

NPO 法人アレルギー支援ネットワーク

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



◆ アレルギー支援ネットワーク 通信 ◆



NO. 34

2009. 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。

皆さん、こんにちは。今年4月より、アレルギー支援ネットワークの三重県担当職員になりました浅川です。

三重県内各地のアレルギーの会を順番に回り、いろいろなお母さんたちと会えることを楽しみにやっています。まだまだ慣れないことばかりですが、県単位で、よりきめ細かいケアができたらと思っています。

==== も く じ =====

1. 「経口免疫療法に関して」
2. 松坂アレルギーっ子の会 まつぼっくり
3. 読者からの投稿
4. 2009年アレルギー大学を受講して（岐阜）
5. アレルギー大学のお知らせ
6. その他お知らせ
1) 「アレルギー児の親の交流会」 開催のお知らせ
7. メールマガジンについてのお問合せなど

=====

1. 「経口免疫療法に関して」

先日の新聞に、食物アレルギーの経口免疫療法に関する記事が掲載されました。経口免疫療法とは、食物アレルギーの原因となっている食べ物を食べて治そうという治療法です。元来食物は体にとって異物なのですが、食物を利用して栄養を得る必要があるため、ヒトには食物に対して過剰な免疫応答を起こさないようにしくみ（免疫寛容といいます）があります。このしくみを利用して、アレルギー症状を引き起こす原因食物を完全に除去するのではなく、あえてその食物を経口摂取することで耐性（「慣れ」のようなものです）を獲得しようというわけです。実際、国内・海外を問わず、この経口免疫療法の有効性に関する報告が少しずつ出されるようになってきました。

しかし、経口免疫療法はまだ確立された治療法ではありません。原因食物を摂

取していくと、アレルギーの症状が高い確率で出現します。中にはアナフィラキシーといわれる重い反応が起きてしまう場合もあります。また、どのような年齢の患者さんが対象となるのか、何の食物アレルギーに対して有効なのか、原因食物を食べていく方法をどうしたらよいのか、入院期間はどの位必要かなど、検討すべき課題がたくさんあります。従って、現状では全ての食物アレルギーの患者さんが、どこの施設でもこの治療法を受けられるわけではありません。

これまで食物アレルギーがあるために様々な大変な思いをされてきた患者さんや保護者の方にとって、「食べて治す」経口免疫療法によせる期待は非常に大きなものであると思います。だからこそ、安全に、有効にこの治療を行えるよう専門家の先生たちが検討を重ねています。

(この記事は、メールマガジンの読者の方から頂いたご質問にお答えしました。)

2. 松坂アレルギーっ子の会 まつぼっくり

皆さん、こんにちは。

三重県松阪市の、松坂アレルギーっ子の会、まつぼっくりの藤田です。

私たちは、津市の「アレルギーっ子の会ぼかぼか」から、枝分かれし、平成 17 年に、活動をはじめました。現会員数は 14 名です。

松阪市市民活動センターで、隔月 1 回、土曜日（不定期）の午前中に、定例会を開催しています。

これまで「幼稚園、保育園、学校におけるアレルギー対応給食の充実」、「市の災害時、備蓄食料のアレルギー対応」を行政へ要望、会員間での情報交換、クッキング、バーベキュー、クリスマス会などの交流会を開催いたしました。子どもたちの交流はもちろん、アレルギーっ子のママの、息抜きの場所でありたいと思っています。

松阪市では、今年 9 月より、中学校給食が開始されました。

私たちの会の設立の年、1 市 4 町が合併し、新しい松阪市が誕生しました。これまで中学校給食のなかった旧松阪市は、給食開始に向け、給食センターを建設計画中でした。とり急ぎ、教育委員会に、「学校給食におけるアレルギー対応の充実に求める要望書」を提出したものの、調理、配膳、スタッフの意識など・・・給食開始の年に、長男（卵、乳アレルギー）が中学校入学を控えていたこともあり、不安でいっぱいでした。2 年後、給食センターには、設計段階でアレルギー専用調理室が、組み入れられました。

また、スタッフである栄養教諭は、アレルギー大学の初級、中級講座を修了された先生だということを知りました。これは支援ネットをはじめ、県内外の親の会の会員さん、諸関係者の方々のご尽力のおかげです。

わが子はもとより、松阪市のアレルギーっ子と家族が救われたことは、会活動の大きな励みになっています。ありがとうございます。

先日は、市安全防災課より、支援ネットに対し、災害時における協力の要請があり、支援ネットスタッフの栗木さん、浅川さん、津市ぼかぼかのスタッフ森さんに、松阪市へお越しいただき、市安全防災課担当者と、災害協定について懇談をおこないました。この件につきましては、安全防災課と当会とで、話し合いを続けていきます。

松阪市では、現在のところ、乳児用ミルクの災害時備蓄がありません。

当面の活動としては、市安全防災課に、アレルギー対応乳児用ミルク備蓄の要望を出しています。

息切れせず、地域にしっかりと根付くことを目標に、活動していきたいと思っています。今後とも、ご支援、ご協力をお願いします。

3. 読者からの投稿

とこなめアレッ子ママのTさんより、お子さんの通う小学校の校医さんがアレルギーの専門医でもあり、とても嬉しい出来事があったそうで、その報告をしてくださいました。

私には、小学校2年生の娘と年中の息子がいます。年中の息子に小麦アレルギーがあり、小麦完全除去の生活をしています。

先日、娘の通う学校で高学年と保護者向けに学校医の先生から「アレルギーについて」のお話がありました。アレルギー疾患について一通り説明があってから最後に「皆さんにお願いがあります。みんなの中にはアレルギーの症状で困っている子がいます。給食が食べられないとか、ぜん息が出ていて体育を見学しないといけない子や、飼育当番ができない子もいるかもしれません。そんな子にサボっているとか、わがままだとか言わないで下さい。そんな子がいたらアレルギーがあるんだなあとやさしく見守ってあげて下さい。」と話されました。

私は、このお話を聞いてとても感動しました。アレルギー児の親にとってアレルギーが原因でいじめられないか、いやな思いはしないだろうか、ということがすごく大きな心配事です。しかしそれをお医者さんから子ども達に直接話してもらう機会はあまりないと思います。アレルギーを持つ子どもたちや家族の気持ちをととても理解している先生だなあと思いました。そして、これからのアレルギー持ち家族の生活の励みになりました。

とこなめアレッ子ママ T

4. 2009年アレルギー大学を受講して（岐阜）

ピッピクラブ（アレルギーの子を持つ親の会） 坂井真由美

今年初めてアレルギー大学初級講座が岐阜で開講されました。医学、食品学、栄養学を基礎から丁寧に講義して下さい、さまざまな事を学ばせて頂きました。

食物アレルギーの基本からアレルゲン別の症状と対応を詳しく講義して下さいました。食物アレルギーが、どのようにして反応して症状として出るか図を使ってわかりやすく説明して下さいました。血液検査はあくまでも参考値であって、絶対的なものではない。他にもある検査の内容を詳しく説明して下さいましたので、改めて検査結果の数値についてよくわかりました。

アレルギーが増加している原因は、清潔になりすぎた環境であるのではないかとという衛生仮説も紹介され、決定的ではないですが可能性はあるということです。

アレルギー別に症状も違いますし、人によっても症状の出方は違いますし、同じ食品でも生と加熱といったようにすべてにおいて発症の仕方が異なることなど、食品別に詳しく説明して下さいました。最新の食物アレルギーの情報を取り入れながら講義をして下さりとても勉強になりました。

食品学では、食品とアレルギーの関係を詳しく説明して下さいました。5大栄養素（糖質、タンパク質、脂質、ビタミン、ミネラル）はアレルギーの人だけではなく、人にとって必要な栄養素であること、特にアレルギーであるタンパク質の吸収性や消化性について、マウスで実験した結果を基にした話でした。

アレルギーの医学的な面にも触れながらわかりやすい講義でしたので、専門職の方々は、参考になった部分が多くあったのではないかと思います。

咀嚼についての講義も興味深いものでした。“ひみこの歯はいいぜ”の言葉を使って噛むことの大切さを話して下さいました。良く噛めば満腹感も得られるし、味覚も感じる事ができるし、口輪筋を使うことにより言葉もはっきりしてくるし、脳にも刺激して伝わるし、病気の予防にもなるなど、毎日気にもかけず当たり前のように噛んで食べていることが、健康にとってはとても大切であることがわかりました。

こんな話を聞いたことがあります。卑弥呼は、1回の食事に4000回近く噛んで1時間かけて食べていたということです。そのことを考えると現在は、噛まなくていい食事が多くなっているのです。噛むことの大切さを忘れずにしたいと思いました。

栄養学では、アレルギー別にアレルギー対応食の栄養と献立の特性、調理の工夫を詳しく話して下さいました。

献立作成では、一般給食献立を作成し、それを基本にしてアレルギー対応に変更し、代替食品を使って栄養バランスを考えた給食の提供を目指すことと、栄養量が満たない場合でも皿数は同じにしてあげることが大切」と食物アレルギー児に寂しい思いをさせない配慮が必要であることが話されました。

調理実習では、専門職の方々が多く参加されていて手際よくて感心しました。卵、乳を抜いた対応での実習でしたが、とても素材の味がして美味しかったです。

息子は、小麦も食べられないので、初級から小麦にも対応して頂けるといいなあと思いました。（個人的ですが）

調理後にみなさんの自己紹介があり、職場でアレルギー児に対する対応が行き届いていることを聞き嬉しく思いました。保護者と園・学校がアレルギーに対して理解がないと実現できないことだと思います。

岐阜では初級のみのお話でしたが、多くの方々とお会いでき、またいろんな職場での体験も聞かせて頂いてとても勉強になりました。

このような素晴らしい講座が今後も続けられ、食物アレルギーに関わる方々に参加して頂けたら幸いに思います。

私も今回勉強させて頂いたことを再確認しながら、これからも息子と共にアレルギーに向き合って頑張っていこうと思いました。

5. メールマガジンについてのお問合せなど

★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（担当：園木）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、事務局(担当:園木) 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。

★会員の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。

NPO 法人アレルギー支援ネットワーク

◇事務局◇ 453-0021 愛知県名古屋市中村区松原町 1-24 COMBi 本陣 S103

▽TEL : 052-485-5208

▽E-mail : info@alle-net.com

☆◆-----◆☆