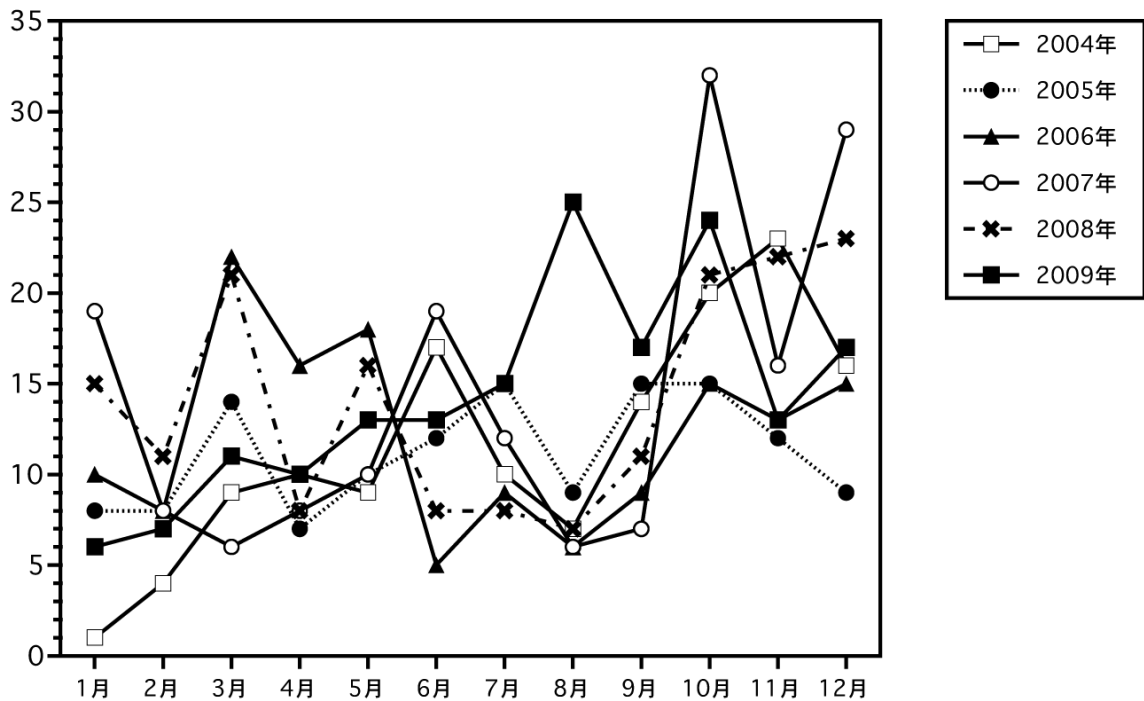


1、「気管支喘息とアレルギー性鼻炎・副鼻腔炎」第十回 ～季節の変わり目と喘息発作、QOL（日常生活の質）を保つ運動療法～ てらだアレルギーこどもクリニック院長 寺田明彦

今年も秋の運動会シーズンを迎えています。毎年、学校行事の花形、特に六年生は小学校最後の運動会で気合も十分かと思えます。しかし、秋の始まりである10月は、気管支喘息の患者さんにとって一番注意が必要な季節に差し掛かります。

大同病院小児科の2004年から2009年の月別喘息入院患者数を図に示します。毎年3月から5月と10月から12月は喘息発作が悪化して入院される患者さんが多くなります。日本は四季があり、季節の変わり目、特に寒い冬から暖くなる春と暑い夏が終わり少しづつ涼しくなって、時に寒い日も多くなる秋に発作が増えます。これは、いったいどうしてなのでしょうか？



まず、考えられるのは喘息発作を起こす原因が増えることです。ダニ、ほこり、花粉、ペットのフケ、カビなどの「アレルゲン」は春になると増加してきます。とくに春一番が吹くころになると、とても埃っぽくなります。近年、中国大陸から黄砂が飛んできて光化学スモッグを発生し、環境汚染物質の増加をもたらした喘息発作の引き金になることが問題になってきました。一方、秋は、高温多湿の夏に繁殖したダニの糞や死がいが増えアレルゲンが増えると言われてています。

次に、春と秋にはいわゆる「かぜ」が多くなります。「かぜ」とは、主にウイルスが上気道である鼻腔や咽頭に付着し、そのあと上皮細胞に侵入（感染）し繁殖します。すると「かぜ」の症状として咳、鼻水、発熱などを起こす病気です。普通は1週間から10日程度で自然に治ります。原因となるウイル

スは、ライノウイルス、パラインフルエンザウイルス、コロナウイルス、RSウイルスなどがあります。この中では、乳幼児はRSウイルスが原因で喘息に似た急性細気管支炎を発症し入院することもあります。またライノウイルスは、いわゆる鼻かぜウイルスですが、幼児や学童など年長児にかぜを引き起こし4日程度たつと喘息発作を起こします9月から新学期が始まり、学校や園での集団生活が始まるとウイルスが蔓延して風邪をひきやすくなります。さらに、季節の変わり目となり、急に冷え込んだりして体が冷えてしまい抵抗力も落ち自律神経のバランスも崩れることが発作を引きやすくなる原因と考えられます。

やっぱり怖いのはインフルエンザウイルスですね。例年、12月から3月の冬にかけて流行し、喘息の子どもには大発作を起こすことが知られており、インフルエンザワクチンによる予防接種が勧められます。2009年の新型インフルエンザ・パンデミックでは、東海地方でも10月から爆発的に流行し始めました。たまたま当直していたときに、病院の救急外来がマスクをつけて受診した患者さんで溢れかえっていました。入院された多くの方が肺炎や喘息発作をきたして酸素不足におちいり酸素吸入が必要となりました。あの頃の病院の忙しさは、忘れられない苦い思い出になりました。

そして3つ目の原因は運動です。特に秋は運動会があります。残暑の中、毎日の練習は夏休みでなまった体にはけっこうきついですね。その疲れもたまってくる10月はそろそろピークとなり、運動によっておこる喘息発作があります。

運動誘発喘息という言葉聞いたことがありますか？英語で、Exercise-Induced Asthma (EIA:イー・アイ・エー)と言います。運動すると喘息発作がおこることを指します。メカニズムは、運動により呼吸数が増えると、同時に呼吸の量も多くなります。すると、気道の粘膜から水分が蒸発し、気道の粘膜表面と細胞の間に水分量の差ができます。これはまた、細胞の塩分(ナトリウムとクロール)、カリウムの濃度に微妙な変化をもたらしバランスが変わります。この変化が刺激となって細胞内のカルシウム(いろいろな刺激を伝える伝達物質のひとつ)の移動が起こります。すると気道の上皮細胞から炎症性物質が放出され、周辺の肥満細胞を刺激して脱顆粒を生じ、ヒスタミンやロイコトリエンなど気管支を収縮する刺激物質が放出されます。また、温度差により血流が変化し、より一層収縮しやすい状態がつけられます。

私が医師になったころは、喘息の子どもは運動を控えさせたり、体育を見学したりして、子どもらしい学校生活がおくれないこともしばしばありました。でも、最近では長期管理薬のおかげで普通のお子さんと同じように運動をしてもらっています。まずEIAを予防するために運動する前に準備体操を入念に行います。ウォーミングアップは自分の体に「いまから運動するぞ!」と語りかけ、徐々に体を慣らしてからより激しい運動の準備を整えます。運動の種類によってもEIAの起こりやすさが変わります。例えばスイミングやウォーキングは運動強度が同じでもEIAが起こりにくい運動です。一方、マラソンやサッカーなど激しく走るスポーツは、EIAが起こりやすいスポーツ

です。そこで、普段は元気で発作がないのに EIA は時々あるお子さんには、喘息長期管理薬をお勧めします。吸入ステロイド薬やロイコトリエン拮抗薬を続けることにより気道の炎症が少なくなり、気道の過敏性が減ってきて EIA が起きにくくなります。また、EIA だけ起こるタイプの喘息のお子さんには、運動前に短期間作用性 β 2 刺激薬の吸入を行って予防する場合があります。上手に薬を使って EIA を防ぐことで、ほかのお子さんに負けない体力を維持することも、お子さんの日常生活の質を高めることにつながります。また EIA 予防には、適度の運動をできるだけ毎日続けることが大切です。心臓や肺の発育をうながし、丈夫な体ができゆきます。発作を予防して苦しくないようにして運動を続けてください。

実は一流のスポーツ選手には、喘息患者が多いのです。例えば、冬季オリンピックのスケート金メダリストの清水宏保さんは 3 歳のころから喘息でした。しかもとても重症でした。その結果、今では普通の男性の肺機能に比べると 60% 程度しかなく、女性並の肺機能しかありません。しかし、吸入ステロイド薬を使って発作を予防することで、あんなすばらしい活躍ができたのです。

清水宏保さんは、喘息の子どもと親のために書いた「ぜんそく力・ぜんそくに勝つ 100 の新常識」(発行 ぴあ株式会社) という本の中で、喘息とどうつきあうかを語ってくれています。3 歳で喘息と診断されてから、清水さんは「つきあいかた」を自分で考えるようになりました。昼間は発作がなく元気に遊びまわりますが、発作は夜やってきます。彼は、肺に空気が入りにくくなるため、眠いのにも苦しくて寝られないことが続きました。そこで、発作のときどうしたら楽に寝られるかを工夫し、椅子の背もたれに前向きにもたれると息が楽になり寝られることを知りました。これは起座呼吸といって、喘息の発作時に自然になる姿勢です。姉二人、兄一人の末っ子だった清水さんは、兄弟の中でも自分だけアトピー性皮膚炎や喘息というアレルギー疾患を持って生まれてきたため、両親にとっても心配をかけていると思うようになり、発作で苦しくても我慢するようになっていきました。当時はまだ喘息とは気道の炎症であるという考えはなく、発作のときは気管支拡張剤を点滴して症状を抑える治療しか行っていませんでした。そこで、清水宏保さんが発作に負けないため取り組んだのが体力づくりの運動です。発作を起こさないためには、運動をして体を鍛えなければならないと思うようになりました。毎朝、走ることから始め、その後、剣道、柔道、レスリング、サッカー、バスケットボールと、いろいろなスポーツに取り組んだそうです。そしてスケートと出会い、継続することで喘息を治そうと次第に大好きになっていきました。しかし、好きなスケートをやろうとしても、試合の前になると決まって発作が出てしまい、満足なスケートができない時もあったそうです。大学時代、遠征先の旅館で発作が起こったりしました。残念なことにオリンピックの出場がかかっていた試合で喘息発作が出てしまい、負けてしまったため出場を逃すという悔しいことがあったそうです。その後、スポーツドクターである主治医から、吸入ステロイド薬によって発作をコントロールできることを聞き、日本では始まってまもない吸入ステロイド薬による予防的治療に

より喘息コントロールに取り組みました。すると、どうでしょう。まったくと言っていいほど発作が起きなくなり、練習に打ち込むことができ、さらに試合に勝つことができるようになったのだそうです。

喘息の治療目標として、最近のガイドライン2012では、「喘鳴や呼吸困難を伴う定型的な喘息発作を認めず、運動や睡眠などの日常生活の制限がない。」「運動や大笑い、啼泣などによって一過性に認められる咳や喘鳴、あるいは感冒罹患時などに見られる咳の遷延や軽度の息苦しさなど、気道過敏性亢進状態の残存が疑われる症状がない。」と書かれています。やりたい運動、たとえそれが激しい運動でも、子ども達がやる気を出したら本気で付き合えるように喘息を予防することが大切です。

今回は、喘息の合併症としてのアレルギー性鼻炎についてお話しします。

2、「アレルギーのおはなし」第三回 ～アレルギー疾患と予防接種～ あ
いち小児保健総合医療センター 佐々木溪円

みなさま、いかがお過ごしですか。9月から不活化ポリオワクチン（ソークワクチン）が導入され、遅れていた日本の予防接種行政も少しずつですが動きつつあるようです。ということで、今回はアレルギー疾患と予防接種の話題にふれてみます。

まず、最初に結論を書きますと、ワクチンに含まれる成分に対するアレルギー性の副反応を完全にゼロにすることは難しいですが、アレルギー疾患があるだけで接種ができない（接種不相当者）ことにはなりません。また、予防接種ガイドラインでは、接種しようとする接種液の成分に対して、アレルギーを呈するおそれのある場合は接種要注意者となりますが、過去のアレルギー症状やワクチンに含まれる成分を考えて、接種前に予診を行って個々に対応をすることになります。各医療機関で予防接種を行う時は、予想できないアレルギー反応にも対応できる十分な準備のもとでワクチンを接種するという原則をとっており、これは過去にアレルギー疾患と診断されていない人も含めて全例に対して同じ姿勢で臨んでいます。

私たちが予防接種で用いるワクチンには、感染症を防ぐための主成分以外にも、その効果を高めたり安定性を維持するためにいくつかの成分が含まれ

ています。ワクチンを接種したときに生じるアレルギー性の副反応は、これら全てが原因となる可能性があります。抗原となる可能性が高い物質には卵関連成分、ゼラチン、チメロサル、抗生物質そしてシリンジのキャップなどに使用されるラテックスがあります。しかし、各ワクチンの製造方法の改良がされており、順次、ゼラチン、チメロサル、ラテックスなどを含まない製品に変更されています。

アレルギー疾患の子ども保護者から質問をされる頻度が多いのは、おそらく鶏卵アレルギーと予防接種の問題でしょう。インフルエンザワクチンが有精卵を用いてつくられることをご存じの方も多いと思いますが、日本で使用されているワクチンに混入する可能性がある卵白アルブミンの量は数 ng/ml という値であり、WHO の基準や米国で使用される製品よりはるかに少ない混入量で製造されています。過去の報告をみてみますと、卵由来タンパク質の混入量が日本より多い海外の調査でも、アナフィラキシーの経験がある 27 名を含む鶏卵アレルギーの子ども 83 名にインフルエンザワクチンを接種し、アレルギー性副反応がみられなかったという報告があります。国内の最近の報告では、即時型反応歴がある 51 名を含む鶏卵アレルギーの子ども 69 名にインフルエンザワクチンを接種した結果、接種による重症副反応例はなく、鶏卵アレルギー以外の子どもと比較して副反応の発生例は高くないという結果も示されています。また、麻疹風疹ワクチン（MR ワクチン）は、麻疹ワクチンがニワトリ胚培養細胞、風疹ワクチンがウズラ胚培養細胞を用いてつくられていますが、卵白と交差反応を示すタンパク質はワクチンにほとんど含まれていませんので、副反応の発生と鶏卵アレルギーとは関係がありません。

ワクチンに含まれる成分以外の問題で、アレルギー疾患児に考慮が必要になる場合があるものには BCG があります。BCG を接種する部位は、上腕外側ほぼ中央部と規定されています。アトピー性皮膚炎の子どもであっても、この接種部位に湿疹がなければ接種は可能です。しかし、接種部位の湿疹が強

い場合は、ステロイド外用薬を用いて湿疹を軽快させた後に接種を受けることができます。このように、医学的理由により接種できないと判断され、規定された期間に接種ができなかった場合でも、1歳までに接種されたときは任意接種の扱いになりますが費用負担は市町村つまり公費負担となります。この救済措置はあくまでも医学的理由によって接種できなかった場合ですので、かならず、かかりつけ医の診察を受けて専門的な判断を受けてください。尚、WHOの勧告では、結核蔓延国（BCGは結核の予防接種であり、日本は結核中蔓延国です）では1歳未満で接種するとしています。1歳を超えても保護者が初回接種を希望される場合は有料で任意接種として接種できますので、かかりつけ医にご相談ください。

さて、最後にアレルギー疾患児だけに限らない、予防接種の考え方について、少しふれておきましょう。日本では1948（昭和23）年の予防接種法制定によって、制度としての予防接種が確立されました。その後、数回の法改正があったのですが、なかでも、予防接種による健康被害に関する訴訟に対する裁判所の見解にあうように大きく改正したのが、1994（平成6）年の予防接種法改正です。この改正ではいくつかの方針変換があるのですが、予防接種の努力義務化という点は誤解されやすいようです。この改正前は「予防接種を受けなければならない」という表現でしたが、改正によって「受けるように努めなければならない」という努力義務になりました。この法改正の意味することは、保護者にとって「個人の意志を反映できる権利がある」ということであり、「接種するかしないかを、自由きままに決めて良い」ということではありません。予防接種を受けることは個人を感染症から守るためだけでなく、その社会を感染症から守るという意義があります。この社会防衛の観点から考えると定期接種と任意接種に分ける現行制度もナンセンスです。今年の厚生労働省の予防接種部会では、任意接種のワクチンのうち、小児と成人用の肺炎球菌、Hib、HPV、流行性耳下腺炎（おたふく）、水痘（水ぼうそう）、B型肝炎を定期接種にすべきであると提言がされたところです。しかし、定期接種化に伴う財源の調整や法改正手続きには残念ながら時間が

かかりますので、どうか定期接種化を待たず任意接種も含めて、予防接種を積極的に受けるように努めていただくと幸いです。

参考文献：

James JM et al. J Pediatr 133:624-628 (1998)

小倉聖剛ら 日本小児アレルギー学会誌 25:581(2011)

3、東日本大震災に対する支援活動のご報告 ～岩手県気仙地区「アレルギー相談」事業 中間報告～ NPO 法人アレルギー支援ネットワーク 理事／あいち小児保健医療総合センター アレルギー科 伊藤浩明 漢人直之

東日本大震災の支援事業として、岩手県気仙地区（大船渡市、陸前高田市、住田町）においてアレルギー相談を行っています。2012年7月から11月の間に合計6日間実施する計画で、これまでに前半3回を終了しました。

第1回 7月8日（日）県立大船渡病院（伊藤浩明）

第2回 8月19日（日）吉浜地区拠点センター（漢人直之）

第3回 9月2日（日）高田竹駒地区コミュニティーセンター（伊藤浩明）

現地に到着するには、仙台まで飛行機で、それから東北新幹線とJR大船渡線を乗り継いで気仙沼まで行きます。かつては沿岸部を走って大船渡まで行けた路線ですが、線路はすっかりなくなって復旧する目途がなく、タクシーで1時間かけて大船渡にはいります。道のりの随所に、打ち上げられた船がそのまま残されています。

大船渡市は、狭く凹んだ地形が幸いして津波の被災面積が比較的狭く、港湾施設などの復興も比較的進んで、活気を取り戻しつつあるように感じられました。一方で陸前高田市は、かつて広い市街地だったと思われる平地の全域が跡形もなく消失し、さらに川に沿って数キロ上流まで被害が及んでいます。随所に瓦礫の山が残り、復興に向けた計画がまとまらないために、まだ「片付けている」状況のように思われました。

この圧倒的な現実に対して、自分自身や支援ネットの小さな活動は「支援」などというにはおこがましい、取るに足らない事柄に思えます。ただ、この機会を通して自分がこの現場に立ち、知っておかなくてはならない歴史の一場面を体験できることに感謝です。

この3回で、合計26人のご相談を受け付けました。相談の内容は、食物9件、湿疹13件、ぜん息13件、予防1件（一部重複あり）です。症状は比較的軽症で、かかりつけ医のある人が大部分でした。現在の症状や治療方針について確認し、現在の治療で大丈夫ですよと安心していただいたり、自分で工夫できることのアドバイスをお話ししています。相談のまとめを文書でお

渡しし、中には主治医の先生へのメッセージを含める場合もありました。

特に、軽い食物アレルギーの疑いがあるが食べる事を躊躇されている方に、安全に食べられる可能性をお話しして、不要な心配や制限を減らしていただくことが、相談事業の大きな目的です。実際に、相談会場の中でためしに食べていただき、安全が確認できて喜ばれる方もいました。

翌月曜日には、大船渡病院の小児科外来で、アレルギー患者さんの診察をさせていただいています。こちらでは実際に血液検査をしたり、経口負荷試験を行って食べられることを確認したりと、より直接的なアドバイスを行っています。

相談会場や診察には、大船渡病院や岩手医科大学の先生が立ち会って下さいました。地元の若い先生に少しでもアレルギーの診療を伝えたい、という当初の目的にかなったもので、大変嬉しく思っています。さらに、岩手医科大学の先生が、10月にあいち小児保健医療総合センターまで見学に来て下さることになりました。できる限りのことをお伝えして、地元を持ち帰っていただけるようにご援助します。

残された3回、私たちも訪問できることを楽しみにしています。

この事業は、下記の多くの皆さまのご協力のもとに実現し、当日の会場運営も含めてお世話になっています。この場をお借りして、お礼申し上げます。

- 「子育てサポータースマイル」「子育てサークルきっぴんきっず」「子育てサークルきらんきっず」
- 県立大船渡病院小児科の瀧向透部長はじめ医師・看護師の皆さま
- 岩手県（健康福祉部健康国保課、同部児童家庭課、総務部法務学事課私学振興担当、教育委員会）
- 大船渡市（健康福祉課大船渡市保健介護センター、教育委員会など）
- 陸前高田市
- 岩手医科大学小児科、日本小児アレルギー学会の諸先生

4、アレルギーっ子のおいしいレシピ

「さんまの香り焼き・小松菜とひじきのお浸し」 近藤由美

今が旬のさんまを使用した、秋にぴったりのメニューができましたよ！
また、小松菜とひじきのお浸しは、カルシウムや鉄分が豊富で栄養も満点です！食物繊維も豊富で、便秘の解消にもなりますよ。
ぜひご覧ください。

レシピはこちらから

5、豊橋アレルギーっ子の会より「豊橋市総合防災訓練」のご報告 豊橋アレルギーっ子の会 平田佐規子

私達、豊橋アレルギーっ子の会は、東日本大震災の後に、アレルギーっ子

は災害がおこると大変なことになるとの思いから立ち上がった会です。設立後から、常に防災について考えてきました。そして今まで、豊橋市の防災危機管理課に出向き、市の災害時の状況やアレルギー対応の現状を聞いたり、会で出前講座をお願いし、講義をしていただいたりもしました。その時から、市の総合防災訓練への参加のお話を頂き、今年度9月1日の豊橋市総合防災訓練に参加させていただくことができました。

総合防災訓練では、テントを一つ使用させていただき、災害時のアレルギー対応についての資料やアレルギー対応食品の展示をさせていただきました。また、アレルギー対応のα化米の試食を準備しました。

今回、テントの位置を炊き出し支援班の隣において下さり、炊き出し支援で一般カレーと梅粥を準備している方々とお話しをすることができました。そして、「原材料の掲示をして頂くことで、アレルギーの子達も食べられるか判断することができるので掲示をして欲しい」とお願いし、早速、その場で掲示をして頂くことができました。また、アレルギー対応のα化米の試食では市長さんをはじめ、多くの方に食べていただくことができ、配りながら災害時のアレルギー患者の現状についてもお話しをすることができました。

今回、初めての参加で、緊張と不安がありました。が、地元の方々の防災ボランティアコーディネーターの方や、アレルギー支援ネットワークの方々のご協力により、無事に終わることができ、本当によかったです。

そして今後も、自助努力を続けるとともに、地域の方々にも、災害時のアレルギー対応について知っていただけるよう活動を続けていきたいと思いません。

6、緑アレルギーの会より「防災勉強会」のご報告 緑アレルギーの会 北島潤子

9月7日に緑アレルギーの会では、みどり災害ボランティアネットワーク代表の岡田雅美さんを講師にお招きし防災対策についての勉強会を行いました。先の東日本大震災の際に、緑区を流れる扇川に津波の波形が残っていたこと、いずれ来る南海トラフ地震（まだ発生していないのに名前がついているのは極めて異例なことだそうです）のことなどについて、いろいろとお話しをしてくださいました。

実際に地震が起きた際、津波到達まで豊橋、田原などの沿岸部は2、3分と予測されていますが、名古屋市では伊勢湾があるおかげで80分程度の時間があるそうです。その時間で一体何が出来るかを日頃から地域の特徴や避難所までの経路の確認をしておき、特に子ども連れでその道が通れるかなどを考えておく必要があるとのことでした。

地震だけでなく、豪雨などによるライフラインの停止もあり、食事や環境に影響を受けやすいアレルギーっ子は、特に備えておく必要性があることを再認識しました。

基本的には、避難所には避難者全員に行き渡る物資がないことを前提にし、個人で準備しなければなりません。アレルギーだけでなく、慢性疾患である

高血圧や糖尿病、腎臓病などで食事に制限がある人や、お年寄りで咀嚼力が弱いと配給されるものが食べられないことが多いので、家族に合わせて普段から食べられるものや、食べ慣れたものを備蓄しておく必要があります。

地震や津波で鉄道・高速が不通になると、通行再開しても日本の真ん中にある愛知県は、支援物資が届くのが一番遅くなるそうです。その為、備蓄は少なくとも7～10日分は持っていることが必要です。また、水は給水ポイントを確認しておくこと（マンションは停電や浸水により配電盤が水没すると給水できなくなるそうです）が大切です。

アレルギーの子がいると、食事には目が行きませんが、日常生活を行う上で必要なものを忘れがちになります。今回、身の回りのもので代用する方法を教えてください、大変参考になりました。

新聞紙は防寒、燃料としても役立ちます。新聞紙で固形燃料を作る方法や、ゴミ袋で作る合羽や子ども用ポンチョ、レジ袋で作る子ども用ベストなどは、参加者のみなさんも作り方をメモに取り熱心に聞いておられました。

トイレの問題も、ダンボールや紙おむつで代用する方法を聞きました。以前は、ペット用の砂を使う方法も紹介したそうですが、大量に廃棄されると焼却炉が傷み使えなくとのことで、今は紹介していないそうです。

子ども用の持ち出し品には、使い慣れたおもちゃやクレヨン、画用紙、折り紙などを入れておくと良いそうです。

考えるときりがなく、不安ばかりが大きくなりますが、必要なものを一つずつそろえ、自宅の耐震対策をし、外出時には水やホイッスル、携帯充電器など自分にとって最低限必要なものを持ち歩き、万一の非常口や施設の特徴（ガラス窓やシャンデリアの有無など）を知っておくことなどの、心構えがあるだけで違うと思います。

町内会で行われる防災訓練にも積極的に参加して、顔の見えるつながりをつくり、『アレルギー』について知ってもらう（町内会を運営するのは中高年の男性が多く、アレルギーという言葉をもともと知らないことも多い）ことも大切です。

もう一度、自宅の防災対策を見直したいと思いました。

7、名古屋市子ども・子育て支援センター主催・アレルギー講座のご案内

名古屋市子ども・子育て支援センターでは、10月30日（火）に、「アレルギーって治るのかな？」～アレルギーが心配な保護者の方集まれ！～と題して、講座を開催致します。アレルギー疾患のあるお子さんの子育てのこと、アレルギーかな？と心配な方、アレルギーって治るかな？とお悩みの方…ぜひご参加ください。当日、託児はありませんが、お子さんも一緒に参加できます。

【日時】平成24年10月30日（火） 11：00～12：30

【会場】子ども・子育て支援センター 758キッズステーション 託児ルーム

名古屋市中区栄3-18-1 ナディアパークビジネスセンタービル6階

【講師】中西 里映子（認定NPO法人アレルギー支援ネットワーク）

【対象】小学校入学前のお子さんのお母さんまたはお父さん

（お母さんとお父さん一緒に参加も可）

【定員】13名

【その他】※当日は、講座開始時間の10分前までに、センター事務所までお越し下さい。

【お問合せ】子ども・子育て支援センター 758キッズステーション

担当：後藤

TEL（052）262-2372

8、賛助会員から新商品のご紹介 株式会社ニチレイフーズ

ニチレイフーズより

材料はお米だけ！新商品「米衣®」のご紹介

皆様はじめまして、ニチレイフーズです。

ニチレイフーズでは「素材の力を健康に。素材の力をおいしさに。」をコンセプトに、素材を生かした商品開発で生活者の皆様に健康をお届けしたいと考えております。

米衣®もそんな思いから生まれた商品の一つです。

原材料は国産のお米だけ。衣状ですので、パン粉のようにもお使いいただけますし、他の食材に練り込んだりなど、アレンジの幅が広い商品です。

フライにする場合、米粉を水に溶き糊状にしたものを下地に使うと「卵を使わずに」簡単にフライが出来ます。また、パン粉よりも吸油量が少なく（当社製品比）ヘルシーなのも魅力的です。また、お米ならではのサクッ、カリッとした独特の食感がお楽しみいただけます。

本商品は通信販売ニチレイフーズダイレクトよりご購入いただけます。

素材選びに気を使われている皆様にぜひお試しください商品です。

ご購入はこちら

ニチレイフーズダイレクトホームページから。

<http://wellness.nichirei.co.jp/>

米衣®ご紹介ページのリンクはこちらから。

<http://wellness.nichirei.co.jp/index.php?module=Static&action=ShowHtml&template=products/lp/smardeli/komekoromo.html>

9、第7期アレルギー大学 上級講座のご案内

9月より、愛知・静岡・千葉会場で中級講座がスタートしました。

基礎・初級講座に引き続き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、中級講座終了後の10月21日より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・考えを深めていただく機会もあります。

上級実習は、すでに全日程定員に達しておりますので、実習の受講希望の方は来年以降の講座へお申込下さい。

皆様の講座お申込・ご受講をおまちしております。

詳細はアレルギー大学ホームページをご覧ください。

<http://alle-sien.net/alle-dai/html/>

10、10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。

10月は

3日(水) 西尾アレルギーの会 アレッ子元気 西尾市総合福祉センター4階 洗心庵

3日(水) あま市アレルギーの会 美和公民館 和室1

4日(木) 守山アレルギーの会 守山区社会福祉協議会
研修室

8日(月) 刈谷アレルギー児の親の会 刈谷市民ボランティア
支援センター 談話室A, B(旧市役所南庁に移転)

9日(火) 名東区アレルギーの会 名東区在宅サービスセ
ンター・ボランティアルーム

11日(木) 天白アレルギーの会 天白区住宅サービスセ
ンター ボランティア室

11日(木) 日進アレルギーの会 日進市にぎわい交流館
2階和室

12日(金) アレルギー支援ネットワーク アレルギー支援ネット
ワーク 事務所

18日(木) 豊橋アレルギーの会 豊橋会館「さくらピア」
児童保育室

25日(木) 緑アレルギーの会 緑保健所 2階 健康増
進室

春日井アレルギーの会 休み
名古屋南部アレルギーの会 休み

【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/>
皆様のご参加をお待ちしております。

11、「アレルギーっ子の防災セット」登録についてお知らせ

アレルギー支援ネットワークは震災を通じ直面した課題克服と今後の災害発生に向けて、「アレルギーっ子の防災セット」の普及活動を行っております。

緊急事態でも迅速かつ的確にアレルギー支援活動を行うための「アレルギーっ子の防災セット」は、「登録シリコンバンド」「緊急連絡カード」「安否確認システム」の3点がセットになっています。

お申込みはアレルギー支援ネットワークのHPから「安否確認システム」に登録することで、1患者につき「登録番号入りシリコンバンド1本」と「緊急連絡カード3枚」が郵送されます。登録対象者は、アレルギー患者本人または保護者の方です。アレルギー支援ネットワークや各患者会などの会員以外の方も登録可能で、一切費用はかかりません。ぜひ、ご登録をご検討下さい。

また、登録の際にご注意いただきたい点があります。下記の注意点をご確認の上ご登録下さい。

① 迷惑メールフィルター設定をしていませんか。

仮登録をされた後、本登録していただくためのホームページのリンクを仮登録で入力していただいたメールアドレスに送信していますが、迷惑メールフィルターによって受信不能（弾かれる）になっている方がたくさんいらっしゃいます。携帯端末だけではなく、yahooやGmailなどのフリーメール、プロバイダ提供のメールフィルターでも起きています。

お手数をおかけしますが、迷惑メールフィルターの設定を今一度ご確認をお願いいたします。

PCメールの受信（システムからの自動・一斉送信を受信）、なりすましメール（メーリングリストからのメールを受信）の設定をお願いいたします。

その際のアドレス（ドメイン）は、@alle-sien.sakura.ne.jp と、@alle-res.com です。

② 登録の際、「ルート認証が確認できないため、接続できません」等の警告が表示され、接続できなくなる事があります。

ご登録の際に、i-mode や ezweb、Y!ケータイなどで接続すると表示が出てしまい接続できない場合があります。これは、暗号化通信で中継してくれるサーバがパソコン用（一部のドコモの機種に対応）の回線にしか対応できていないために発生しています。

これらを避けるため、皆様の登録の際には、「フルブラウザ」「PCサイトビューア」「PCサイトブラウザ」などのパソコン用のホームページ閲覧機能をお使いいただき、「ルート認証が確認できません」と出ても無視して接続してください。

それでも接続できない場合、登録や情報更新の時は、申し訳ありませんがパソコンをご利用ください。

また、すでに登録されている方で、パスワード設定をされていない方（2011年8月末から接続されていない方）は、防災ネットワークのトップページ左下の「パスワードを忘れた方は、こちら」の「こちら」をクリックしていただき、パスワードを設定してください。

新システムからご自身で登録情報の確認や更新ができるようになります。

なお、新システムはまだ改修途中で、登録内容の入力方法の簡素化や医療機関・協力組織との連動性の向上などを進めています。

皆様には、まだご迷惑をおかけするかもしれませんがよろしく申し上げます。

12、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、興味があると言う皆様にもぜひ、お手元へ置いていただきたい一冊です。

13、メールマガジン会員募集中！無料です。

アレルギー最新情報や地域の会の情報など、「アレルギー」に関する情報満載の「アレルギー支援ネットワーク・メールマガジン」。ただいまご購読会員募集中。ご購読は無料です。みなさんの周りの方にも、ぜひご登録をおすすめください。また「こんなことを取り上げてほしい」「知りたい情報がある」などメールマガジンで取り上げる記事についてのご要望もお待ちしています。あなたの声で、アレルギー対策が一步前進するかもしれません！

info@alle-net.comまでお気軽にどうぞ。

14、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」

<http://www.giveone.net/cp/PG/CtrlPage.aspx?ctr=pm&pmk=10108>

「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

☆◆-----