話の共同備蓄の考え方によれば、私たちの地元で準備していた備蓄品を持ち出すのがめざす姿ですが、今回は備蓄品がないことから、新たに購入して提供することにしました。考えようによっては、備蓄品が底を付き、さらに追加支援をするならどう調達するかという課題に取り組んだという見方もできます。

今回は、訓練であることから事前に数量や費用など通常取引に近い形で調整しながら準備することができました。アレルギー支援ネットワークさんには感謝申し上げます。前述の緊急支援持ち出しとして、時間勝負になるような場合の対応は、今後の課題として残ります。アレルギー支援ネットワークさんや連携して活動するボランティア団体さんと連携活動の訓練を試してみるのも必要かと思えます。

搬送そのものは余り難しくありません。簡単に言えば、愛知から仙台まで高速道路を通過して如何にたどり着くかということだけです。走行経路・距離、所要時間、運転交替、交通費などを記録しておけば、今後の役に立つでしょう。私自身は単独ドライブで愛知ー仙台の往復は何度もこなしていますから、感覚的には理解していますが、運転の交代要員を確保のためにも平常時に訓練で走行して感覚をつかんでもらうことも必要です。いざというときに尻込みしてしまうか、がんばって行こうという気になるか、大きな分かれ目です。

今回は、「救援物資（アレルギー対応備蓄食）搬送訓練」の事例を紹介しました。

次回は、社会福祉法人昭徳会が運営する授産所高浜安立でつくられているアレルギー対応のお菓子「ぱりまる」について紹介します。

防災士 中根輝彦

日々つぶやいています。

@TeruhikoNakane

内容は筆者個人の考え方に基づくものです。アレルギー支援ネットワークを代表するもの、方針を反映したものではありません。

ご意見ご感想をいただくと嬉しいです。次の原稿を書く励みになります。アレルギー支援ネットワークの事務局まで、お寄せ下さい。

宛先：info@alle-net.com

---

9、防災対策ネットワーク会議のご案内

---



私たちは、阪神淡路大震災・中越沖地震・東日本大震災における、アレルギー患者家族の置かれた状況と支援の経験から多くの教訓を得ました。  
災害対策は、いかに、平常時に自助・共助・公助の仕組みを作っておくかにつきます。いつ起きてもおかしくない大規模災害に備えて、アレルギー患者団体の共助の仕組み作りのために、初めての会議を開催いたします。会に参加していない、または、地域に家族会の無い個人の方の参加も大歓迎です。

日時：3月21日（金・祝） 13：00～17：00

場所：こどもみらい館（京都市左京区） 京都市営地下鉄 丸太町 下車徒歩3分

申込方法：お申込フォームに必要事項をご記載の上、FAX をお送りください。

FAX：075-406-1240

又は、記載事項に従って、メールでのお申し込みも可能です。（件名に「防災会議」と記載ください）

メール：office@allergy-k.org

お申込締切：3月15日（土）

---

## 10、賛助会員からのメッセージ 株式会社エコノワ

---

はじめまして

敏感肌の方でもご使用いただける天然由来成分を使用したヘアケア製品の開発・販売をしております株式会社エコノワの片岡と申します。

設立して7年目、まだまだ駆け出しの会社です。

エコノワが”エコ”で”ナチュラル（自然派）”にこだわったきっかけは、弊社の代表である武藤の息子が生後間もなくアトピーになったことでした。

まだ今ほど情報も多くない中、「どうしてアトピーになったのか？」「どうしたら治るのか？」を自力で調べました。

また、実家が美容室でもあり、手荒れに悩む美容師さんや敏感肌の為に美容師の道をあきらめる人たちがたくさん見てきました。

そんな息子や美容師さんの悩みを解決出来る商品を作りたい！と思い「はぐみヘアケアシリーズ」を開発しました。

武藤をはじめ、エコノワのスタッフはみんなお母さんです。

大切な子どものため、家族のために良いものを選びたい、良いものを使いたい、

そして多くの方にも良いものを選んでいただきたいという気持ちでこの仕事に携わっています。

現在販売しております「はぐみヘアケアシリーズ」は昨年12月にリブランドした商品で、以前は「エコシャンプー太陽と大地」など太陽と大地シリーズで販売しており5年以上の実績のある商品です。

## 【はぐみのコンセプト】

### ◆安心安全な食べ物を選ぶように

「野菜づくりのスタートは、土づくりから」と言います。

よく手入れをした土からおいしい野菜が育つように健康で美しい髪は、健やかな頭皮から生まれます。

HAGUMI (はぐみ)のテーマは、「頭皮のスキンケア」。

お肌をお手入れするように、成分良好なもので頭皮をケアすることが、健やかな髪のために必要だと考えます。

天然由来成分を100%使用し\*、敏感肌や頭皮に悩みがある方はもちろん、赤ちゃんから大人まで、安心してお使いいただけます。

安心安全な食べ物を選ぶように毎日使うシャンプーだからこそ、こだわって選んでほしい。安心、安全であることを、はぐみは何より大切にしています。

\* 天然由来または天然物を加工した原料を使用。

### ◆家族みんなで使えるものを

はぐみが成分にとことんこだわったのは「大切な家族に使わせたいと思えるものを」という願いが私たちの出発点でもあるからです。

敏感肌のお子さんや、髪の傷みの気になるお母さん頭皮のフケやかゆみに悩むお父さん、薄毛に悩むおばあさままで家族みんなが、安心して使えるシリーズです。

ナチュラルでやさしい香りは、天然エッセシャルオイルによるもの。

ずっと使い続けてほしいから、使い心地にもこだわっています。

家族の幸せを願うように作ったはぐみが毎日の暮らしの中で、あなたと、あなたの大切な人の健やかな美しさを育てていけますように。

### ◆1プッシュでいいんです

シャンプーを使うとき、手に取る量を意識していますか？

はぐみシャンプーの適量は、1回1プッシュ。

少ないのでは？と思われるかもしれませんが環境にやさしい植物由来の洗浄成分の力でしっかり泡立ち、気持ちよく洗えます。

もちろん詰替えができ、ゴミも減らせます。

はぐみは、自然派として成分だけでなく環境にも配慮したものであることにこだわっています。

人にも環境にもできる限り負荷を与えないエコロジーな製品で、楽しくエコ生活をしてほしい。

私たちがはぐみに込めた願いのひとつです。

そして、はぐみのこだわりは7つ。

### ①天然由来成分 100%であること

製品開発時に最低限のルールの中で、最重要事項であったのが『天然由来成分 100%であること』でした。当時世の中には無添加・自然派と呼ばれるシャンプーはまだまだ少なく、無添加と言われても、一部の合成原料が無添加なだけであつたりと、天然と呼ぶにほど遠いものがほとんどでした。そんな中天然由来成分 100%であることは、必ず守りたかったルールでした。

### ②少量でもしっかり泡が立つこと

もともと、はぐみシャンプーは美容室で使用されることが前提でした。その為、いくら自然派と言っても『泡が立たない』では話にならないため、『自然派なのにしっかり泡が立つ』という条件もクリアしました。よく自然派なのになんで泡が立つの？と聞かれますが、それは天然エキスである【ユッカシジゲラ】と【ムクロジ】のおかげです。【ユッカシジゲラ】とは、アメリカ南部の砂漠地帯に自生する植物で、アメリカ先住民の方はこの植物をシャンプーとして使用していました。また【ムクロジ】とは英語で soapnuts（ソープナッツ）＝石鹸の実という名前で、世界で最も泡が立つ植物と言われています。それらの植物の力で、自然派で非常にマイルドでありながらしっかり泡が立つのです。

### ③仕上がりがよいこと

美容室で使用されることが前提だったはぐみシャンプーですから、当然仕上がりがよくないとだめです。『自然なものだから、仕上がりが少しくらい悪くても我慢してね』では、美容師さんの仕事道具とはなり得ません。はぐみシャンプーは、髪や頭皮によいと言われる天然の植物エキスをふんだんに使用しているので、仕上がりがとってもいいのです。はぐみシャンプーを使っている方からは『静電気がなくなった』『トリートメントがなくてもサラサラ』『髪のボリュームが出た』など、うれしい声をいただいています。

### ④赤ちゃんから大人まで幅広く使えること

赤ちゃんの肌はとってもデリケートなので、ふつうは赤ちゃん用のものを使用するのですが、はぐみシャンプーはとってもマイルドな作りなので、赤ちゃんでも安心して使えます。また、髪のボリュームが気になるおばあちゃんにももちろんお使いいただけます。

### ⑤超敏感肌の人でも安心して使えること

はぐみシャンプーを開発した株式会社エコノワの代表である武藤花緒理の息子は、生後 4 ヶ月にアトピーになりました。当時（15 年以上前）は、自然派のシャンプーなどもほとんどなく、使うものに困った経験から、はぐみシャンプーを開発しています。ですから、アトピーなどの超敏感肌の方でも安心して使えることもシャンプー開発の最低限のルールでした。ほかのどんなシャンプーも使えなかったほど敏感肌の方でも、『はぐみシャンプーなら使える！』と喜びの声をいただいています。

### ⑥シリコン（合成ポリマー）・鉱物油・合成香料・合成着色料・合成保存料を使わないこと

ここ数年ノンシリコンシャンプーが話題ですが、話題になる前からノンシリコンであることにこだわっていました。ノンシリコンでここまでサラサラに仕上がるシャンプーはなかなかありません。またその

他鉱物油・合成香料・合成着色料・合成保存料などすべて無添加ですので、ただノンシリコンというだけでなく、自然であることに徹底的にこだわっています。

⑦プロの美容師さんが納得できるものであること

天然、無添加、ノンシリコン…と言っても、美容師さんの仕事はお客様を美しくすること。その為の名わき役がシャンプーですが、プロの要望はかなりレベルが高いのです。しっかり泡が立ち、汚れも落ち、仕上がりもよくて、手荒れもしない…。そんなシャンプーをどうしても作りたくてはぐみシャンプーが生まれました。現在、全国数百か所の自然派美容室ではぐみシャンプーが使われています。

はぐみヘアケアシリーズについて詳しくはこちらをご覧ください。

<http://www.hagumi-shampoo.com/>

【製品ラインナップ】(税抜価格)

はぐみトライアルセット 20ml×2本 980円

はぐみシャンプー20ml 460円

はぐみシャンプー200ml 2800円

はぐみトリートメント20ml 520円

はぐみトリートメント200ml 3200円

はぐみハーブヘアオイル50ml 2200円

はぐみヘアトニック50ml 2400円

【お買い求めは…】

エコノワ直販サイト えこのわ本舗

<http://econoixshop.com/>

はぐみシャンプーお取扱店舗

<http://www.hagumi-shampoo.com/store.html>

その他、ネットショップ様でもお取扱頂いています。

はぐみシリーズについてご不明の点などございましたらお気軽にお問い合わせください。

電話：0800-888-6699 (通話料無料 月～金 9時～17時)

メール：[info@econoix.com](mailto:info@econoix.com)

---

11、「アレ大修了生☆リレートーク」 第14回 平田 佐規子

---

みなさん こんにちは。

愛知県豊橋市在住の5歳になるアレルギーっ子の親です。

私は、アレルギー大学を受講し3年目になり、今年度 食物アレルギーマイスターの認定を受けることができました。

今までを振り返ると、アレルギーっ子を持ち、勢いでここまで来た感じもしますが、これまでのことを少しお話しさせていただきたいと思います。

まず、なぜアレルギー大学を受講しようと思ったかということ、息子がアレルギー持ちだったというのがありますが、自分自身がアレルギーに対して知らないことが とても多かったからです。世の中に、こんなにアレルギーとかアトピー性皮膚炎、食物アレルギー、喘息とか言葉は広まっているのに、じゃあ、それは何？と言われても充分理解しているかということ そうではなかったです。ですから、自分の息子のお肌が荒れていても、乳児湿疹と言われれば乳児湿疹だと思い、時期がくれば治るだろうと思っていました。アトピー性皮膚炎と診断された時は、「えっ！アトピーなの？」と思ったくらいです。もちろん、アトピーという言葉は知っていたけれど、理解していなかったのです。スキンケアやステロイド軟膏の適切な使い方なんて知ることもしなかったです。食物アレルギーに関しても、血液検査の結果は目安であって、実際は食物経口負荷試験が必要、とかもアレルギーの子を持って知りました。乳のアレルギーで、乳製品の食材によってタンパク含有量が違うなんて 初めの頃あまり重要視しておらず、ピザのチーズの下の具材をあげて症状が出たり、今、思うとかなり怖い事をしたと思います…。情報は、病院を受診して聞いたり 経験して学んだこともありますが、まだまだ知らないことがあるのでは という不安と、豊橋市で患者会を始めたこともあり、アレルギーについて もっとしっかり学んで知識を深めたいと思い、アレルギー大学を受講しました。

アレルギー大学は、今までのリレートークのみなさんもお話しされているように、医学、栄養学、食品学、食育などを総合的に学べます。それもトップレベルの講師群で、最新の情報が学べ、内容も奥が深いです。豊橋から名古屋まではちょっと遠いなと思いましたが、とても多くのことを習得でき、受講して本当に良かったと思いました。

そして、今年度 食物アレルギーマイスターの認定も受けることができ、今まで学んだ知識や自分の経験を活かして、少しでも多くの方にアレルギーについて知っていただけたら嬉しく思います。これからも、頑張っていきたいと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。

最後までお読みくださいまして、ありがとうございました。

---

## 12、アレルギーっ子のおいしいレシピ 井原 菜美 「米粉ブレッド」

---

今回は第8期アレルギー大学の「研究・実践コース」の研究実習で発表していただいたレシピをご紹介します。

小麦・卵・乳を使わずに、おいしいパンになるように工夫されています。

---

## 13、アレルギーの子を持つ親の会からのメッセージ、活動報告 第5回

---

## 「日進 長久手アレルギーの会 <ぷちヴェール>1月の活動報告」

私たち「ぷちヴェール」は日進・長久手、近隣の市町村から参加するアレルギーを持つ子の親の交流の場として、2ヶ月に1度テーマを決めて交流会を行っています。

1月18日に開催された定例交流会では、スギヤマ調剤薬局御器所店店長藤堂さんをお招きし、「薬剤師さんに聞くアレルギー時のお薬相談会」を開催しました。

アレルギーや漢方に関する知識を豊富に持ち合わせた薬剤師さんから直接お話を聞けるということで、当日は多くの方が参加して下さいました。

事前に会のメンバーより、日頃からアレルギーや薬に関して疑問に思っている事等を募集し、当日は藤堂さんにその質問についてご回答頂く形で進行しました。

アレルギーに関して処方される薬について、スキンケアの保湿剤について、また漢方薬についてなどたくさんの方が質問が寄せられましたが、1件ずつ丁寧に説明いただき、参加された皆さん真剣に聞き入っていました。

医療機関ではなかなか聞くことができないが疑問や不安を感じていたことを、今回藤堂さんに直接伺うことができるとても貴重な機会となりました。また新しいお薬や治療に関する情報などもお話しいただき大変勉強になりました。

今回の講演会は、スギヤマ調剤薬局御器所店店長藤堂さんのご好意によって開催することができました。藤堂さんには大変お忙しい中ご講演いただきましたことを「ぷちヴェール」の会員一同心より感謝しております。

今後も、アレルギーを持つ親や家族が有意義な時間を過ごすことのできる交流会を開催していけたらいいなと思います。

---

## 14、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、私たちと一緒に話をしませんか？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月の日程】

1日（土） 緑アレルギーの会 緑生涯学習センター・料理教室（募集は締め切りました）

5日（水） 西尾アレルギーの会・アレっ子元気 西尾市総合福祉センター4F・洗心庵

6日（木） 守山アレルギーの会 アクロス小幡内 守山社協 3F 研修室

岐阜市・アレルギーっ子の会「さくらんぼ」 かとうマタニティクリニック・キッズルー

|        |                       |                       |
|--------|-----------------------|-----------------------|
|        |                       | ム（岐阜市芥見長山）            |
| 7日（金）  | 天白アレルギーの会             | 天白在宅サービスセンター ボランティア室  |
|        | あま市アレルギーの会            | 美和公民館                 |
|        | 岡崎アレルギーの会             | 東部地域交流センター「むらさきかん」    |
| 10日（月） | 名古屋南部アレルギーの会          | 南区役所内 社協の調理実習室        |
| 11日（火） | 春日井市アレルギーの会           | レディヤン春日井（変更になる事があります） |
| 12日（水） | ぷちヴェール（日進・長久手アレルギーの会） | 北部福祉会館 食事室&和室         |
| 13日（木） | 豊川アレルギーっ子の会           | ウィズ豊川（豊川社会福祉2F和室）     |
| 14日（金） | アレルギー児親の会             | アレルギー支援ネットワーク事務所（予定）  |
|        | 名東アレルギーの会             | 名東区在宅サービスセンター・研修室2    |
| 15日（土） | 刈谷アレルギーの会             | 刈谷市民ボランティア活動センター      |
| 20日（木） | 豊橋アレルギーっ子の会           | 障害会館「さくらピア」児童保育室      |
|        | 蒲郡アレルギーっ子の会           | 蒲郡勤労福祉会館 3F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/>

<mhtml:%7B391507A9-FDA5-4B61-A241-76B1EBC37C8A%7Dmid://00000148/%21x-usc:http://www.alle-net.com/>

皆さまのご参加をお待ちしております。

## 15、勉強会・イベント開催のお知らせ

アレルギーに関する勉強会や、イベント・情報などをホームページにて掲載しております。  
みなさまの、情報交換の場として、是非ご活用ください。

詳しくはこちらをご覧ください。<http://www.alle-net.com/info/info07/info07-08/>

## 16、「アレルギーっ子の防災セット」登録についてお知らせ

【防災セットとは】

アレルギー支援ネットワークの、防災救援システムの一つです。

緊急時安否確認システム登録・データ登録シリコンバンドにより、アレルギー疾患を持つ患者家族の皆様が、アレルギー支援ネットワークと連絡を取り合える事を目的とし、

災害時・緊急時に患者の情報をスムーズに伝えるために役立つ緊急時（災害時）おねがいカードをセッ

トにしました。

#### 【セット内容について】

防災セットは、緊急時安否確認システム登録・データ登録シリコンバンド1本・緊急時（災害時）おねがいカード3枚がセットになります。

#### 【緊急時安否確認システム】

地震など大きな災害が発生した場合は、被災地域の登録者に対してアレルギー支援ネットワークより安否確認メールを送信します。

メールに返信していただくことで安否の確認をいたします。その際必要な情報がある場合希望内容をご連絡ください。

被災した現地の支援情報等得ることができている範囲での最新情報をお伝えいたします。

#### 【データ登録シリコンバンド】

シリコンバンドには安否確認システムにリンクする登録番号が印字されており、バンドを身につけていることで、緊急事態でも事前に登録された患者情報から迅速に救援の手配をすることができます。

#### 【緊急時（災害時）おねがいカード】

災害時に保護者と離れ離れになっても、周囲の人にアレルギー症状や除去食品、連絡先や主治医等の情報を正確に知らせるための携帯用カードです。

非常時にはもちろんのこと、平常時にも周囲に正確な情報を提供するために役立ちます。

#### 【防災セットお申し込みについて】

対象者：食物アレルギー、ぜん息、アトピー性皮膚炎などの患者本人または保護者の方

料金：アレルギー患者1人につき1セット無料（登録料・管理サービス料・送料などすべて不要です。）

注意・・・公益事業として助成金で作成費などを補っているため、無償サービスは先着1万名様となります。有償になる場合は事前にHPでご案内いたします。

予備・追加について：予備の購入、紛失等による追加は、シリコンバンド1個250円、緊急時おねがいカードは1枚25円となります。

（送料・振込手数料は自己負担となります）

#### 【申し込みの流れ】

- ① 安否確認システムへの登録（アドレス表示）から登録してください。

[登録方法](http://alle-res.com/Contents/Menu.php)をご覧ください、<http://alle-res.com/Contents/Menu.php> よりご登録下さい。

（既にシリコンバンドをお持ちの方もまずは安否確認システムへご登録ください）

登録に使用するメールアドレスは、「@」より前に「.」の使われているものはご利用になれません。登録メールアドレスを設定する際に、メールフィルターをご使用の場合には、メールフィルターの設定を解除してください。



- ↓
- ②アレルギー支援ネットワークに登録情報が届く。
- ↓
- ③登録番号の決定（番号の指定はできませんので予めご了承ください）
- ↓
- ④登録番号の入ったシリコンバンド（1本）と緊急時おねがいカード（3枚）が届く。  
（登録から発送まで、1～2週間ほどかかります。）

#### 【登録後】

災害時・緊急時にこのシステムを少しでもスムーズにご利用頂けるよう、日頃から3～4ヶ月に1度程度メール配信をいたします。

メールアドレス変更・登録内容の変更等は、防災ネットワーク・お問合せフォームよりご連絡ください。

現在、様々な状況に応じできる限りの情報提供ができるよう平時より体制を整える準備を進めています。

---

#### 17、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、興味があるという皆様にもぜひ、お手元へ置いていただきたい一冊です。

---

#### 18、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きます。）

<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。

☆ ★☆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

☆◆-----