



# 給食メモ

2025年2月 箱舟保育園

## お願い

突然食物アレルギーに似た症状が出現し受診され、検査結果が出るまでに数日を要する時に登園される場合は、お弁当の持参(おやつも含めて)をお願いします。お肉だけ取ってくださると依頼されても、調理過程でアレルギーの原因となるたんぱく質は流出します。出汁などのエキスはよいのかな?など指示書がない状況では、きちんとした対応はできません。曖昧な対応をし、園で発症するリスクを避けるためです、ご理解とご協力をお願いいたします。

### 食物アレルギー

はこぶね保育園では現在9名の園児にアレルギー除去食の指導表を提出していただき、除去食の提供を行っております。指導表には、食品の除去の項目しかありませんが、普段の生活で、気を付けていただきたい事をお伝えします。この内容は消費者庁の委託業務「食物アレルギーヒヤリハット事例集令和5年」に掲載されたもので、はこぶね保育園で実際に起きたものではありません。

### 食物アレルギーの定義(少し難しい文言もありますが、定義を載せておきます)

食物アレルギー診療ガイドライン2016において、食物アレルギーとは「食物によって引き起こされる抗原特異的な免疫学的機序を介して生体にとって不利益な症状が惹起される現象」と定義される。免疫学的機序にはIgE依存性反応と非IgE依存性反応がある。免疫学的機序によらないものを「食物不耐症」と総称する。食物アレルギーは食物によって惹起されるアレルギーであり、体内への侵入経路は、経口摂取だけでなく、経皮、吸入、注射など、いずれの経路でもよい。

### 事例

■ 35歳 男性

原因・牛乳 症状…じんま疹

経過・家族が牛乳を電子レンジで温めた後に、牛乳アレルギーのある患者の白米を温めました。その白米を食べた時にじんま疹の症状が出現した。軽い症状だったので内服はせず、経過観察して症状は速やかに改善した。

解説・アレルギー物質が付着した可能性のある調理機器を使用したことでアレルギー症状が出現した事例です。

対策・家族や友人などに自分の食物アレルギーについて認識してもらい、少量で症状がでてしまう重症アレルギーの方は調理機器にアレルギー物質がついてしまった場合は知らせてもらい、使用を控えるか、必ずきれいに洗浄してから使用しましょう。ラップをかけて温めることも有用かもしれません。

日常生活の中で、「こんなことがアレルギーの原因にもなるの!？」と、思ってしまう内容ですね。今までアレルギーと診断されていなくても、食後の運動で誘発されるアレルギーもあります。(食物依存性運動誘発アナフィラキシー)アレルギーらしい症状が出たときは、アレルギー専門医を受診して、きちんと対応していきたいですね。

また、ご自分のお子さんがアレルギーではなくても、アレルギーをもったお友だちがお家に遊びにくる場合も考えられます。

どの子にも食べものをあげる前に、食物アレルギーはないかを確認することは、とても大切なことです。

**食物アレルギー生活管理表は1年ごとに、再提出をさせていただいております。3月・4月に提出いただいたご家庭には、再提出をお願いしますので、ご協力をお願いいたします。用紙はおつて担任より配布いたします。**

毎月配布される献立表を参考にして、保育園と家庭の食事内容が重ならないよう配慮をお願いいたします。

## ・誤嚥・窒息事故を防止しよう!

2月3日は節分です。節分の豆まきで用いられることの多い炒り大豆など、硬い豆やナッツ類は、子どもにとっては窒息や誤嚥のリスクがあることをご存じでしょうか?

消費者庁・国民生活には、豆やナッツ類での窒息や誤嚥(食べ物又は異物が気管に入ること)による事故の情報が医療機関より寄せられています。

- ・「乾燥豆3個を食べた時に咳き込み、5分後にかみ砕いた豆とともに血を吐き出した。病院を受診し、検査では明らかな症状と所見は認められず、誤嚥の疑いと診断された。」2歳
- ・「上の子が食べていた枝豆を欲しがり、5~6粒を頬張ったところ、激しくせき込み始めてため救急受診した。気管支異物の存在を疑いCT撮影したところ、左気管支に異物を認めた。集中治療室にて全身麻酔下で枝豆1/2粒を除去した。約1週間後に退院となった。」1歳
- ・「ピーナッツ味噌を4~5粒食べ摂取後むせ込みゼイゼイ音がしていた。緊急気管支鏡下気道異物除去術を行い5日間入院。」4歳
- ・「アーモンドを子どもに食べさせていた。口内に残したまま歩行中、もっと欲しがって泣いたところ、むせて咳き込んだ。その後もゼイゼイした感じがあり受診した。右気管支異物により入院6日間。」2歳

奥歯が生えそろわず、かみ砕く力が十分ではない子どもは、硬くてかみ砕く必要のある豆やナッツ類などを、のどや気管に詰まらせて窒息したり、小さなかけらが気管に入り込んで肺炎や気管支炎をおこしたりするリスクがあります。また、物を口に入れたままで、走ったり、泣いたり、声を出したりすると、不意に吸い込んでしまい、窒息・誤嚥(食べ物又は異物が気管に入ること)するリスクがあります。

**硬くてかみ砕く必要のある豆やナッツ類は、5歳以下の子どもには食べさせないでください。**

・節分の豆まきは個包装されたものを使用するなど工夫を行い、5歳以下の子どもが拾って口に入れないように、後片付けを徹底しましょう。

箱舟保育園では豆まきは実施しておりません。

・兄弟がいる家庭では、兄弟が豆やナッツ類を食べている際、5歳以下の子どもが欲しがっても与えないようにしましょう。

・食べているときは、姿勢をよくし、食べることに集中させましょう。泣いている時に食べ物を与えるのもやめましょう。

窒息や誤嚥は、豆やナッツ類以外にも、様々な食品で起こります。丸くてつるつとしたもの、粘性が高く飲み込みづらいもの、噛み切りにくいものなどは、特に注意が必要です。

・「外食後おまけでもらった約1cmの丸い飴を子どもに食べさせた。子どもが歩きながら飴を食べていると急にむせだしたため、保護者が背部叩打法等を行ったところ、唾液を吐き出した後に飴が出てきた。」1歳

・「白米と海苔を食べていた時に、口に入れすぎてむせ苦しんでいた。5分ほど寝たが、苦しうだったため病院を受診。白米と海苔が鼻の奥に残っている状態だった。」1歳

節分に恵方巻を食べられるご家庭もあると思いますが、海苔も噛み切り難い食品の一つです。また、具材の中には、普段食べ慣れていないものも入っていることも考えられます。

小さな子どもが口に詰め込む状況にならないように、小さく切り分け、飲み物も用意した上で、落ち着いてよく噛んで食べられるように工夫しましょう。

ご家庭以外の外食、地域や施設のイベント等でも同じように注意して下さい。

消費者庁ホームページ 子どもの安全 from 消費者庁 Vol.617 より抜粋

