

食育だよりでは、保護者の皆様に家庭で役立つ食育情報をお届けしています。

学校給食では、毎日多くの子どもたちが一緒に食事をしています。その中には、食物アレルギーがあり、食べ物に配慮が必要な子どももいます。食物アレルギーは、本人や家族だけでなく、周りの人の理解や協力も大切です。

今月は「食物アレルギー」をテーマに、家庭で知っておいていただきたいことや、大阪市の学校給食における食物アレルギー対応についてご紹介します。

### 食物アレルギーとは？

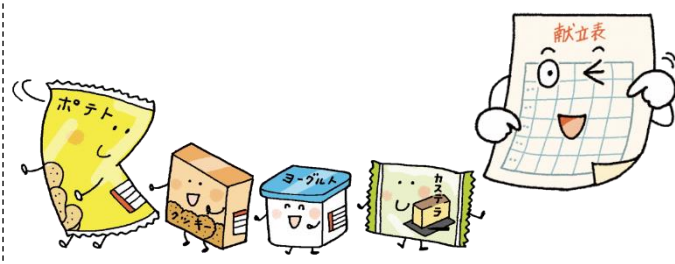
食物アレルギーは、食べ物に対して体の免疫が過敏に反応し、様々な症状が起こることです。少量でも重い症状が出ることもあり、命に関わる場合もあります。またアレルゲンに触れるだけでも発症するお子さんもいます。



嘔吐・腹痛・じんましん・かゆみ・せき など  
症状は人によって異なります。

### 食べるときは確認しよう！

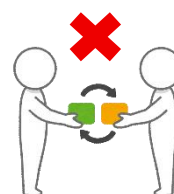
加工食品には必ず「アレルギーに関する表示」がされています。表示の見方をお子さんと一緒に確認していただくと安心です。また、給食についても献立表を毎朝確認する習慣をつけておきましょう。



### 「少しくらいなら大丈夫」は危険です！

✓子ども同士でのおやつ交換はしない

アレルゲンが中に含まれ、目で見て確認できない場合もあります。おやつ交換は控えましょう。



✓アレルギーは好き嫌いではありません

食物アレルギーは食べ物に対して体が反応するものです。嫌いで食べていないわけではないことを理解しましょう。



学校の給食時間以外にも、遊びに行った先でおやつを食べるなど、友だち同士で食べ物を食べる機会があると思います。

安全に楽しく食事をするために、ご家庭でも知っておいていただきたいことをご確認ください。

✓子ども同士で「食べてみる？」など食べ物をすすめたりしない

食べたことのない食べ物で発症する可能性もあります。またアレルギー食材を「少しくらいならいいだろう」とすすめるのも危険です。



食物アレルギーは  
周りの理解が大切です。



### 【大阪市の学校給食食物アレルギー対応について】

大阪市の学校給食では、医師の診断に基づき、原因食物の完全除去を原則として、食物アレルギー対応を行っています。

学校では、給食だけでなく、調理実習や食育活動など、食物を扱う場面があります。みんなが安心して学校生活を送るために、食物アレルギーについての情報を共有することが大切です。

新たに食物アレルギーと診断された場合や、食物アレルギーが疑われる症状があった場合は、給食の有無にかかわらず、速やかに学校へお知らせください。



学校給食献立表は、大阪市のホームページでご確認いただくことができます。また、大阪市 LINE 公式アカウントの友だち登録による毎日の献立配信も行っています。

小学校献立表



LINE アカウント

