

ピーナッツアレルギーの

# さあちゃん



監修：伊藤浩明

原作：栗田洋子

絵と構成：小山田奈央

特定非営利活動法人



アレルギー支援ネットワーク

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

(事務局) 〒444-0802 愛知県岡崎市美合町三ノ久保 13-3、103

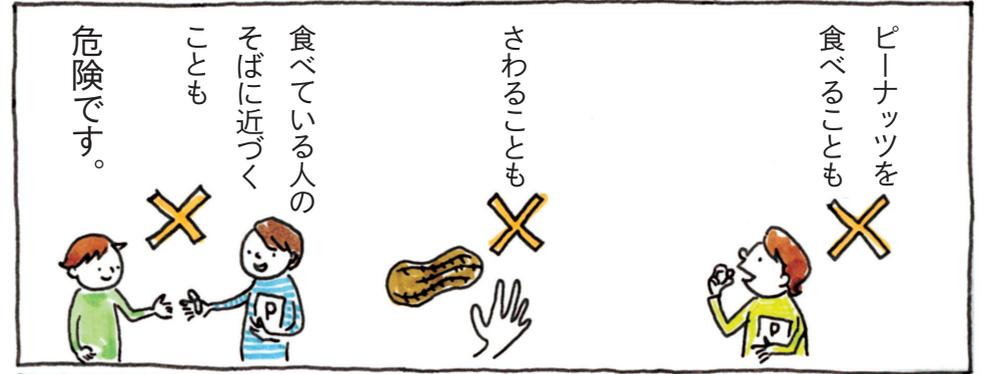
tel : 070-6533-6723 fax : 0564-55-5702 E-Mail : [info@alle-net.com](mailto:info@alle-net.com)

はじめまして

小学6年生になりました。

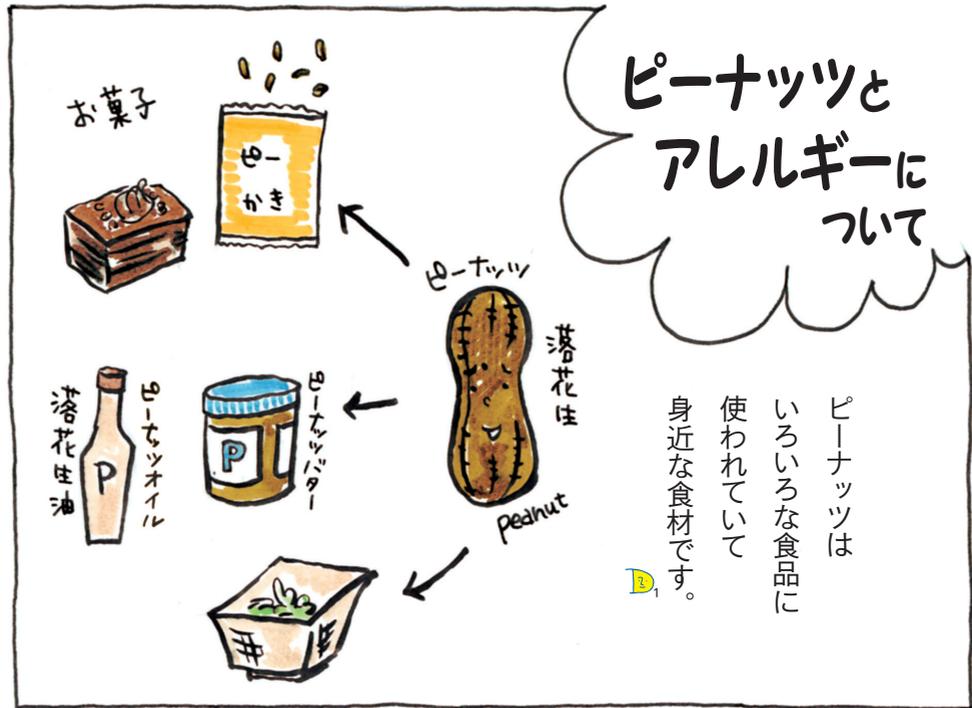


うちの娘は12歳。





栄養価が高いので  
学校給食でも  
よく使われています。



① マーク  
アレルギー専門医からのコメント  
原作者：栗田さんからのコメント

② マーク  
スナック菓子  
五平もちのタレ  
ぎょうざ  
カップラーメン  
店頭販売の  
サラダやサンドイッチ  
など、  
様々な食品に隠し味として  
使用されていることが  
あります。



「アナフィラキシー」とは  
急性のアレルギー反応のひとつ

そもそもアレルギーとは、  
特定のアレルゲンにふれたり、  
食べたり、吸ったりして  
じんましんや呼吸困難が  
あらわれる症状のことです。



アナフィラキシーは、  
このアレルギー反応が  
複数の器官に出るもの。  
D<sub>2</sub>

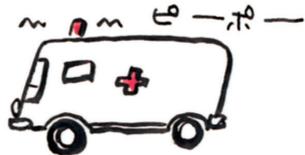


D<sub>2</sub>  
アレルギー症状は、じんましんや赤みなどの皮膚症状、咳やぜん息、呼吸困難などの呼吸器症状、嘔吐・下痢・腹痛などの消化器症状のほかに、めまい、意識消失、血圧低下、動悸、不整脈などもあります。  
一般にいうアナフィラキシーとは、アナフィラキシーショックのことを指すことが多いです。

なにより  
急性なので



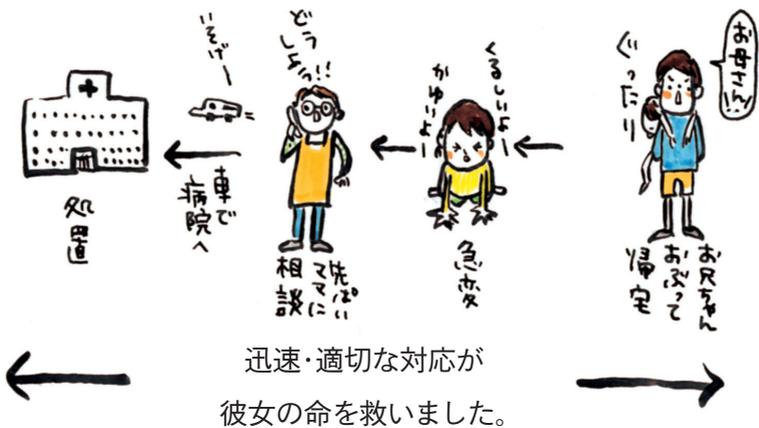
短時間で  
ショック症状が  
進行し



生命にかかわる  
おそれがあります。

私の娘が初めて  
アナフィラキシーをおこした時は…

3歳の春



アナフィラキシーは

1分でも早く



適切な  
処置をうける!!

このことが  
とても重要です。

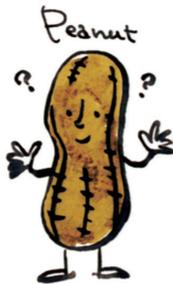
アナフィラキシーをおこす  
有名なアレルギーとしては  
他にそばがあります。



日本では、  
そばアレルギーの  
ほかに、  
小麦アレルギーも  
よく知られています。

でも

ピーナッツもそばも  
同じようにこわいのです。



ピーナッツアレルギー  
が、あまり知られて  
いないだけ。

<sup>1</sup>「迅速で適切な処置」に  
ついては、実はあとで知  
ったことでした。もし、  
あのと時間がかかって  
いたら...と思うとコワイ  
です。

<sup>2</sup>3  
他には、卵・乳・小麦・  
エビなどの食品、医薬品、  
昆虫、天然ゴムも原因と  
なります。

<sup>4</sup>  
厚生労働省の研究でもピ  
ーナッツアレルギーで、  
病院を受診する人は年々  
増えています。

アメリカでは

毎年50〜100名が



ピーナッツアレルギーで  
亡くなっている  
そうです。

欧米では、

学校給食や機内食からは



ピーナッツ除去が  
当たり前...

日本では

ピーナッツアレルギーは

ほとんどいないと

思われていましたが...



確かに  
増えていることが  
わかってきました。

とにかく

ピーナッツアレルギーの

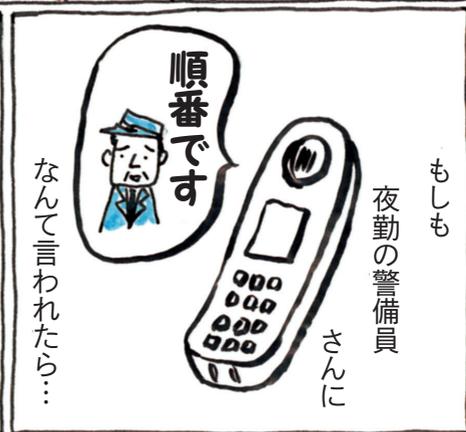
ことを知っている人が

もっともっとたくさん増えて

ほしい!!



それが  
このアレルギーを持つ者と  
家族の  
切実な願いなのです。



例 2

2月の節分に...



あしたの  
節分で、うちのクラスで  
落花生をまくって...

そんなの  
もーたいへんです。



え?

学校へ電話

明日のまめまきは  
落花生ではなく  
別のものにして  
いただけませんか?



落花生と  
大豆は同じ豆でも  
ちがってですね  
あのですね...

学校のある1クラスで

落花生を

まいたら



空気によって

教室全体へ...

それだけではなく



ただいまー

お兄ちゃんに

その粉が  
ついてくるかも  
しれません。



それに、



次の日になっても

学校の中に

入るのは危険です。





だから  
多くの人に  
知ってほしい。

こんなふうに  
いろいろな事態が  
考えられます。



これから  
娘が  
大きくなっていくに  
つれて...

行ってらっしゃい

### 例 3



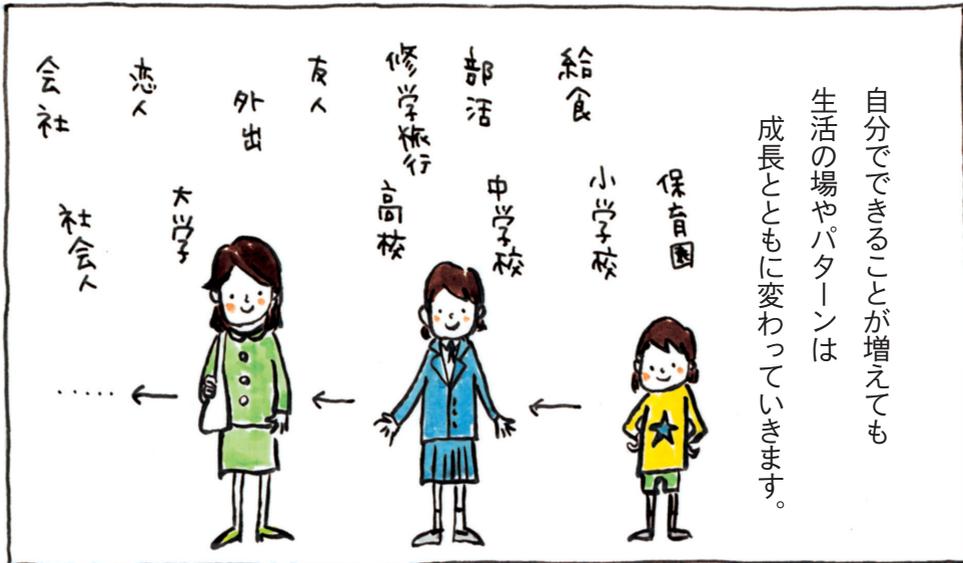
ある日、  
仲良しの子が  
朝ごはんは  
ピーナッツバタートーストを  
食べてきたら？

そして、  
手や口もとに  
ピーナッツバターが  
ついていたら？



!!キケン!!

No!!



# 守るための 努力 工夫



では、実際に  
ピーナツアレルギーの  
人が身近にいる時  
どうしたらいいの？

それは、私と娘に都合が  
いいから、きいてほしいのでは  
なく…



一番、分かりやすいのは  
「本人と、その家族の声に  
耳をかたむけること」です。

だから皆さんには

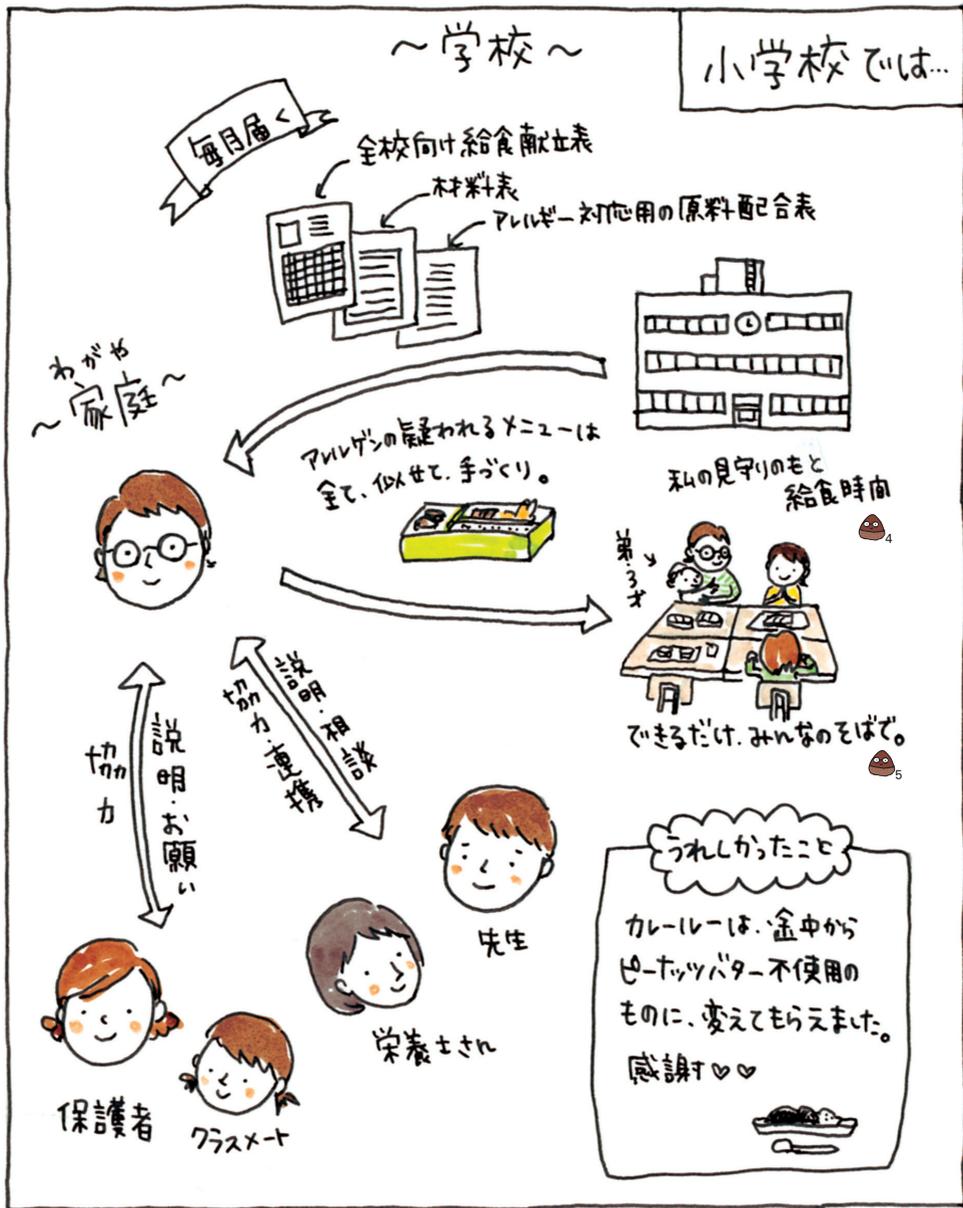
1. ピーナツアレルギーというものがあって  
それはとても「ワイ」ということ。

2. そして、ピーナツアレルギーをもった人は  
その人にかかわる多くの人の理解と  
協力がないと生きていくのが  
難しいということ。

そのことを知ってほしいのです。







この時、下の子は3才だったので見守りのたび連れていっていました。<sup>4</sup>

はじめてビーナッツメニューが出た時、娘はみんなと離れたところに座っていました。先生の配慮だったのですが、娘のさみしそうなこと...結局、できる限りみんなのそばまで近づいて食べました。やはり皆と、一緒に食べることは子供の成長を考えた時、とても大切です。

園では、娘のアレルギー対策というだけでなく、子どもたちの誤飲対策もあわせて「ビーナッツはおかない」という判断を下していました。<sup>2</sup>

保育園選びは、とても迷いましたが、緊急時のことを考え、近くの園にしました。<sup>3</sup>

この園には、上の子も通っていたので、先生たちと話がしやすかった、ということも決め手になりました。



娘の同級生たちは、  
毎日、一緒にすごすなかで  
娘の異変に  
気づいてくれます。



学校や保育園の先生は  
見守りだけでなく  
他のクラスの先生たちとの連携。  
クラスメートの親ごとさんと  
私たちの橋わたし。

ピーナッツのない  
教室づくり。



我が家にとつた  
いろいろな工夫は  
娘の命を守るため、  
私たちが  
相談したり  
お願いしたり  
呼びかけたり  
働きかけたりしながらの  
試行錯誤の結果です。



でも 私たちの声に耳を傾け、  
それぞれの立場で  
応え、考え、行動して下さった人々が

いたからこそ、  
できあがった工夫でも  
あるのです。

栄養士さんは  
除去食へのとりくみ。



給食センターと  
学校や私たちとの橋わたし。  
学校の先生への  
専門的な情報の提供。

お医者さんは  
検査・診断だけでなく



専門家としての  
学校・教育委員会への  
働きかけ。

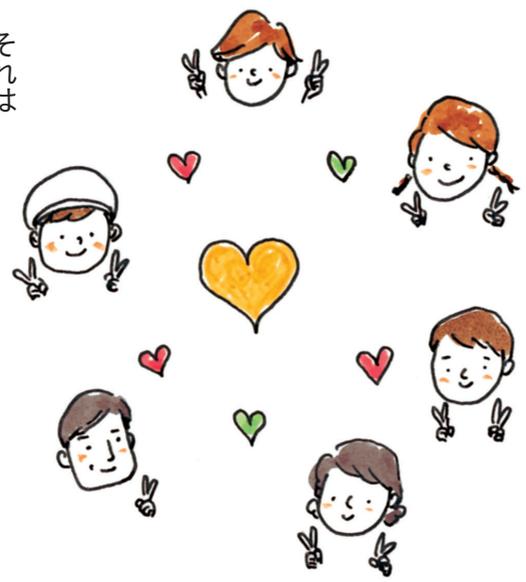
除去食とは…  
アレルギーをおこす食物  
を除去した食事です。配  
膳する時に除去する場合  
と調理の段階から除去す  
る(使用しない)場合と  
があります。どちらの方  
法をとるべきかは個人に  
より異なります。  
アレルギーをおこす食物  
を用いないで別の食物を  
用いる場合は代替食とい  
います。

本当に  
多くの  
支えで



娘は  
ここまで大きく  
なれました。

それは  
「命を大切に思う」「ともに生きる」  
ということのできた努力の輪でも  
あります。





これから

娘が3年生の時

私は脳に腫瘍があることがわかりました。



私がいなくても

手術  
です。

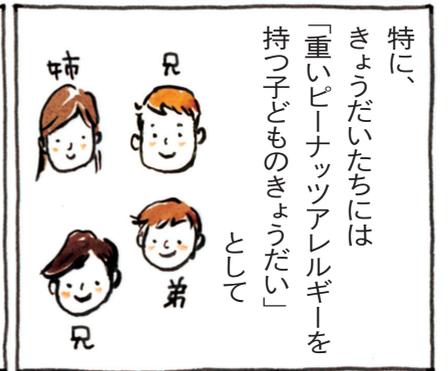
え!!

娘が生きていける  
状況にシなくては...



これまでも  
そう思って  
試行錯誤を  
続けてきましたが

私は  
自分の病気を  
機に、その思いが  
強まりました。



本当に感謝です。



1

娘が  
自分で自分を  
守れるように  
なること



エピペンを  
持っていることを  
周囲の人に説明できる  
ようになる



口にすると、  
自分で選べるようになる

これ  
入っている!!



口に入れて、異変を  
感じたら、すぐに対処できる  
ようになる

2

エピペンとはアナフィラキシーの時に自分自身で打つ注射です。指定された医療機関で処方してもらうことができますが保険が使えないので、全額自己負担で購入します。年齢が低いうちは自分では使えないので、講習をうけた親が使うこととなります。周りの人に助けをもらうことが必要なので学校や園の先生には、持っていることを伝えて下さい。

3

数回アナフィラキシーを経験したせいか、少量のピーナッツでも、口に入ると、わかるようになってきたようです。

2

娘と直接関わる  
人たちや環境に  
何度も何度も  
働きかけること。





③  
ピーナッツ  
アレルギーを  
知っている人を  
増やすこと。



『娘の命を守りたい』その一心から生まれた絵本です。多くの方への感謝も込めてつくりました。絵が描けずなかなか形とすることができませんでしたが、手づくり絵本の先生のアドバイスによりちぎり絵で完成させることができました。

絵本が形ならなかった時、私は手を勧められました。焦りの中、エッセイ教室を受講、先生のコメントに励まされ書き上げた作品です。このお話はそれを基に、多くの方々の手によってこうしてまとめられました。

ラジオ生出演も何度か経験しました。テレビ・新聞でも取り上げていただくこともできました。全て、絵本「ピーナッツアレルギーのさあちゃん」が縁を結んでくれました。

### (特定非営利活動法人アレルギー支援ネットワーク・あとがき)

世の中に「食物アレルギー」の子がたくさんいるということは、すでに20数年以上前から分かっており、ピーナッツアレルギーもその一つとして知られるようになりました。

ピーナッツアレルギーの多くの方が「ソバアレルギー」と同じようにほとんど例外なく、I型アレルギーの典型的な大変強い症状を起こすことはあまり知られていません。私たちも「さあちゃん」が身近な存在になるまでは、食物アレルギーの「一つの症状」としての理解でしかありませんでした。

アメリカでは50人～100人にのぼる方が、毎年、ピーナッツアレルギーによって亡くなっているということが紹介され始めています。しかし、それは「外国での出来事」という受け止め方がほとんどです。果たしてそうでしょうか？この数年、日本においても、ピーナッツアレルギーの血液検査件数は他のアレルゲンと比べ、急上昇しています。このままでは、アメリカと同じように事故が起きるのはと、私たちは危惧しています。

1998年、札幌市において、給食で食べたソバによりアナフィラキシーショックを起こし、下校時、尊い命が失われたことは余りにも衝撃的でした。以来、多くの保育園・学校給食からソバのメニューが消えました。同じように「給食メニューからピーナッツを除くべき」との意見が、少なくない食物アレルギー専門医からも出されています。それは、ソバ同様、ピーナッツが給食に欠かせない食材という訳ではないからです。私たちは悲しい事故が起きる前にその実現と対策がすすむよう願っています。

幸い、今回、独立行政法人福祉医療機構の助成金事業に採用されることになり、ピーナッツアレルギーを理解していただくこの冊子を普及する道がひらけました。多くの皆さんに、この冊子を活用していただき、ピーナッツなど食物アレルギーの子が保育園・学校などにごく普通に受け入れられ、生まれ、生活できる社会になることを強く望むものです。

### (原作者/栗田洋子さんの紹介)

1963年愛知県岡崎市生まれ。5人の子の母。

中京大学レクリエーション部に籍中からレクリエーション活動に従事、現在までレクインストラクターとして活動を継続。

次女が1997年生後半年で重症のアトピーと診断されてから除去食治療開始。

2001年重症のピーナッツアレルギーと診断されてからは「さわらないように」見守りを続けている。

2007年12月自費出版した絵本「ピーナッツアレルギーのさあちゃん」の読み聞かせ活動も行っている。

### (絵と構成/小山田奈央さんの紹介)

北海道出身。アレルギー支援ネットワークのスタッフの方と、とあるきっかけでご縁ができ、自分の絵と構成力を生かすチャンスにいただきました。普段は別種の仕事をしていますが、初めて取り組んだ「絵と構成」という作業が、これからの子どもたち、家族の方々と社会が繋がっていく橋渡しのひとつになるだろうことを光栄に思います。私自身これからも、ピーナッツアレルギーの子どもたちを支えるひとりの大人でありたいと思います。

普段は、クレセント・ワークスという屋号で、支援者支援の活動（研修・ワークショップ）を行っています。

<http://www.h3.dion.ne.jp/~ccc>



これまで本当に  
多くの方に助けられてきた  
私たちですが、

娘だけではなく、たくさん  
尊い生命を守るために

これからもピーナッツアレルギーとアナフィラキシーを知って  
もらう活動を続け、様々な人たちに会っていききたいと  
思っています。

絵と構成  
おしまい

## 絵本「ピーナッツアレルギーのさあちゃん」

この絵本は、2007年11月岡崎で開かれた「世界でたった一つの手づくり絵本展 in あいち」に出展させていただいた原本をもとに出版したものです。

専門医の伊藤先生がわかりやすい解説を添えて下さいました。冊子「ピーナッツアレルギーのさあちゃん」とともに一人でも多くの方に読んでいただけたらうれしいです。

尊い生命が失われることなく、ピーナッツアレルギー並びにアナフィラキシーが広く認知される日が来ることを願っています。

栗田洋子



2008年8月24日発行

監修／伊藤浩明（あいち小児保健医療総合センターアレルギー科医長）

原作／栗田洋子

絵と構成／小山田奈央（クレセント・ワークス）

発行／特定非営利活動法人アレルギー支援ネットワーク

〒444-0802 愛知県岡崎市美合町三ノ久保13-3、103

tel：070-6533-6723 fax：0564-55-5702

URL；<http://www.alle-net.com/> E-mail；[info@alle-net.com](mailto:info@alle-net.com)

印刷／株式会社 尾頭橋印刷所