

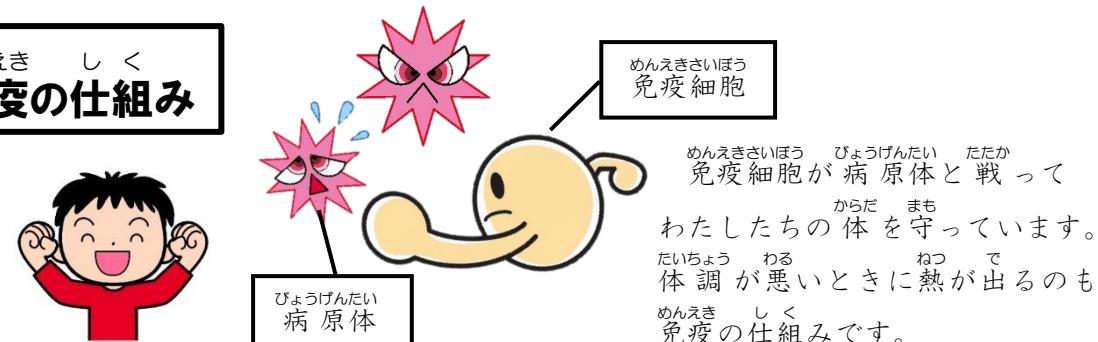
えいよだより

令和2(2020)年10月
～保護者のかたへ～
大阪市立南津守小学校

しょくもつ 食物アレルギーについて知ろう

私たちの体には、有害な細菌やウイルスなどの病原体から体を守る「免疫」という働きがあります。食物アレルギーはこの「免疫」が本来無害なはずの食べ物に対して過敏に反応してしまうことによって起こります。吸収された食べ物（アレルゲン）が血液にのって全身に運ばれるため、眼・鼻・のど・肺・皮膚・腸などさまざまな症状が現われます。

めんえき しく 免疫の仕組み



しょくもつ 食物アレルギーの仕組み



食物アレルギーを起こしやすい食品

とくついげんざいりょう 特定原材料 (原因でおこる人が多い)	たまご 卵、にゅう 乳、こむぎ 小麦、そば、らっかせい 落花生(ピーナッツ)、えび、かに
とくついげんざいりょう 特定原材料に準ずる (原因でおこる人がいます)	あわび、いくら、いか、さけ、さば、ぶた肉、とり肉、まつたけ、やまいも、くるみ、ごま、だいず、カシューナッツ、ゼラチン、バナナ、りんご、モモ、オレンジ、キウイ、スイカ、アボガド、キュウリ

※そば粉、小麦粉などはすいこんだけでおこることもあります。

アナフィラキシー

アレルギーの症状が複数の臓器に現れる場合をアナフィラキシーといい、さらに血圧低下や意識障害をともなう場合をアナフィラキシーショックといいます。短時間で症状が進行し、命の危険を伴う可能性があるので、至急救急車を呼び、エピペン®を処方されればすぐに使用します。

エピペン®

ペン型をしたアドレナリンの自己注射製剤です。心臓の働きを強くし、血管を広げて呼吸を楽にするなどの即効性があります。



しょくもつ 小・中学校でのアレルギー対応

小学校・中学校では、大阪市教育委員会が作成する「食物アレルギー個別対応の手引き」に基づき、対応を行っています。また、8・9・10月を『食物アレルギー対応サポート月間』とし、卵・牛乳・小麦などの食材アレルギーをもつ児童がほかの児童と同じように給食を食べられるよう使用する食品に配慮した献立を提供しています。

しょくもつ しょくざい はいりよ こんだて 使用する食材に配慮した献立

10月1日(木)	かつおのマリネ焼き[パンエッグドレッシング]
10月6日(火)	じゃがいもときゅうりのサラダ[パンエッグドレッシング]
10月13日(火)	ポークカレーライス[米粉]
10月21日(水)	コーンクリームシチュー[米粉]
10月27日(火)	ハヤシライス[米粉]

10月は、小麦粉の代わりに米粉を使ったカレールウや、卵を使っていないノンオイルドレッシングを使用します。

ただ しょくもつ 正しく知ろう！食物アレルギー

- ・食物アレルギーは好きらいではない
- ・食物アレルギーのある人に食べ物をあげたり、無理にすすめたりしない
- ・食べているときや食べた後に様子がおかしいときは、すぐに周りの大人に知らせる

上記のことを、お子さんにも話してあげてくださいね。

