



◆アレルギー支援ネットワーク 通 信◆



NO. 99 2015. 3. 1

※等幅フォントでご覧いただくと最適に表示されます。

寒い日がつづきましたが、日を追うごとに暖かい日も増え、
春がもうすぐそこまで近づいていることが、感じられるようになりました。

お子様達の表情もお兄さん、お姉さんになる喜びと、自信が見えてきて、頼もしく感じられる日が
増えてきたのではないのでしょうか。進級に向けて準備を進めるにあたって喜びと同時に不安もある
と思います。

アレルギー支援ネットワークのHPに『入園・入学 準備マニュアル』が掲載してありますので
参考にしてくださいね。

<http://www.alle-net.com/network/network04/network04-07/>

また、患者会でも相談できますよ。人に話すと気分も軽くなります。
ぜひ、参加してみてください。

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

それでは、今月のメルマガをお楽しみ下さい♪

===== も く じ =====

1、注目!!第10期アレルギー大学開講記念講演&アレルギーっ子のフェア

2、第10期アレルギー大学 開講のご案内

3、賛助会員からのメッセージ アルファ食品株式会社

4、第11回 千葉アレネット情報

5、東海アレルギー連絡会の報告

6、事務局の窓辺 新スタッフの紹介

7、アレルギーっ子の防災

第17回「アレルギー対応の防災訓練ー3」防災士中根輝彦

8、アレルギーが心配な保護者の方へ

★エピペンちゃん絵本

「勇気をもってエピペンを!!」～エピペンをもつ人たちの心のケア～の制作の思い

★★3月「アレルギー児の親の交流会」開催のお知らせ

9、おすすめ♪講習会・イベント情報のお知らせ

10、Gooddo（グッドゥ）でアレルギー支援ネットワークを応援して下さい!!

=====

1、注目!!第10期アレルギー大学開講記念講演&アレルギーっ子のフェア

3月7日（土）・8日（日）に「アレルギーっ子のフェア」を開催致します♪

今回も、盛りだくさんのイベントを企画しております!!

昨年大好評でした「わくわくスタンプラリー抽選会」を今年も開催致します。

その日の出展ブースのスタンプを全て集めていただければ、どなたでも豪華なアレルギー関連商品
が当たる可能性、大です!

尚、3月7日（土）に行われます特別講演およびミニシンポジウムは若干、お席があります。

まだ、お申込がお済でない方は、本日3月1日(日)が締切りとなっておりますので、お早めにお申
込下さい。

メーカー展示ブースおよびスタンプラリー抽選会は両日とも、予約なしでも参加いただけますので、皆様お誘い合わせのうえ、ぜひご参加くださいますようお願い申し上げます。
アレルギー支援ネットワークスタッフ一同心よりお待ち申しあげます。

「第10期アレルギー大学開講記念講演&アレルギーっ子のフェア」
会場：名古屋国際会議場 2号館 展示室211・212
開催日：3月7日（土）10:00～17:00 3月8日（日）10:00～16:00

詳しい内容はアレルギー支援ネットワークのホームページをご覧ください。

HPはこちら <http://www.aller-net.com/news/10kifair/>

2、第10期アレルギー大学 開講のご案内

今年もアレルギー大学の開講が決定しました。

皆様のお陰でアレルギー大学は、今年で10回目を迎えることができました。
また、愛知県、岐阜県、三重県、新潟県においては、ベーシックプログラム（1日講座）も予定しております。

「アレルギー大学」は調理師、栄養士、保育士、養護教諭など専門職の方が現場でアレルギー対応の即戦力をつけるための知識はもちろん、企業のアレルギー対応担当者、知識を向上させたい患者家族や学生の皆さんの要望にもお応えできる講座です。

皆さま、お誘い合わせのうえご受講いただきますよう、ご案内申し上げます。

お申込は[こちら](#)

<http://www.aller-net.com/alledai/alledai16-01/>

尚、お申し込み受付開始は、4月1日（水）からとなりますので、ご了承ください。

*アレルギー大学パンフレット配布にご協力していただける方を募集しております。
勤務先やお知り合いへパンフレットを配布していただける方は、アレルギー支援ネットワーク事務所（052-485-5208）までご連絡下さい

3、賛助会員からのメッセージ アルファード食品株式会社

はじめまして。賛助会員のアルファード食品と申します。

日頃は、特定原材料等（アレルギー物資）27品目不使用商品の非常食安心米わかめご飯・ひじきご飯・きのこご飯をはじめ、非常食商品をご愛顧いただきまして誠に有難うございます。

近年は、地震災害以外でも、噴火や異常気象による様々な災害が増えており、また、ウイルスの脅威など家庭内でも非常食を備蓄する意識が高まっております。

非常食市場は、嗜好性があがっており、日常やアウトドアの際に食べてもおいしいものが多く、また、ここ最近では災害直後でも、火や水を使わずにすぐ食べることができる非常食を初期対応食として備える傾向が増えております。

そこで、災害初期対応食として水なしで食べられる「安心米おこげシリーズ」を開発いたしました。
(同商品は特定原材料等（アレルギー物資）27 品目不使用商品ではございません。原材料をご確認下さい。)

【安心米おこわシリーズ】

○安心米おこげ（カレー味） 1 袋・51.2g 標準小売価格 280 円（税抜）

○安心米おこげ（コンソメ味） 1 袋・51.2g 標準小売価格 280 円（税抜）

○安心米おこげ（ぜんざい） 1 袋・145g 標準小売価格 380 円（税抜）

※同商品は、製造ラインがアレルギーに対応しておりません。

■商品特長

▽特長① 災害直後、水なしですばやくエネルギーを補給できます。

加温や加水の必要がありませんので、災害後、ライフラインが復旧する前に食べることができます。

▽特長② 長期保存が可能

賞味期限は製造から5年間です。

▽特長③ 食べやすい

一口サイズのおこげなので、水の無い災害時でも食べやすくなっています。

▽特長④ 精神的に癒しにもつながる、お菓子感覚の非常食

食べる前に調味粉末を入れ、シャカシャカと振り混ぜてから食べるので、小さなお子様でも楽しく食べられます。

アウトドアや夜食、おやつ等の常備食にもおすすめです。

■各商品原材料一覧

○安心米おこげ（コンソメ味）

おこげ：もち米【日本】、植物油、食塩、酸化防止剤（ビタミンE）

調味粉末：食塩、砂糖、コンソメ、ガーリックパウダー、脱脂粉乳、

乳等を主要原料とする食品、こしょう、たんぱく加水分解物、酵母エキス、

ナツメグ末、パセリ、調味料（アミノ酸等）、乳化剤、香辛料抽出物、酸味料、（原材料の一部に小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉を含む）



○安心米おこげ（カレー味）

おこげ：もち米【日本】、植物油、食塩、酸化防止剤（ビタミンE）
 調味粉末：食塩、カレー粉、ガーリックパウダー、チキンパウダー、
 オニオンパウダー、ミートパウダー、砂糖、ウコン末、たんぱく加水分解物、酵母エキス、クミン
 末、パセリ、こしょう、調味料（アミノ酸等）、
 カラメル色素、甘味料（スクラロース）、酸味料、（原材料の一部に小麦、大豆、鶏肉、豚肉を含む）



○安心米おこげ（ぜんざい）

ぜんざい：小豆、砂糖、食塩
 おこげ：もち米【日本】、植物油、食塩、酸化防止剤（ビタミンE）



3月7日（土）、8日（日）開催のアレルギーっ子フェアにも出展しておりますので、何かご不明な点等ございましたら、お気軽に声をおかけください。

（おこげ3商品の出品はございません。）

4、第11回 千葉アレネット情報

NPO 法人千葉アレルギーネットワーク 副理事長 桐谷利恵と申します。

春とはいっても朝夕はまだまだ冷え込みますが、お元気にされていますでしょうか。

2月14日（土）の午後アレルギー大学 in 千葉の修了式が行われました。受講生18名が参加されました。理事長の下条 直樹先生から修了証を一人ずつお渡ししました。

その後、石井食品（株）仲山氏、（株）シャトレゼ 田村氏からアレルギー管理の話をさせていただきました。

それぞれの会社の工場でどのように作られ、検査が行われているのか詳しい興味深い話を聞くことが出来ました。質問をすることにより、より深められたのではないかと思います。

最後に講師の先生方から一言ずつお話しいただきました。来年度のパフレットは出来上がっており、当団体のHPにもアップいたしますのでご確認いただければと思っております。



【3月のノンアレカフェ】

3月27日（金）11時半から14時までです。
メニューはHPをチェックしてください。

HPは[こちら](http://www.chiba-allergynet.jp/)

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

5、東海アレルギー連絡会の報告

2月1日（日）中村生涯学習センターにて、今年、最初の連絡会（交流会）を開催しました。

東海地域で活動をしている、アレルギーの（親の）会、15団体21人の参加で
各団体の自己紹介と活動報告を行いました。

活動報告として

●助成金をとっての勉強会の報告

（RINRIN♪豊橋アレルギーっ子の会、ぷちヴェール☆長久手の会）

●保育園・学校給食の委員会および考える会への参加

（刈谷アレルギー児の親の交流会、西尾アレルギーの会・アレっ子元気）

●防災訓練への参加

（アレルギーっ子の会（豊川市））

などの報告と情報交換をしました。

それぞれ「参加することで、今まで知らなかったことが見えてくることがある」とのことでした。
特に防災訓練では、市の備蓄状態や避難所でのアレルギー対応を知ることができたとの報告がありました。
また、会に参加する人の減少による運営の難しさについて話されました。

次回は、4月19日（日）に開催です。場所は未定となっております。

6、事務局の窓辺 新スタッフの紹介

メールマガジンを購読の皆さま、はじめまして。

2月よりアレルギー支援ネットワークに仲間入りをしました岩月友香と申します。

現在は仕事を覚える事に日々格闘しております。

管理栄養士としてアレルギー食に携わった経験を生かし、少しでも皆様のお力になれるように努めてまいります。

今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

7、アレルギーっ子の防災

第17回 「アレルギー対応の防災訓練－3」

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。

今回も災害復旧支援・防災におけるアレルギー支援の取り組み事例について紹介いたします。

今回は、アレルギー対応の防災訓練の事例を紹介します。

前回の原稿で紹介した宮城県仙台市福住町町内会の訓練で実施された事例です。

2014年11月9日（日）、8:30ころから12:00ころまで約800世帯から老若男女多数の町民が参加して開催されました。

町内放送、消防団による巡回避難勧告などの後、会場となる福住公園へ徒歩避難してきます。全住民の名簿が掲出された安否確認用ボードに一人ひとりチェック印を付け、未確認の住民については、避難誘導班が自宅まで探索に行きます。必要に応じて要援護者支援として車いす搬送もします。都合により訓練に参加できない方もいますが、「行方不明/出先と連絡を取って安全を確認済み」など、全員の確認を取ります。

これらの訓練は 10 年以上前から毎年繰り返され、3.11 のときも、いち早く全員の安否確認を市役所災害対策本部へ報告することができました。

安否確認が終わった後は、会場で各種啓発・基礎訓練を展開します。

- 1) ベニヤ合板で組み立てた小屋を倒壊家屋に見立てて負傷者救出・応急手当・担架搬送訓練、
 - 2) ベニヤ合板の倒壊家屋を燃やして水消火器・粉末消火器・バケツリレーによる初期消火訓練、
 - 3) 日赤・救助犬協会・JAF など関係機関による訓練展示、
- などが順に進行していきます。

その間、会場をぐるりと囲むように設置された 10 個ほどの啓発ブースで、参加団体がそれぞれ各種説明やデモなど展開します。途中、これらの団体を 1 つずつ紹介しながら、5 分くらいずつ会場の全員にアピールする時間もとっています。

2014 年度は新たな取り組みとして中学生の参加をテーマとし、それぞれの役割を決めて訓練項目に取り組みました。学校側と調整し、授業の一環としての参加となったようです。

学校側主導で地域団体に協力を依頼する取り組みはよく見受けられますが、地域団体の呼びかけに学校側が応じるのは珍しいのではないのでしょうか？

さて、啓発ブースの一つにアレルギーの啓発をしているところがあり、毎年参加されています。各種資料の配布やアレルギー対応食品のサンプル展示、アレルギー相談などを行っています。

このブースでも、中学生の訓練参加に呼応して、アレルギー対応アルファ化米について学習するカリキュラムを追加していました。

ガスカートリッジ式の卓上コンロで湯を沸かし、パックから脱酸素剤を取り出して、湯を注いで 20 分待つ、というおなじみの手順ですが、中学生たちが自分で作業をして覚えること、アレルギー対応の食品表示を確認すること、アレルギー対応品はアレルギー患者への配布を優先して欲しいこと、アレルギー患者でない人も食べられること、などを現地現物で体験してもらいました。

どちらかというと、炊き出しの練習というより食育のテーマ学習のような気がしないでもありませんが、「あっちでやってる炊き出しはアレルギー対応ってどうなってるの？」という気付きもあったようです。

啓発ブースには、防災用品を販売している業者のサンプル紹介もあります。毎年参加している業者は、訓練に参加することでこの町内会のニーズを読み取り、翌年は新たな提案をしてくる、ショールームや見本市のような位置づけになっているようです。アレルギー啓発を意識してかどうかわかりませんが、新商品を紹介しています。2014 年度の新ネタとして紹介していたのが、「家庭用非常食 3 日分セット」（株式会社大潟村あきたこまち生産者協会）

「家庭用非常食 3 日分セット」については、こちらをご参照下さい。

株式会社大潟村あきたこまち生産者協会
<http://akitakomachi.co.jp/>
同社家庭用非常食（3 日分セット）

<http://akitakomachi.co.jp/item/hizyoshoku>

これはいうなれば、長期保存が可能なレトルト食品。ドラッグストアなどでは、調理済みのベビーフードや介護食、各種機能性食品、栄養補助食品などパック入りのものが見受けられますが、いずれも防災備蓄を意識した長期保存対応品ではありません。それに対して、このレトルトは5年保存可能な商品です。

メニューも「チャーハン」「カレーピラフ」「きのこごはん」「野菜がゆ」「かぼちゃがゆ」「昆布がゆ」「野菜スープ」「トマトスープ」「クリームスープ」といろいろあります。

毎食同じメニューとなってしまうがちな炊き出しや支援物資。避難生活における食事の栄養バランスや気分転換、話題づくりのためにも、メニューはいろいろ試しておきたいですね。やわらかめのごはんやおかゆなど小さな子どもや高齢者向け、発熱材セット入りで温めてたべられる。「食物アレルギー特定原材料等 27 品目と貝類不使用」がうたい文句のアレルギー対応食。

前回の原稿で紹介した「救給カレー」と同様、除去品目、保存期間、価格、入手までに必要な期間、メニューやバリエーションなどをよく検討して備蓄品に加えてみるのもよいのではないのでしょうか。

どんな食品もそうですが、やはり一度は試食してみることをお勧めします。いろいろ検討してみても、最後は「味や食感」ということもあるでしょうし。いざというときに配給された救援物資の中から、「これなら大丈夫」というものを安心して選ぶためには、大切な取り組みだと思います。

ほかにも業界団体として、「公益社団法人日本缶詰びん詰レトルト食品協会」というのがあり、ここでも備蓄性をアピールして災害対応情報を発信しています。

公益社団法人日本缶詰びん詰レトルト食品協会

<http://www.jca-can.or.jp/index.html>

同法人みんなのレトルト

<http://www.retortfood.jp/index.html>

同法人災害に備える

<http://www.retortfood.jp/measures/index.html>

アレルギーの会の防災イベントとして、アレルギー対応備蓄食品の「大試食会」をやってみるのもよいかもしれませんね。いろいろな食品をお試しして情報を共有すると、救援物資として配布を希望する「アレルギー対応備蓄食希望リスト」なんていうものができるかもしれませんね。

被災時に、ただ漠然と「アレルギー対応備蓄食が欲しい」と要望するよりも、より具体的な商品を指定したほうが、支援側はよりニーズにあった対応をすることができる大変ありがたい情報になります。このメルマガで何度もお伝えしている「アレルギー対応備蓄食の分散共同備蓄相互支援ネットワーク」も一歩前進するかもしれません。毎日の食事の延長として、食べることを楽しみながらコツコツと取り組んでいきましょう。

今回は、「アレルギー患者団体の共助の仕組みづくり-2」として、「第2回東海・関西・中国地域防災対策ネットワーク会議」について紹介します。

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けると嬉しいです。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

8、アレルギーが心配な保護者の方へ

★エピペンちゃん絵本

「勇気をもってエピペンを！！」～エピペンをもつ人たちの心のケア～の制作の思い

絵本を企画&制作しました加藤美奈子です。

私は、愛知県春日井市の病気育児で悩むママの心の支えの会「ウサギクラブ子育て支援サークル」代表です。病気や障がいのジャンルは問わず食物アレルギー、発達障がい、身体不自由などいろいろなメンバーがいます。

この絵本は、食物アレルギーのメンバーが「エピペンを持つことで小学校に説明に行った時、なかなか分かってもらえなかったのがつらかった」という言葉を聞いてから、私は何をしたらいいのか考え分析し、圧力的な社会啓発でなく、あたたかい気持ちで前面にでやすい絵本という方法を考えました。

制作にあたり、春日井市の「アレルギー歩みの会」田中かおりさんと出会い、彼女に会うとお子さん「3人」の食物アレルギーの日々のご苦労でいつも泣いているのが印象でした。

彼女の話の中の一つで感動したエピソードがありました。

それは、『アナフィラキシーをお子さんが起こした時に救急隊員さんがとても優しい声かけを子どもにし続け、病院の処置中に「お母さん、よく頑張りましたね」と言われた』という内容でした。

次に絵本のあらすじです。

前半は絵本で、食物アレルギーの5歳の女の子が、あやまってアレルゲンを食べアナフィラキシーを起こしお母さんがエピペン注射を打ち救急隊員をおばあちゃんが呼び病院に向かいます。

そして、救急隊員のやさしい励ましと、病院でも医師に優しく励まされました。

夢の中では、女の子とお母さんの周りにたくさんの支援者が二人を囲みます。

エピペンちゃん（エピペンのこと）、医師、栄養士が優しい声かけをします。

お母さんは、アナフィラキシーをおこさせてしまったことに自己嫌悪をしていたけれど支援のやさしい言葉で、あたたかい気持ちになるというお話です。

そして、当事者の人たちが治療を続けていくには周りのやさしい声かけが必要であり、その言葉は何でしょうか？とつなげ、絵本の後半はエピペン所持の子どもとその親、地域の人たちに向けたやさしいメッセージを載せています。

アレルギー専門医伊藤浩明医師、森下雅史医師、小学校教頭、幼稚園園長、管理栄養士、スクールカウンセラー、元高校家庭科教師で料理教室の先生、そして田中かおりさん（当事者ママ）。

この絵本のおすすめは、医師の台詞は医師が考えました。

つまり、医師から医師へのメッセージという意味も含みます。

監修は伊藤浩明先生と森下雅史先生です。

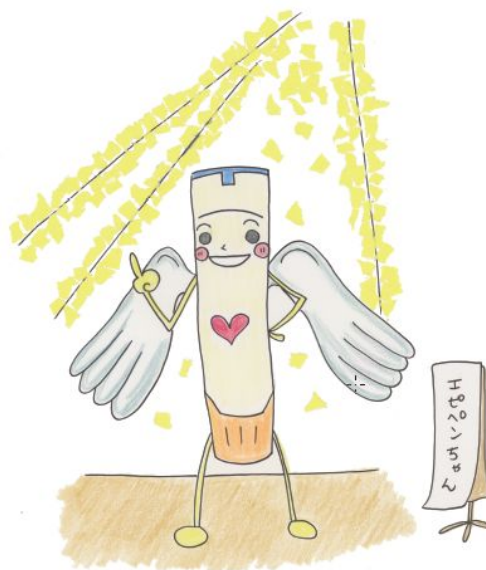
昨年11月に1100冊あいちモリコロ基金の助成金事業で制作しました。

この絵本のご注文をメールにてお受けいたしております。

絵本の代金は無料ですが、配送料金は着払いをお願いします。(700 円前後) ご了承くださいませ。
配布対象者はエピペン所持者と医療者で1 団体1 冊でご回覧をお願いします。

(絵本注文メール) epipenehon@yahoo.co.jp

絵本のイラストは、食物アレルギー児をもつ千葉久美子さんが描きました。
毎日弁当を作っています。愛と魂のこもったイラストです。



8、アレルギーが心配な保護者の方へ

★★3 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い合わせください。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.allie-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.allie-net.com/>

9、おすすめ♪勉強会・イベント情報のお知らせ

アレルギーに関する勉強会・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。皆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.allie-net.com/info/info07/info07-08/>

10、Gooddo（グッドウ）でアレルギー支援ネットワークを応援して下さい！！

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（グッドウ）に参加しております。

<http://gooddo.jp/gd/group/alliesien/?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『応援する！』をクリックして下さい。（クリックにお金はかかりません）

クリックによって 20～1000 ポイントがアレルギー支援ネットワークの支援のために加算され、ポイント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。

他にも gooddo 内ではいいね！やお買い物でもご支援頂く事ができます。

ぜひ「応援する！」「いいね！」でご支援、ご協力をお願いいたします！

<http://gooddo.jp/gd/group/alliesien/?md=fb>

▼gooddo（グッドウ）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。

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

☆◆-----