

サポートデスク

2015年度で3年目を迎えたサポートデスクは、つどいの広場（京都市子育て支援活動いきいきセンター）との併設となりました。これまで、食物アレルギーの子どもや保護者の当事者対象のセーフティネット事業として、講座や交流のプログラムを実施したり、日常生活やメンタル面への相談の対応を行ってきましたが、それに加えて地域社会に「食物アレルギー」を周知する社会的理解への場としての役割も担うことになりました。

サポートデスクは、毎週月曜日と水曜日から土曜日の10時から16時に自由にご利用いただけます。日によっては、講座やイベントを開催しています。また、いきなり大勢の子どもや保護者の中に入ることが辛い方には、「ふわふわぼっぽ」(※1)という、予約していただくと1組から利用できる日も設定しました。ゴールデンウィーク前には新たな場所へと引越しをし、スペースも広くなり、保護者対象の講座の時に保護者と子どもが同一フロア内で、お互いの気配を感じながらそれぞれの時間を過ごせるようになりました。

そして9月から10回シリーズでスタートした「アレルギーの学び舎」では、少人数での企画にしたことから、回を重ねるごとに子ども同士、保護者同士の交流も深まりました。2月の最後の講座の時間には、「このまま集まれなくなるのは寂しい」と声があがり、修了生の保護者が主体となったサークル「Love ぼっぽ」も誕生しました。少しずつサポートの形ができてきている様です。

4月	3日 4日 10日・15日	お花見ランチ（京都御所） 石井食品(株)新商品試食会 食物アレルギー相談日
5月	13日 20日 8・15・22・27日	辻安全食品(株)ライスヌードル試食会 公園で遊ぼう（本能公園） 食物アレルギー相談日
6月	5・12・19日 26日 27日	食物アレルギー相談日 炊飯器で米粉パン作り&試食会 (株)濱田商品開発モニター
7月	3・8・15・24日	食物アレルギー相談日
8月	5日 21日 7・28日	アレルギー対応食品お味見会 地蔵盆 食物アレルギー相談日
9月	4・24日 11・16日	アレルギーの学び舎①② 食物アレルギー相談日
10月	2・29日 5・15日 8・28日 31日	アレルギーの学び舎③④ 食物アレルギー相談日 ふわふわぼっぽ(※1) Mini ハロウィン
11月	6・26日 5・25日 11日 18・28日	アレルギーの学び舎⑤⑥ 食物アレルギー相談日 ケーキ・おせちお味見会 ふわふわぼっぽ
12月	3日 4・11日 7日 14日 18日	(株)濱田商品開発モニター アレルギーの学び舎⑦⑧ ふわふわぼっぽ 食物アレルギー相談日 クリスマス会
1月	15・25日 18・28日 22日	食物アレルギー相談日 ふわふわぼっぽ アレルギーの学び舎⑨
2月	5日 8・18日 15・25日	アレルギーの学び舎⑩ ふわふわぼっぽ 食物アレルギー相談日
3月	5・24日 25日 18・28日	食物アレルギー相談日 石井食品(株)京丹波工場見学 ふわふわぼっぽ

アレルギーの学び舎

食物アレルギーを楽しく学ぶ
食物アレルギーを正しく学ぶ

ぼっぽ ALLEZ ふろじえくと

AlleZは、フランス語で「毎日」「元気」という意味です。
食物アレルギーの有難に闘わず、皆と一緒に「こう！」という思い
とアレルギーの「アレ」を乗り越えて、アレルギーもなくなりました。

「食物アレルギーかも・・・」
「食物アレルギーって言われたけど・・・」これかどうすればいいのかな？
「お友達が食物アレルギーなんだけど」何かできるかな？
そんな不安や疑問をみんなと一緒に学び合いませんか。
1人より2人、2人より3人、3人よりもっとたくさん。みんなで一緒だと心強いね。

月・日	科目・講師	内容	日	科目・講師	内容
9月5日(土)	食物アレルギーの基礎と治療 食物アレルギー相談日	食物アレルギーの治療は近年で大きく変わりました。「厳格除去」から「必要最少限の除去」へ。食物アレルギーについて、発症の原因や仕組み・混乱しがちなアトピー性皮膚炎についても正しく理解します。また、検査（血液検査・負荷試験など）や治療（除去食・免疫療法など）の時期と進め方を学びます。	24(木)	レシピ紹介と栄養のお話①(米粉)	身近にある食材を使っています。アレルギーと一緒に食事を楽しく。栄養バランスを配慮したメニュー提案をします。特に、乳幼児に多い「乳・卵・小麦」の除去にスポットをあて、保護者の方のリエストの多い「カルシウム不足」「鉄不足」を補うレシピ、「米粉の使い方」などを簡単な実演と栄養のお話を楽しく学びます。
10月2日(金)	集団生活での食物アレルギー(入園・入学準備) ひいちゃんなつこ 事務局長 小谷 智恵	入園入学を機に、保育・給食・療養・校外学習など、食車への配慮が必要な場面が多くあります。入園・入学に備えて、随時別で保護者としておくべき準備等を説明します。	29(木)	レシピ紹介と栄養のお話②(カルシウム)	
11月6日(金)	交流会 (外出・外泊時の工夫)	食物アレルギーがあるご家庭や旅行には行きづらいものです。しかし、食物アレルギーがない子どもと同じくらいいろんな経験をさせてやりたい、そんな悩みをテーマに交流します。	26(木)	レシピ紹介と栄養のお話③(鉄)	生駒結実 管理栄養士
12月4日(金)	交流会 (家族・親戚との関わり)	おしいちゃん、おあちゃんに食物アレルギーを説明してもらうのは、意外と難しいものです。「言べられない」ことが、「かわいそう」と思いがちで、「少しづつでも」の気持ちで食べさせてしまふ事故もよく起こっています。祖父母への食物アレルギーをどのように伝えるかをテーマに交流します。	11(金)	毎日スキニングケアのめり家の使い方	「ステロイドは怖い、副作用が心配」など、また抗生剤への理解は正しくなされていないことが多いです。この講座では、日ごろのお肌のお手入れや、外用薬の基本知識と使い方を実演を受えながら学びます。また、トリプルPの子育てのお話を交えながら「育る子ども」との距離の置き方などを学びます。
1月22日(金)	災害時の備え(ボリ袋クッキング) 三好 英	食物アレルギーがあると、被災時、避難所での配給食は食べられないのがほとんどです。食物アレルギー対応の非常食の摂取、子どもが保護者から離れて被災した時への対応に備えます。また、ボリ袋を使った非常食の製作の作り方を学びます。子どもにどうやって自分の食物アレルギーを伝えますか？お友達と一緒にものが食べられないときに人の説明を聴かずとも自分の向き合い方をテーマに交流します。		講師 結実 生駒③小児科医 濱田センター 管理栄養士	
2月5日(金)	交流会 (子どもへのアレルギーの伝え方)				

●時間 ● 初回のみ10時～13時 他9講座は、10時～12時
●受講料 ● 10講座8,000円(研修受講はご遠慮ください)(正会員・サポーターは5,000円)
●定員 ● 6名
●保育 ● 見守り保育あり・1人100円(保険料)
お申し込みは、メール・電話・つどい受付にて

※全講座受講の方には・・・
①当法人で、ボランティアスタッフ・インターンとしてご活躍いただけます。
②アレルギー大学の「医学+基礎」を受講したものとみなされます。

★親子イベント



お花見 (京都御所)



地蔵盆



Mini ハロウィン



クリスマス会



石井食品(株)工場見学

★アレルギーの学び舎



基礎と治療



レシピ紹介と栄養のお話



交流会



修了証書授与



災害時の備え（ポリ袋クッキング）

★学び舎修了生による同窓会（Love ぼっぼ）

3月に、初めての集まりが企画されました。テーマは「アレルギーフリーなお菓子づくり」で、保護者の方たちが日頃おうちで作っているお菓子のレシピを持ち寄って、4種類のお菓子等があっという間に出来上がりました。アイデアを交換しながら、にぎやかに交流され、ホッとするとともになりました。今後も、無理なく緩やかに活動を継続されるので、応援していきたいと思えます。



黒米&赤米せんべい



コーンブレッド



赤米おにぎり

★新商品開発モニタリング

サポートデスクは、食物アレルギーの取組をされている企業と消費者をつなぐ役割も果たしています。新商品の開発に伴う、モニタリングもその一つです。2015年度は、(株)濱田、石井食品(株)、全農クミックス(株)の商品開発のお手伝いをさせていただきました。新しい商品が、市場に登場するのがとても楽しみです。



石井食品(株) ランチBOX開発



(株)濱田 梅を使った商品開発



★サポートデスク運営委員会★

サポートデスクは、9月に「サポートデスク運営委員会」を設置しました。委員には、ぴいちゃんねっとの正会員・サポーター（個人・企業）をお願いし、毎月1回程度、委員会を開催しています。「どんな場所にしたいか?」「どんなことをやりたいか?」など、利用される方たちからの意見や提案を取り入れながら、運営しています。



サポートデスクは、開設から3年が経ちました。最初の2年間は、「専門性」を重視し、当事者性・びあサポート性が薄れ「支援者（職員）⇄受益者（利用者・当事者）化」が進んでしまいました。その為2015年度は、双方が一体となった居場所・空間にするために、改めて「専門性」と「当事者性・びあサポート」のバランスを見直す1年間にしました。この様にサポートデスクの創成期は、手探り状態でのスタートでしたが、様々な取り組みを実施しながら検討を重ねることで、徐々に目指していた居場所になってきました。今後は、京都市のつどいの広場（京都市子育て支援活動いきいきセンター）と併設している利点を生かし、当事者の「セーフティネット」としてだけでなく、一般の子育て家庭への「社会的理解の場」としての役割も果たしていきたいと考えています。