



給食メモ

2026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いと依頼されても、調理過程でアレルギーの原因となるたんぱく質は流出来ます。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ので、ご理解とご協力を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7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いて、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 2024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、経口摂取だけではなく、経皮、吸入、注射など、いずれの経路でもよい。

事例 (食物アレルギーヒヤリハット事例集2024より)

■ 9歳 男児

原因・いちご大福 症状…じんま疹

経過・イチゴ大福には鶏卵は入っていないと思い購入し、自宅で1個摂取しました。30分以内に強い腹痛、断続的な咳嗽、嘔吐、活気低下が出現しました。エピペン®は所持していましたが、鶏卵アレルギーによる症状とは思わず、エピペン®を使用しませんでした。その後、救急外来を受診し、アドレナリン投与を行い入院しました。後に購入店に確認したところ、イチゴ大福に鶏卵白3gが含まれていることが判明しました。

解説・イチゴ大福に含まれていた鶏卵により症状が誘発された事例です。

対策・一部の大福には風味や食感を良くするために鶏卵を使用していることがあり、原材料の確認をすることが重要です。

日常生活の中で、「こんなことがアレルギーの原因になるの!？」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。

どの子にも食べ物をあげる前に、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、再提出をしていただいているので、ご協力ををお願いいたします。用紙はおって担任より配布いたします。(てらだアレルギーこどもクリニックは院長療養のため休業中)

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分後にかみ碎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たため救急受診した。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

奥歯が生えそろわす、かみ碎く力が十分ではない子どもは、硬くてかみ碎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。

・硬くてかみ碎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して行い、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。

・兄姉がいる家庭では、兄姉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、粘着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の丸い餡を子どもに食べさせた。子どもが歩きながら餡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餡が出てきた。」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がっていた。5分ほど寝たが、苦しそ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あります。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

ケーキ

ひじき入り五平餅

1月おやつ

チーズおかかおにぎり

