



◆ アレルギー支援ネットワーク 通 信 ◆



NO. 94 2014.10.1

※等幅フォントでご覧いただくと最適に表示されます。

日中は暑い日差しもまだまだありますが、心地よい風が吹くようになってきました。
夜は虫たちの素敵な音色を、お子様達と一緒に楽しんでおられることではないでしょうか。
食欲、運動、読書の秋など様々な秋があります。

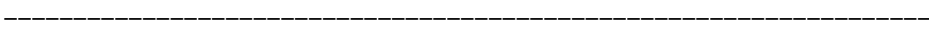
手始めに読書の秋として、今月のメルマガをお楽しみ下さい♪

===== も く じ =====

- 1、今月限定企画！！アルファ化米キャンペーン
- 2、ご協力お願いします！
『東海地域にアレルギーを持つ親子を支えるサロンを』プロジェクト
- 3、アレルギー科医師「リレートーク」 第9回
- 4、アレルギーっ子のおいしいレシピ 『イタリアンおやき』 近藤由美
- 5、賛助会員からのメッセージ
かめさん商店 ☆アレルギー大学 in 沖縄 ベーシックプログラムのご案内☆
- 6、第9期アレルギー大学 上級講座のご案内
- 7、「アレ大受講生☆リレートーク」 第20回 富田伸子
- 8、千葉アレネット情報 第6回
- 9、アレルギーっ子の防災 第12回 防災士 中根輝彦
- 10、アレルギーが心配な保護者の方へ
★アレルギーの子を持つ親の会からのメッセージ
第12回 美濃加茂市周辺のアレルギー児の親の交流会
★★10月「アレルギー児の親の交流会」開催のお知らせ
- 11、おすすめ♪講習会・イベント情報
★「アレルギーっ子の相談会」のご案内
★★ぜん息講演会のご案内
★★★「アナフィラキシー対応とアドレナリン自己注射器」講習会
★★★★勉強会・イベント開催のお知らせ
- 12、Gooddo（グッドウ）についてご案内

=====

1、今月限定企画！！アルファ化米キャンペーン



◆数量限定!食べながら備える!!『アルファ化米』普段から食べてみようキャンペーン◆

非常食の備蓄をしていますか？

買ってはみたけど、食べてないからよくわからない…。

非常時に安心して食べられるよう、ふだんの食事でも食べ慣れておくことも、防災への第一歩かもしれません。

現在『『アルファ化米』普段から食べてみようキャンペーン』を行っていますので、毎日使って食べる「流通備蓄」を意識して、ぜひこの機会にご家族で『アルファ化米』を食べてみましょう！

今回のキャンペーンでは、アルファ化米（残り期限 3～4 年程度）を特別価格にてご提供します。数量限定のため、無くなり次第、販売終了となります。ご了承ください。

申込締切は平成 26 年 10 月 31 日着分（インターネットショッピングカート・メール・FAX）までとなっております。お早めにお申し込み下さい。

2、ご協力をお願いします！

『東海地域にアレルギーを持つ親子を支えるサロンを』プロジェクト

いつもアレルギー支援ネットワークの活動に対するご支援ご協力をいただきまして誠にありがとうございます。

10 月 1 日(水)から一ヶ月間の限定で、オンライン寄付サイト「Give One」のご協力のもと、アレルギー疾患があっても安心して子育てをすることができる環境づくりのために寄付をしていただくという『支え合い300人キャンペーン』を行います。皆さまからのあたたかいご支援をよろしくお願い致します。

◆キャンペーン期間◆

2014 年 10 月 1 日(水)～2014 年 10 月 31 日(金)

◆目標金額◆

300,000 円 ※1,000 円から受け付けています。

詳しくはこちらをご覧ください。

<http://www.giveone.net/cp/PG/CtrlPage.aspx?ctr=pm&pmk=10343>

また、キャンペーンの広報拡大にご協力をお願いいたします。

* 友人・知人に本キャンペーンについてお知らせ下さい。

* mixi twitter facebook をご利用の方は、ぜひ本キャンペーンを投稿してください。

3、アレルギー科医師「リレートーク」 第9回

こんにちは。「リレートーク」第9回は愛知医科大学小児科から武藤が担当します。

9月に入ってなんだか涼しくなりました。去年や一昨年9月という、まだまだ暑かった感じがしますが、今年はずいぶん涼しく感じます。

アトピー性皮膚炎のお子さんにとっては、涼しくなるとお肌の乾燥が気になります。これからの時期はスキンケアが大切になってきますね。

顔を石鹸で洗って、お風呂の外に出ると顔のお肌がつっぱるなんてことはありませんか。お母さま方もご経験があると思います。アトピー性皮膚炎のお子さんでは、そんな状況が顔だけでなくあちらこちらで起きています。風呂の外に出て乾燥してしまう前に保湿剤を使ってあげるとよいですよ。

「ヘパリン類似物質軟膏」を使うときはお風呂の洗い場で体を拭いてあげて、湯気がもくもくしている中で塗ると結構しっとりが長持ちする気がします。

「ワセリン」をお使いの方は、寒くなるとワセリンが固くなります。お風呂場の中にワセリンを持っていくと、暖かくなってやわらかくなります。ワセリンをやわらかくすると、体がぬれたままでも薄くのびますよ。一度お試しになってみてはいかがでしょうか。

涼しくなるともう一つやっておきたいことがあります。ぜひお掃除をしてみてください。涼しくなるとダニが増えなくなります。この時期が掃除のチャンスです。秋になったらゆっくり掃除機をかけてダニの数を減らしておくとういと思っています。

アレルギーの病気の中には、病院で治療方針を聞いて、お薬をもらってきます。でも、ただ薬を飲んでいけばよくなるものではない気がします。そして、お薬を使ったり環境の管理をしたりと、治療の現場は自宅であることが多いと思います。

お薬だけでなく、おうちでどんなことをどんなふうにしたらよいか、ちょっとしたこと、疑問に思ったことをたくさんお話して行きたいと思っています。患者さんにとって何がよいかを、ご家族の皆さんと一緒に考え、同じ目標に向かって歩いて行ける。こんなのって、いいですよ。

長くなりましたが、こちらでおしまいにしますね。風邪ひかないようにうがいして下さいね。
それではみなさま、ごきげんよう。

武藤 太郎

4、アレルギーっ子のおいしいレシピ 『イタリアンおやき』 近藤由美

スイーツばかりが、おやつじゃない！素朴なおやきを現代風のアレンジで♪



5、賛助会員からのメッセージ

かめさん商店 ☆アレルギー大学 in 沖縄 ベーシックプログラムのご案内☆

みなさんこんにちは！

沖縄県糸満市で、食物アレルギー対応食品専門店をしています「かめさん商店」の田村と言います。

私も、食物アレルギー児の母でした。(今は卵生以外なら大丈夫になりました！)

生きることすべてにつながる食の制限は、子供にも親にも非常に辛いものでした。

現在まだまだたくさんの方々が日々悩み、不安になる日々を送っていることと思います。

少しずつですが、行政や地域の事業者さん、患者家族と協力し合いながら、また栄養士さんや専門医とも連携した安心・楽しい沖縄県をめざし奮闘しています。

今年はず「ベーシックプログラム」の大きな一歩を成功させるべく、邁進していますのでどうぞよろしくお祈りします！！

お申込みはこちら

<http://kamesan.ti-da.net/e6669523.html/>

6、第9期アレルギー大学 上級講座のご案内

基礎・初級講座に引き続き愛知会場・静岡会場（一部のみ）中級講座を開講しております。中級講座にも大変多くの皆さまにご受講いただき誠にありがとうございます。

また、中級終了後に愛知会場で上級講座が開講されます。

上級は、より深い内容と対応について学ぶ講座となっており、様々な職種の皆さまでディスカッションをしていただき、他業種の皆さまと意見交換をすることでより知識や考えを深めていただく機会もあります。

皆様の講座お申込・ご受講をお待ちしております。

詳細はアレルギー大学ホームページをご覧ください。

<http://www.aller-net.com/alledai/alledai01-01/>

7、「アレ大受講生☆リレートーク」 第20回 富田伸子

保育園内で【アレルギー】という言葉が聞かれるようになった頃、わが子が卵アレルギーデビューしました。冷蔵庫から卵が消えた記念日です。

宇理須先生の下、三回負荷試験を行い、口元の発疹、鼻水、咳、目が充血し、最後は嘔吐で締めくくり、肩を落として帰宅したことを今でも鮮明に思い出します。こうしてわが子のアレルギーと向き合っている間に保育園でも徐々にアレルギー児が増え、ここ数年は一人で複数のアレルギーを抱えるお子さんも見られるようになりました。

また、アレルギーという言葉が浸透して不安が先走り安易に除去する保護者、園でも対応を希望される保護者も見えると感じました。アレルギー児やその保護者と向き合うには正しい知識と最新の情報が必要だと考えていたおり、食物アレルギーについての研修会でアレルギー大学のことを知り受講に至ったわけです。

初回は和泉先生の栄養学の観点からの講義でした。「ここまでは解るよね。学校でやったでしょ。」（えーっ！保育士養成校ではやらないってー！）もうチンプンカンプンです。

先行き不安でしたが、難しいところはあえて聞かなくてもいいことにしようと割り切って、今の園の状況にとって必要なことを聞き留めるようにしました。和泉先生ごめんなさい。

講義が進むにつれ、今までの断片的な知識がつながるようになり、最新の情報を得ることで

職場に伝達し誤食防止対策を皆で考える一助になりました。保護者の方と改めて懇談する時間をもつことで情報を分かち合い、アレルギーと診断された経緯や保護者の考え方などを知ることができました。今年度から名古屋市は段階別除去をやめ、より安全に食を提供する対応になりました。これを受け今以上に調理スタッフとの連携をとり代替食を研究しようという段階です。

今年度は、アレルギー大学にボランティアとして参加させていただいています。繰り返し講義を聴くことで初回わからなかったことが、すーっと入ってくると実感します。情報が知識となっていくように思います。

幅広い分野から大勢の先生方がアレルギー大学に賛同され講義をしてくださることに、支援ネットワークのスタッフの皆さんの取り組みの使命感を感じます。特に講義後、質問が殺到して行列ができて先生方は一人一人に丁寧に答えてくださり、質問された方は少し安心したように表情が和らいで会場を出られるように感じます。

これからもアレルギーをもつお子さんが安心して過ごせる園、学校、地域となっていくよう更にアレルギー大学、支援ネットワークの取り組みが広がることを願い、微力ながらこれからも参加させていただきたいと考えております。

8、千葉アレネット情報 第6回

こんにちは。NPO 法人千葉アレルギーネットワーク 副理事長 桐谷利恵です。

【ベーシックプログラムのご報告】

8/31 にベーシックプログラムを行い61名の参加がございました。

学生さんを中心に保護者の方や米粉を扱うお店の方など様々な方に参加いただきました。

基礎の医学、食品学は学生さんにもわかりやすくお話しいただきました。

「アナフィラキシーとその対応」は講師の皆さんでロールプレイングをしてくださり、対応で間違っているところを受講生に答えていただきました。

また、エピペンの実習もあり、実物も4名体験しました。旧式のエピペンエドゥケーターが実技をして、針の長さや太さを確認しました。その後「保育園・学校におけるアレルギー対策」ということでじっくりと座学で勉強しました。

受講生のアンケートにも大学ではこのように詳しく学んでいないので、就職してから役に立ちそうだしもっと学んでいきたいと思いと書いていただいた方が何人もいらっしゃいました。



【本の紹介】

千葉のアレルギー大学で卵・乳に対応した給食Ⅰの実習の講師でもあります小川 由佳先生が昨年の暮れに笠倉出版より「アレルギーっ子のイベントごはん」という本を出されています。7品目除去レシピが載っています。単なるレシピ本ではなく冒頭には河野陽一先生、監修の食物アレルギーの基礎的なことが書いてあり、調味料や材料のことも詳しく書いてありますので保護者の方には参考になる本だと思います。



【アンケートのお願い】

NPO 法人千葉アレルギーネットワークでは千葉県環境生活安全課の委託業務を受けて「食物アレルギーの誤食&ひやりはっと事例アンケート調査」を行っております。

ご回答いただきました事例は冊子やインターネットで公開することにより、誤食事故が減り、食物アレルギーの患者さんの理解や安全確保に貢献できるのではと期待しております。

個人情報につきましては公開時には特定できないように配慮いたします。

千葉県の事業ではありますが、他県の方もインターネットでご回答いただけますのでよろしくお願いたします。

<http://www.chiba-allergynet.jp/anketohuomu>

9、アレルギーっ子の防災

第12回 2014.9.22「自治体のマニュアル等への要望反映」

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。
災害復旧支援・防災における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、第8回目です。

前回は、「防災啓発ツールへの反映」により、アレルギー支援の必要性理解を加速させる試案についてのお話でした。

今回は、「自治体のガイドラインやマニュアルへの要望申し入れの事例」について紹介します。

最近は、自治体とNPO法人やボランティア団体などが協働して、社会問題の解決にあたらうという「市民協働」の動きが活発になってきました。協働できそうなテーマなら何でもありというくらいな感じがします。同じゴールに向かって、それぞれの立場を尊重しながら、得意なところを分担し合う。活動を通じて相手のことも理解できて、よい関係を築ける。大変良い傾向だと思います。

私の地元の西尾市の場合、地域防災活動の支援に関しては、この仕組みがうまく回っているように思います。私が所属する西尾防災リーダー会と市役所危機管理課は信頼関係ができて、補完しあう体制ができています。他にも防災啓発団体があり、それらの団体との役割分担も調整しつつ、一緒に活動をしています。みなさんの地域はどうですか？行政の担当部署とよい関係を築けていますか？

このような市民協働の活動があり、行政から信頼されるようになると、なにかと相談事も持ちかけられます。該当分野における市民代表として意見を求められたり、市民の声を集めて提言したり、何かと要望を発信するチャンスが訪れます。もちろん、公共性や実現性などを検討した妥当な要望意見であることを示すことも、採用してもらうためには必要でしょう。私欲に走るようでは、信頼が崩れてしまいます。

アレルギー支援ネットワークは今月初めに、名古屋市の災害時の避難行動ガイドライン策定について、担当部署が作成した案に対して、意見を提出する機会を得ました。前述の要望意見を提言する活動の一例です。災害時のアレルギー関係者の行動について提言するチャンスというわけです。

今回の検討作業では、災害対応のマニュアルや計画がかなり細分化されてきていること、地域により取り組み状況にかなり差が出てきていること、アレルギー対応の啓発がまだまだ足りていないことなど、いろいろ気づかされました。名古屋市の検討内容をここで公開することはできませんが、内容を汎化して紹介します。

今回の検討内容は避難行動についてです。災害が発生した直後から避難所などで避難生活を始めるまでの期間の行動に関して、アレルギー患者が注意すべき点や共助・公助の支援策として考えられる内容について意見を求められました。

このメルマガではこれまで、アレルギー対応の備蓄食料確保など食事に関することを取り上げてきました。命に直結する最優先課題と考えているからです。でも、そればかりではなく、最重要ではなくとも、必要な対策についてもれなく検討を進めていくことが大事であることに気付かされました。ふだんから議論しておかないと提言するチャンスを逃してしまうこともあるかもしれません。

避難行動と一言でまとめてしまうには無理があるくらい、いろいろな状況が考えられます。季節・時刻・天候・災害の種類…。いろいろな設定で、発災直後からの行動をシミュレーションして弱点や対策を検討する手法として「目黒巻」があります。東京大学の目黒先生のチームが開発したもので、発災直後から数日・数か月・数年とあらかじめ決めた時間軸の行動を長い巻物状の用紙に記入して、検討するものです。

このようなツールを活用して、あらかじめ検討を進めておけば、今回の検討作業でも、具体的に提言できたでしょう。残念ながら今回は十分な検討ができておらず、提出期限までにまとめることができませんでした。

どんな災害にも概ね共通するのが、倒壊家屋から舞い散るほこりやアレルギー物質・土砂やがれきの粉じんなど。アレルギー患者に悪影響を及ぼす物質と発生状況、それらを防いだり軽減したりする保護具などの備えや対策など、この原稿を書きながらも、検討すべき内容がどんどん浮かんできて、要望意見提出期限までにまとめられなかったのが残念でなりません。

要望提言のチャンスをしっかり生かせなかったこと、対策検討が十分でなかったことなど、反省すべき点の多い事例となりました。次のチャンスまでには少しでも前進するように頑張りたいと思っています。

みなさんも、こんな悔しい思いをしないで済むように、ふだんからいろいろと議論してチャンスを逃さないようにしましょう。

今回は、「自治体のガイドラインやマニュアルへの要望申し入れの事例」について紹介しました。

次回も楽しみにしててください。

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

10、アレルギーが心配な保護者の方へ

★アレルギーの子を持つ親の会からのメッセージ

第12回 美濃加茂市周辺のアレルギー児の親の交流会

「美濃加茂市周辺のアレルギー児の親の交流会設立について」 丹羽恵子

私は、栄養士の仕事で、乳幼児の健診、食育活動に携わることが多くあり、その中で、アレルギーに対する相談が年々増加しています。相談にお答えするには、正しい知識、また、新しい情報を親さん方に伝えていかななくてはいけないと思ひ、アレルギー大学を受講しました。上級コースを修了し、現在はボランティアスタッフ、サポーターとして、お手伝いをさせていただいています。

講座を受講していく中で、受講生の親さん方の交流で、お互いの悩みなどを話し合い、納得され、安心していかれる姿をいくつか見ることがあり、自分の身近にも交流する場所があれば、アレルギー児をもつ親さんの抱えている悩みなどが少しでも軽減されるのではないかと。また、アレルギーのことを正しく理解することができる勉強会などがあれば日頃迷わず、楽しく生活を送っていただけるのではないかと強く思いました。

私の住んでいる岐阜県美濃加茂市周辺には、親の会がないので、設立したいと思ひ、アレルギー支援ネットワーク理事の中西里映子さんに相談をし、お力添えをして頂き、7月に第1回を開催することができました。

9月に第2回を開催し、今後も月1回開催していきます。

第1回、第2回と参加して頂いた親さんからは、「とても勉強になりました」。

「え？そうなんだ！」と納得され、明日から実践していきます。今日来て、良かったです。などのお声を聞くことができ、嬉しく思っています。

まだ立ち上げたばかりで、課題もまだまだ沢山ありますが、中西さんと一緒に課題を1つずつクリアできるように、美濃加茂市周辺の地域に広まり、定着できるように頑張っていきたいと思えます。親の会についてよいアドバイスなどあればお力をお借りしたいです。宜しくお願い致します。ありがとうございました。



10、アレルギーが心配な保護者の方へ

★★10月「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わせも多く、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。

会に参加ご希望の方は、アレルギー支援ネットワーク事務局までお気軽にお問合わせください。

皆さまのご参加をお待ちしております。

【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。

【各地の患者会】

<http://www.all-net.com/network/network04/network04-03/>

【アレルギー支援ネットワーク事務局】

電話：052-485-5208

URL：<http://www.all-net.com/>

1 1、おすすめ♪講習会・イベント情報

★「アレルギーっ子の相談会」のご案内

10月16日（木）11：00～12：30 名古屋市子ども子育て支援センター
758 キッズステーションにて、「アレルギーっ子の相談会」を開催致します。

アレルギーに関する疑問について、お答えします。あらかじめご質問をご提出いただき、講座の中でお答えしていきます。（全ての質問にお答えできない場合もあります。）アレルギーについての最新情報もお伝えいたします。

【講演会詳細】http://www.kosodate.city.nagoya.jp/kids/course_itiran0811.html

【講座申込み】<http://www.kosodate.city.nagoya.jp/kids/uketuke.html>

1 1、おすすめ♪講習会・イベント情報

★★ぜん息講演会のご案内

10月29日（水）に、港保健所の主催で講演会「発作ゼロにつながるぜん息治療と自己管理」を、愛知芸術文化センタービル12階の会議室にて、開催することになりました。

1 1、おすすめ♪講習会・イベント情報

★★★「アナフィラキシー対応とアドレナリン自己注射器」講習会

認定NPO法人アレルギー支援ネットワークでは、教育・保育関係の先生および保護者を対象として、エピペンの使用を含むアナフィラキシー対応に関する講習会を企画しています。これまでに園や学校の先生をはじめ、保護者・救急救命士の方など多くの方にご受講いただいた講習会です。

ご好評により、10/21(火)・2015年1/29(木)の追加開催が決定しました。エピペンを打つタイミングなどの重要なポイントを、詳しく学んでいただくことができる内容となっています。迅速に対応していただけるようになるために、講習会へのお申込みをお待ちしております。

1 1、おすすめ♪講習会・イベント情報

★★★★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/>

12、Gooddo（グッドゥ）についてご案内

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/allesien/?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（グッドゥ）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/allesien/?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

＝＝

★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

▽TEL : 052-485-5208

▽E-mail : info@alle-net.com

☆◆-----