

まとめ 自宅（祖父母宅）

1、食品購入時

- ・アレルギー物質食品表示をチェックする
- ・安全に摂取できる商品の一覧表（メモ）を作成しておく
- ・よく行き来する祖父母宅では、自宅同様の対策をしてもらう

2、情報共有

- ・よく来る友達には除去食について理解してもらいましょう
- ・他の人との見分けがつくように専用の食器を準備しておきましょう
- ・代替え食の入った食器には印をつけ情報を共有しましょう（専用のものがあるとよい）
- ・患児が除去食以外の料理を間違えて食べないようにみんなで注意しましょう（可能であれば、家族全員が食べられるような除去食を作るようにしましょう）
- ・日ごろから祖父母を含めて家族全員で食物アレルギーについて話し合しましょう
- ・アレルギー食品を書いた張り紙をしておきましょう

3、食後の整理整頓

- ・食物はすぐに手の届かない所に片付ける
- ・子供の目の届くところにアレルゲン食品を置かない
- ・冷蔵庫や食物を捨てるゴミ箱は患児の手が届かない工夫をする

4、食事中

- ・保護者は目を離さない

5、微量でも症状が誘発される場合の注意

- ・家中に原因アレルゲン食品を置かないようにする
- ・原因アレルゲン食品が家にある場合；

誤食をしない一般的注意以外に、食後は家族全員よく手を洗いやうがいをする
アレルゲンがついた兄弟の衣服は着替えさせる

6、大きくなったら食物アレルギー回避のための教育を行う（自宅外での誤食対策のため）

- ・回避のための教育：食品の見分け方
- ・アレルゲン食品が提供された時の回避の方法や断り方
- ・アレルギー反応の出現時の対応

友人宅（友人との食事会）

事例 73

友達の親子パーティーに参加したら、子供がおやつに手を出して...

年齢・性別 : 1歳 男児

アレルギー : 卵、牛乳、小麦

症状 : じんま疹

経過 : パーティーに参加した子供に年齢幅があったため、小学生の子ども達用のビスケットに、食物アレルギーのある1歳の子が手を出してしまいました。30分ほどしてじんま疹に気づいたため、手持ちの内服薬を飲ませ、しばらくしたら落ち着きました。

解説 : パーティーに参加する前に、参加者の年齢構成や、食事や軽食の内容などを確認していなかったため、今回のようなことが生じました。

対策 : 食物アレルギーを持つお子さんとパーティーや集まりに参加する時には、あらかじめ、食べられるおやつや食事を持参しておくといいでしょう。また、パーティーの主催者や参加する人に、食物アレルギーのことをきちんと伝えておくことも重要です。

事例 74

少しぐらいなら大丈夫と思い...

年齢・性別 : 13歳 女児

アレルギー : 牛乳

症状 : アナフィラキシー

経過 : お友達のうちで、スティックチーズがおやつに出されました。食べてはいけないことはわかっていたのですが、少しならいいと思い、食べてしまいました。食べた直後から唇が腫れ、息苦しくなり、喘息発作が出ました。自宅で安静にしていたら、2時間ぐらいで症状は治まりました。

解説 : 年長児の場合、遠慮もあり、お友達の家で出されたものを食べられないとは言えず、つい食べてしまうということがあります。

対策 : 子供が自分では言いにくいこともあるので、あらかじめ親が先方に連絡をしておく方が良いでしょう。食べてしまった時、すぐに対応できるように、緊急時薬を携帯することも忘れないように。

まとめ 友人宅（友人との食事会）

親子パーティーなど大勢の子どもが集まる場合へ行く前の準備

- ・食物アレルギーのことを主催者伝えておく
- ・事前にメニューの原材料を確認しておく
- ・アレルギー対応でなければ子供は連れて行かない
- ・どうしても連れて行くなれば子供から目を離さない
- ・普段食べても安全な食品を持っていく
- ・主治医からの緊急時薬は必ず携帯する
- ・近くの病院を把握しておき、症状誘発時の対応をシュミレーションしておく

誤食によるアレルギー症状が出現した時の手順を決めておく。

- ・エピペン®；平生から練習用注射器で練習
- ・内服用ステロイド薬、内服用抗ヒスタミン薬の常備、携帯
(いつでも、どこでも使えるように；数か所に常備)
- ・救急病院を調べておく

園・学校・施設

1、食物アレルギーに関する知識の不足による事例

食物アレルギーの事を知らないスタッフが起こした事例

事例 75

園でおやつのおかわりを間違えて配膳

年齢・性別 : 3歳 女児

アレルゲン : 卵

原因 : 園でだされた卵入りクッキー

症状 : じんま疹

経過 : 4月の慣れないバタバタしている時期に、卵アレルギーの園児がおやつのおかわりをしたところ、先生が間違えて食べていけない卵入りのおやつをあげてしまい、食べたところ、じんま疹が出ました

解説 : 先生は新任初日で、仕事に慣れていませんでした。そのため、食物アレルギーに十分注意を払わず、あげてしまったそうです。また、おかわりということで、注意がおろそかになっていた可能性があります。

対策 : 先生が保育に慣れていない場合、特に食事の時間は、先生を増やし、食物アレルギーの園児に注意を払う必要があります。また、新任の先生にも、事前に食物アレルギーの知識をつけてもらうことが大切です。

事例 76

カルピスは牛乳からつくるの!?

年齢・性別 : 5歳 女児

アレルゲン : 牛乳

原因 : 乳酸菌飲料 (カルピス)

症状 : じんま疹

経過 : 園の先生がおやつ時に乳酸菌飲料 (カルピス) を飲ませてしまいじんま疹が出ました。

解説 : 先生はカルピスが牛乳から出来ていることを知りませんでした。

対策 : 食物アレルギーの患児がいる園では、食べさせる食品の原材料は事前に調べておくべきです。

2、情報共有不足による事例

スタッフ間の情報共有が不十分すると

事例 77

間違っって渡されたアメとパンケーキ、先生どうして?

年齢・性別 : 5歳 女児

アレルゲン : 卵・牛乳・小麦

原因 : フルーツアメ (牛乳入り) ・卵と牛乳を除去したパンケーキ (小麦)
症状 : 全身のじんま疹と喘鳴
経過 : 食物アレルギーについて担任の先生には話してあったのですが、担任の不在中に、牛乳入りのフルーツアメや、小麦で作られた卵と牛乳を除去したパンケーキが配られたりしたことがありました。アメの場合は軽いじんま疹で、すぐ主治医と電話で相談をして、抗ヒスタミン薬内服のみで落ち着きましたが、パンケーキの場合はじんま疹に加えて喘鳴まで出現し、救急車で病院へ搬送され入院となりました。

解説 : 担任の先生以外の保育園スタッフが、この児の原因食物をきちんと把握していなかったため生じました。

対策 : スタッフ全員が、患者の情報を共有することが大切です。できれば数カ月に一度スタッフ (園長・担任・給食責任者) と養育者で情報交換をする機会があると良いです。主治医から食物除去の指示書を記載してもらい、症状が出た時の対処方法を文書で園に伝えることも重要です。

事例 78

延長保育の時間におやつを食べて

年齢・性別 : 1歳 男児

アレルゲン : 卵

原因 : 卵を使用したプリン

症状 : じんま疹

経過 : 延長保育の時間におやつが出ました。担任の先生は食物アレルギーについて理解していましたが、そのときは別の先生が担当していました。担任でない先生は児の卵アレルギーのことを聞いておらず、卵を使用したプリンをおやつで与えてしまい、食べて児は全身にじんま疹が出現しました。

解説 : 掲示板には食物アレルギー児の情報が記載されていましたが、直接担当の先生に伝達はなく、掲示板の確認を怠ったため、原因アレルゲン入りのおやつを渡してしまいました。

対策 : 食物アレルギーのことを掲示板に記載するだけでなく、直接しっかり伝達すること、また、配膳トレーに原因アレルゲンを記載したカードを載せることも配膳の間違いを防ぎます。食物アレルギー児のエプロンに、アレルギー情報を大きく記載するのも良い方法と考えられます。

スタッフと家族の情報共有の不足による事例

事例 79

託児所は、万全のアレルギー対応と思っていたら...

年齢・性別 : 2歳 女児

アレルゲン : 卵・牛乳・ソバ・ピーナッツ

原因 : 他人のお弁当

症状 : じんま疹、咳、喘鳴

経過 : 母親が子育てのセミナーに出席するため、主催者側が用意した託児所に預けたとき、他人のお弁当に入っていた卵焼きを食べてアレルギー症状を起こしました。じんま疹、咳、喘鳴まで生じ、救急病院で点滴治療となりました。

解説 : 宅児所のルールとしては、「具なしおにぎり、お茶のみ」であったにもかかわらず、ルールを守らない出席者がいたために起こったと考えられます。

対策 : 託児所に食物アレルギーの子どもを預ける時は、主催者側に伝えておく必要があります。「具なしおにぎり、お茶のみ」ルールのみで、食物アレルギー対応であると判断はできません。託児所のルールを守らない人もいるので、誤食事故が起きないように、主催者側もしっかり目を配る必要があります。

事例 80

先生が「残さないように」と言ったため...

年齢・性別 : 10歳 男児

アレルゲン : キウイフルーツ

原因 : 給食にでたキウイフルーツ

症状 : 全身じんま疹、咳、喘鳴

経過 : 本人はキウイフルーツを食べて、喘鳴が出たことがあるため、医師からも食べないように指示されていました。しかし、先生から給食に出されたものは残さないようにと言われたため、無理に食べたところ、全身じんま疹と咳、喘鳴が出現しました。学校から救急外来へ搬送され、抗ヒスタミン薬の内服、気管支拡張剤の吸入、ステロイドの点滴注射などをして落ち着きました。

解説 : 保護者からの食物除去依頼書の提出も医師からの指示書もなく、学校からの聞き取りもなかったことにより、事故が起きました。

対策 : 専門医による正しい食物アレルギーの診断が下った場合は、医師の指示書とともに、給食対応の依頼書を提出するのが、良いでしょう。学校では、担任の先生、養護の先生、栄養士さんとの話し合いの場をつくってもらうようにして下さい。医師からのアレルギー疾患管理表も有用です。

給食センターと施設間の情報交換が不足すると

事例 81

年齢・性別 : 11歳 男児

アレルゲン : ピーナッツ

原因 : 調味料(豆板醤)

症状 : じんま疹

経過 : いつもの業務用豆板醤が、メーカーの製造中止になり、急に別の物に変更となり、回鍋肉に使用されました。生徒が口に入れて、痛みを先生に訴えたため、学校側からの給食センターへの問い合わせの結果、ピーナッツオイルが使用されていることがわかりました。

解説 : いつも給食で使っている業務用豆板醤のメーカーが変更になってその変更先のメーカーのものにピーナッツオイルが入っていたため誤食事故を起こした症例です。

対策 : 給食で使用の食品メーカーが変わる際には、少量しか使わない調味料ひとつにしても必ず連絡がもらえるように学校の先生に事前をお願いしておきましょう。

学校側も、アレルギー物質表示を確認して、保護者に連絡することが重要です。

3、食事（給食・おやつ）メニューや食事中におきた事例

献立の確認は複数の人で行ったほうがよい

事例 82

お母さんが「オムレツ」を見落としちゃった！

年齢・性別 : 7歳 女兒

アレルギー : 卵

原因 : 学校給食のオムレツ

症状 : じんま疹、皮膚のかゆみ、口唇・口腔の違和感

経過 : 学給食のオムレツを1口食べてしまいました。5分以内に、じんま疹、皮膚のかゆみ、口唇、口腔のピリピリ感があり、本人がすぐに吐きだして、口の中を洗ったため、大事には至りませんでした。

解説 : 卵アレルギーがあるため、給食のメニューで卵料理が出る場合は、母親が代替食を持参することになっていましたが、母親がメニューを見落とし、代替食品を持たせなかったため、本人は配膳されたまま食べてしまいました。担任の先生も、この児の食物アレルギーに対して理解が不十分で、給食内容も母親まかせで、注意を払っていませんでした。

対策 : 誤食事故を防ぐには、二重、三重のチェックが必要です。給食対応は母親まかせではなく、学校全体で食物アレルギー児を把握し、注意しなければなりません。

事例 83

給食で出されたキムチでじんま疹が...

年齢・性別 : 9歳 女兒

アレルギー : ゴマ

原因 : キムチ

症状 : じんま疹

経過 : 給食で出されたキムチを食べたところじんま疹が出ました。献立表にはゴマの表示は無く、除去指定ですが配膳されていました。後で確認したところゴマが入っていることが判明しました。

解説 : ゴマ除去と伝えてありましたが、献立の原材料にゴマの表示がなかったので家族は気がつきませんでした。

対策 : ゴマは表示の対象ではありませんが、ゴマアレルギー症例が増えてきています。ゴマアレルギーであることを伝え、出来れば原材料にゴマも記載してもらいましょう。

事例 84

食材がよくわからない料理だったのだけど...

年齢・性別 : 1歳 女児

アレルゲン : ゴマ

原因 : 豆腐チャンプルー

症状 : じんま疹、目のかゆみ、眼球充血、喘鳴

経過 : 月初めに、献立表をもらい、除去をしてもらう料理をチェックし、提出していました。食材の中には、ゴマ油を使用しているか、使用していないかわからなかったため、除去をチェックせずに提出してしまいました。残念なことにゴマ油が混入しており食べた直後よりじんま疹、目のかゆみ、眼球結膜充血、喘鳴まで生じてしまい病院を受診しました。

解説 : わからない食材の部分を、しっかりと確かめなかったために誤食してしまいました。

対策 : 献立表をチェックして、アレルゲンかどうか、わからない食材が使用されている場合は栄養士さん、調理師さんに必ず確かめるようにしてください。原因アレルゲンが入っているかどうかかわからない料理は原則として除去する方が安全です。

食事中の観察を怠ると

事例 85

友達からおやつをもらってしまって...

年齢・性別 : 3歳 男児

アレルゲン : 牛乳

原因 : 牛乳入りのアメ

症状 : じんま疹

経過 : 園が主催のサマーキャンプの帰りのバスの中で、おやつタイムとなり、たまたま隣の席の友達が、持参していたおやつ(牛乳入りのアメ)を牛乳アレルギーの友達にあげてしまい、食べたアレルギー児はじんま疹が出現しました。

対策 : 食物アレルギーを理解できない年齢では起こりやすい事故です。おやつタイムの間も、園児の観察が大切です。

事例 86

園でおかわりのシチューを食べて...

年齢・性別 : 3歳 女児

アレルゲン : 牛乳

原因 : おかわりのシチュー

症状 : じんま疹、嘔吐、腹痛

経過 : 園では牛乳除去食となっていました。牛乳除去のシチューを食べた後、お代わりをしました。そのとき、誤って牛乳除去でないシチューをおかわりで食べさせてしまいました。食べ終えた直

後に腹痛を訴え、嘔吐し、全身にじんま疹が出ました。母親と連絡をとり、主治医の病院に搬送し、ステロイドの点滴注射等の処置で症状は軽快しましたが、大事をとってその日は入院することになりました。

解説 : 牛乳入りも、牛乳除去のシチューも見た目はまったく区別がつかないため、除去食は色の違うお皿とスプーンが使用されていましたが、お代わり用は、お皿の色は除去されていないものと同じ色で、スプーンのみ、色を変えてあったそうです。そのため、除去されていないシチューが間違っ

て与えられてしまいました。

対策 : 普通食と除去食とを誰がみても区別できるように、除去したアレルゲンを明記したカードをつけるべきです。色をかえたり、スプーンの形を違えたりするだけでは、区別のルールを知らないスタッフには判断できません。

配膳する時は、指差し呼称で確認することも大切です。

4、給食以外の学習活動の事例

事例 87

しゃっくりが止まらなかったので友達が麦茶をくれました、そしたら...

年齢・性別 : 3歳 男児

アレルゲン : 大麦

原因 : 麦茶

症状 : じんま疹

経過 : 園で遊んでいるとき、しゃっくりがとまらず困っていました。そのとき、一緒に遊んでいた友達が、親切に、自分の持っている麦茶をくれました。麦茶を飲んだところ、全身にじんま疹が出ました。

解説 : 自由遊び中で、先生の目が行き届かないときに起こりました。また、食事の時間ではなく、遊びの時間だったため、先生も誤食の危険を予測していなかったと思われます。麦茶は大麦アレルギーがあっても多くの患児は飲むことができますが、大麦アレルギーの強い患児はアレルギーを引き起こすことがあります。

対策 : 園のスタッフ全員が食物アレルギーのことを把握し、食事の時間以外も、目を配ると同時に、他の園児にも食べられないものがあることを知ってもらい、飲み物や食べ物の交換をしないように説明することが大切です。

事例 88

年齢・性別 : 5歳 男児

アレルゲン : 牛乳

原因 : お泊まり保育中のレストランでの代替食

経過 : お泊り保育に行きました。幼稚園の園長先生と食事打合せを行い、夕食は除去食の予定でしたが、宿泊先のレストランが配慮して出した代替食を食べたところじんま疹が出現しました。母親から症状出現時に飲ませるように渡されていた抗ヒスタミン薬で症状は軽快しました。

解説 : 宿泊先のレストラン側としては、牛乳の加工食品ではアレルギーは起きないものと考えていたため、せつかくの配慮が事故となってしまいました。安易な代替食は、提供される側もする側も慎むべきです。

対策 : 代替食の場合は、事前にメニューの確認と打ち合わせを行いましょう。

事例 89

家庭科の調理実習でのとき

年齢・性別 : 12歳 男児

アレルゲン : 卵、牛乳、小麦、バナナ、ココア

原因 : マフィン

症状 : のどの痛み

経過 : 家庭科の調理実習でマフィンを作りました。卵、牛乳、小麦、バナナ、ココアを使用し、オーブンで焼きました。きれいな焼き色になり、先生の指示のもと、取り出し、食べたところ、30分後にのどが痛くなりました。

解説 : 今まで食べて症状がなかったので、特に注意を払っていませんでした。今回、加熱が十分にされていなかったため、症状が出現した可能性があります。

対策 : 十分に加熱した食品を食べて異常がない場合でも、今回の事例のように加熱が不十分だったりすると症状が出る場合があります。また、調理中に（調理中に使った原材料の後片づけが不十分であれば調理後に）原因食品を吸入したり、接触によってもアレルギー症状を起こすこともあります。

学校生活管理指導表(アレルギー疾患用)

名前 _____ 男・女 平成 ____ 年 ____ 月 ____ 日生 (____ 歳) _____ 学校 ____ 年 ____ 組 提出日 平成 ____ 年 ____ 月 ____ 日

病型・治療	学校生活上の留意点	記録日
A. 食物アレルギー病型(食物アレルギーありの場合のみ記載) 1. 即時型 2. 口腔アレルギー症候群 3. 食物依存性運動誘発アナフィラキシー B. アナフィラキシー病型(アナフィラキシーの既往ありの場合のみ記載) 1. 食物(原因) 2. 食物依存性運動誘発アナフィラキシー 3. 運動誘発アナフィラキシー 4. 昆虫 5. 医薬品 6. その他() C. 原因食物・除去措置 該当する食品の番号に○をし、かつ()内に除去措置を記載 1. 鶏卵 () 2. 牛乳・乳製品 () 3. 小麦 () 4. ソバ () 5. ビーナッツ () 6. 種実類・木の实類 () () 7. 甲殻類(エビ・カニ) () 8. 果物類 () () 9. 魚類 () 10. 肉類 () 11. その他1 () 12. その他2 () D. 緊急時に備えた処方箋 1. 内服薬(抗ヒスタミン薬、ステロイド薬) 2. アドレナリン自己注射薬(「エピペン®」) 3. その他()	A. 給食 1. 管理不要 2. 保護者と相談し決定 B. 食物・食材を扱う授業・活動 1. 配慮不要 2. 保護者と相談し決定 C. 運動(体育・部活動等) 1. 管理不要 2. 保護者と相談し決定 D. 宿泊を伴う校外活動 1. 配慮不要 2. 食事やイベントの際に配慮が必要 E. その他の配慮・管理事項(自由記載)	年 月 日 医師名 _____ 医療機関名 _____ 電話: _____
A. 病型 1. 通年性アレルギー性鼻炎 2. 季節性アレルギー性鼻炎(花粉症) 主な症状の時期: 春、夏、秋、冬 B. 治療 1. 抗ヒスタミン薬・抗アレルギー薬(内服) 2. 鼻噴霧用ステロイド薬 3. その他()	A. 屋外活動 1. 管理不要 2. 保護者と相談し決定 B. その他の配慮・管理事項(自由記載)	年 月 日 医師名 _____ 医療機関名 _____

●学校における日常の取り組み及び緊急時の対応に活用するため、本表に記載された内容を教職員全員で共有することに同意しますか。
 1. 同意する
 2. 同意しない
 保護者署名: _____

<参考様式>

保育所におけるアレルギー疾患生活管理指導表(食物アレルギー・アナフィラキシー・アレルギー性鼻炎) 提出日 平成 ____ 年 ____ 月 ____ 日

名前 _____ 男・女 平成 ____ 年 ____ 月 ____ 日生 (____ 歳 ____ ヶ月) _____ 組

この生活管理指導表は保育所の生活において特別な配慮や管理が必要となった場合に限りて作成するものです。

病型・治療	保育所での生活上の留意点	記録日
A. 食物アレルギー病型(食物アレルギーありの場合のみ記載) 1. 食物アレルギーの態与する乳児アトピー性皮膚炎 2. 即時型 3. その他(新生児期に起る除アレルギー性食物依存性運動誘発アナフィラキシー・その他) B. アナフィラキシー病型(アナフィラキシーの既往ありの場合のみ記載) 1. 食物(原因) 2. その他(医薬品・食物依存性運動誘発アナフィラキシー・ラテックスアレルギー) C. 原因食物・除去措置 該当する食品の番号に○をし、かつ()内に除去措置を記載 1. 鶏卵 () 2. 牛乳・乳製品 () 3. 小麦 () 4. ソバ () 5. ビーナッツ () 6. 大豆 () 7. コメ () 8. ナッツ類 () 9. 甲殻類 () 10. 軟体類(貝類) () 11. 魚類 () 12. 肉類 () 13. 果物類 () 14. その他 () D. 緊急時に備えた処方箋 1. 内服薬(抗ヒスタミン薬、ステロイド薬) 2. アドレナリン自己注射薬(「エピペン®」) 0.15mg 3. その他()	A. 給食・離乳食 1. 管理不要 2. 保護者と相談し決定 B. アレルギー用調製粉乳 1. 不要 2. 必要(下記該当品に○をし、又は()内に記入) ミルクフリー・ミルクMA-I・MA-II・ベブリアネット・ホレメンダラフ・ミルク その他() C. 食物・食材を扱う活動 1. 管理不要 2. 保護者と相談し決定 D. 除去食品で摂取不可能なもの 病型・治療の欄に除去の欄に摂取不可能なものに○ 1. 鶏卵: 卵黄・卵白 2. 牛乳・乳製品: 牛乳 3. 小麦: 小麦粉・粉・小麦 4. 大豆: 大豆粉・醤油・味噌 5. コメ: コメ粉 6. ナッツ: かつお節、いわし、かつお、いわし 7. 肉類: 肉類 8. その他: _____	年 月 日 医師名 _____ 医療機関名 _____ 電話: _____
A. 病型 1. 通年性アレルギー性鼻炎 2. 季節性アレルギー性鼻炎 主な症状の時期: 春、夏、秋、冬 B. 治療 1. 抗ヒスタミン薬・抗アレルギー薬(内服) 2. 鼻噴霧用ステロイド薬 3. その他()	A. 屋外活動 1. 管理不要 2. 保護者と相談し決定 B. その他の配慮・管理事項(自由記載)	年 月 日 医師名 _____ 医療機関名 _____

この生活管理指導表は、地域独自の取り組みや現場からの意見を踏まえ、今後改善していくことを考えております。

まとめ 園・学校・託児所

個々の園・学校・託児所に適した「食物アレルギー対応マニュアル」を作成しておきましょう

1,スタッフへの食物アレルギー研修

施設に食物アレルギーの子どもがいるならば、スタッフみんなで食物アレルギーの学習をしましょう

参考書；学校のアレルギー疾患に対する取り組みガイドライン（平成 20 年；日本学校保健会）

よくわかるやさしく作れるアレルギー対応給食（平成 23 年；NPO 法人アレルギー支援ネットワーク）

ぜん息予防のための食物アレルギー基礎知識（平成 23 年；環境再生保全機構）

保育所におけるアレルギー対応ガイドライン（平成 23 年；厚生労働省）

食物アレルギー診療ガイドライン 2012（平成 23 年；日本小児アレルギー学会）

食物アレルギーひやりはっと事例集 2012

2, スタッフ間や保護者とアレルギー情報の共有をしましょう

施設内スタッフ間で情報共有しましょう

- ・ 事前に患児の原因食物、除去の程度、症状を全員で把握(前頁の管理指導表を利用)
- ・ 医師からの診断書は定期的に見直す
- ・ スタッフ間で患児名と原因食物の情報を共有する

保護者と情報共有しましょう

- ・ 患児の原因食物、除去の程度、症状を聞いておく(前頁の管理指導表を利用)
- ・ 医師からの診断書は定期的提出してもらう

給食センターと情報共有しましょう

- ・ 給食センターは、アレルゲンと関連する可能性のある食品について製造会社（メーカー）などが変更になった際には、原材料をメーカーに確認し施設にも連絡する

3,食事について

除去食を提供するなら

- ・ 施設のルールを決める（例えば、個別に対応する あるいは卵は全員に出さないなど）
- ・ 多人数の施設ではできるだけシンプルな除去にする；食品項目別（家庭での除去食とは異なるのもやむを得ない）。
- ・ 園児・児童で個々の除去程度に応じて、別々の対応を行う施設は、事故が起きやすいので特に注意する

献立作成、調理の際の注意点

家族に

- ・ 給食の献立や原材料を提供してチェックをしてもらう

食事スタッフは

- ・ 食品表示を必ずチェックする
- ・ 除去食に使う代替食品の一覧表を作成する
- ・ 除去食用のレシピを揃える
- ・ できたら除去食を作るための専用の食器を準備する
- ・ 献立の記録を残す

配膳時 誤りによる事故発生の防止

- ・メニューを記載したカードを配膳盆に載せ簡単に料理内容を確認できるようにする
- ・調理時、配膳時、責任者が必ずメニューを確認する（指差し呼称確認）
- ・除去食から先に配る

食事中

- ・食事中ならびに食事後（後片付けを含めて）の観察を怠らない

4, 食事以外の時間

- ・食物アレルギーが含まれる教材は使わない。必要ならば活動内容を見直す。
活動；ピーナッツ 豆まき，そば打ち体験、うどん作り体験，調理実習
図工；卵の殻を使った工作、小麦粘土
食事後；牛乳パック、皿などの迅速な回収と子どもの手が届かない保管場所
清掃；牛乳などが付着した雑巾の管理
寝室；そば殻枕
*ラテックスアレルギー患者が参加している時には、ゴム製品にも配慮；ゴム風船
*ハチアアレルギー；エピペン[®]の携帯
- ・お泊まり保育などで、食事を出すなら事前に家族やスタッフと打ち合わせが必要

5, アナフィラキシーなどアレルギー症状出現時の対応のシミュレーションをしておく

- ・家族への連絡方法
- ・救急病院への連絡先はあらかじめ家族と決めておく
- ・内服のタイミングやエピペン[®]使用のタイミング
- ・スタッフのエピペン[®]実技講習など

6, 心理的、社会的配慮

- ・保護者、医療従事者連携と患児への励まし
- ・異なった食事内容でも楽しく食べられる雰囲気作り
- ・年齢に応じて：自己管理能力の育成または、周りの友達が理解し協力できる体制づくり
- ・回避のための教育：食品の見分け方
- ・アレルギー食品が提供された時の回避の方法
- ・アレルギー反応の出現時の対応

上記以外の園・託児所での注意点

- ・食物アレルギーは乳幼児期に多いため、園や託児所で預かる年齢は食物アレルギーが多い。
- ・年齢的に未摂取の食品が多く、そのためまだ原因食品と診断がついていないものもあるため、初めて食べる食品でアレルギーを起こすことがある。

外食（ホテル・レストラン）

1、利用する側の事前の確認不足

事例 90

レストランの外食で、鴨の肉だからよいと思ったら...

年齢・性別 : 1 歳 男児

アレルギー : 卵、牛乳

原因 : 合鴨のロースのソテー

症状 : 顔面の腫れと結膜の浮腫

経過 : お父さんが注文した合鴨のロースのソテーを子供が欲しかったので、鴨肉だから大丈夫だと思って1切れだけあげました。すると、なめただけですぐに泣き出し、数分で顔が大きく腫れ上がり、目の白いところが「どろっ」として「ぶよぶよ」になってしまいました。すぐに手持ちの抗ヒスタミン薬を飲ませ、病院も受診しことなきを得ました。

解説 : 合鴨のロースのソテーのソースに卵とバターが使用してありました。

対策 : レストランでは料理に使用している材料の表示義務はありません。注文の際に、必ず食物アレルギーの使用や混入がないか、確認しましょう。もちろん、同じテーブルの人全員の料理も確認が必要です

事例 91

こじやれたお寿司屋さんで

年齢・性別 : 9 歳 女児

アレルギー : 卵

原因 : イカの塩焼き

症状 : 口唇の痛みと腫れ、のどの違和感、じんま疹

経過 : 地方に家族で旅行にいき、イカの塩焼きを頼みました。ところが、食べた直後から唇が痛い、のどにおかしな感じがしましたが、せっかく旅行なので食べ続けました。しばらくすると、唇が腫れあがり、全身にじんま疹が出ました。お母さんが、アレルギー症状に気がつき、旅行用にもっていたアレルギーの薬を服用し、しばらくして落ち着きました。

解説 : 実は、照りを出すためにイカの表面に塗った卵白が原因でした。旅行でもあり、いつもより気をつけていたのですが、初めて入ったお店でもあり、原因アレルギーの使用について聞くのをつい遠慮してしまいました。

対策 : お寿司屋さんでも、思わぬアレルギーが混入します。卵焼きはチェーン店の場合はセントラル加工で工場生産されていますから、パッケージに表示がありますので、表示の確認をお願いできるかもしれませんが、店頭で実際に焼く場合は、ふんわりさせるために牛乳やバターや生クリームが入っていることもあります。また、調理する器具の洗浄も不十分な場合アレルギーの混入もありえます。鉄板焼では、洗浄は閉店間際しかしないと考えたほうがよいと思います。和食だから安心とはいいきれません。お店によっては、職人かたぎで、お願いや細かい確認がたくさんあると、不機嫌になる大将もいるかもしれませんが、食物アレルギーのための除去食品を

はっきり言った方が、お互いに気分よく食事をするができるかもしれません。

事例 92

旅行先の豆腐とは？

年齢・性別 : 4歳 男児

アレルギー : ピーナッツ

原因 : ジーマミ豆腐

症状 : じんま疹 咳 喘鳴

経過 : 沖縄旅行の夕食で、ジーマミ豆腐を食べました。初めて食べる食感で、四角い形は同じであり、大豆でできたものと思い、大丈夫と思い食べさせたら、食べた直後から全身が真赤になり、咳だけでなく喘鳴が出現し、ホテルの人に救急車を呼んでもらい救急病院へと搬送されました。アドレナリンの筋肉注射とステロイドの点滴で症状は軽快しましたが、経過観察で、翌日の朝まで1泊入院となりました。

解説 : ジーマミ豆腐は大豆ではなくピーナッツでできたものとは知らなかったために起きました。エピペン[®]など緊急時の薬を携帯しており、迅速に対処しておれば、もっと軽症で済んだかもしれません。

対策 : 土地の名産品を食べることは旅行の楽しみのひとつですが、アレルギー症状を起こすことも想定し、事前に近くにある医療機関の確認や、保険証も忘れずに持って行きましょう。地方の方言は聞き取りにくいこともあり、包装されていない食品はとくに原材料の確認が難しいため注意が必要です。他にも、豆腐の形をしています、「ゴマ豆腐」という名前の（練りゴマを牛乳と葛で固めた）商品でアナフィラキシーを起こした患者もいます。豆腐の形をしていると、大豆と考えますが、思わぬ重篤な症状が出る場合があります。注意が必要です。

事例 93

そばを扱っているうどん屋さんで、うどんを注文したけれど

年齢・性別 : 4歳 男児

アレルギー : そば

原因 : きつねうどん

症状 : 嘔吐

経過 : ソバアレルギーはあったのですが、お店のメニューにはアレルギーの成分の表示がしてあったので、安心してうどん屋さんに入りました。メニューには、調理場での混入に関して記載がないので、十分注意がされていると思いました。注文したきつねうどんを食べて10分ぐらいしてから、口元をかゆがりだし、咳、鼻汁も出て、嘔吐しました。嘔吐してすこし落ち着いてから手持ちのステロイドの内服をして病院に向かいました。

解説 : うどん屋さんですが、そばも取り扱っていました。うどんもソバも同じ釜でゆでていました。そのためきつねうどんにソバの成分が混入したのが原因です。

対策 : ソバアレルギーの場合は、ゆで汁を介しての、微量の混入でも重篤な症状を引き起こすことがあります。そばアレルギーの患者さんはそばも扱ううどん屋さんには入らない方が無難です。

2、食事を提供する側の問題

スタッフの食物アレルギーに関する知識不足

事例 94

フライドポテトに小麦粉が...

年齢・性別 : 3歳 男児

アレルゲン : 小麦

原因 : フライドポテトのころも

症状 : じんま疹と咳

経過 : 息子が『ハンバーガーのお店』で、ジュースとフライドポテトを食べたいと言いました。店員さんに、口頭でフライドポテトの原材料を確認したところ、「じゃがいも、塩、油のみ」とのことだったので、食べさせたところ、すぐに咳き込み始め、じんま疹が口周囲から全身にひろがりました。抗ヒスタミン薬をのませて、2時間ほどで治まりました。後日お店に確認したところ、実は、小麦粉がまぶしてあったとのことでした。

解説 : ポテトに振りかけてあった、小麦による症状の誘発です。

対策 : お店によって、調理品にいろいろ、手を加えている場合があります。各々お店で、アレルギーの原因となるものが、原材料以外にも使用していないか確認する。混入していないことが確実になければ食べないことです。

事例 95

レストランで、頼んだものは...

年齢・性別 : 3歳 女児

原因 : 牛乳

症状 : じんま疹、咳、鼻水

経過 : 牛乳アレルギーはあったのですが、レストランのメニューにはアレルギーの成分の表示がしてあったので、安心してお店に入りました。メニューの表示だけでは心配で、店員さんにも確認して『はっていないですよ』とのことでお子様カレーライスを頼みました。ところが、食べて10分ぐらいしてから、口元をかゆがりだし、鼻水と咳もてきました。もしかしてアレルギーと思い、手持ちの抗アレルギー剤を内服させて症状は軽快しました。

解説 : カレーのルーに脱脂粉乳が入っていました。しかし、調理の行程では牛乳は入れていないのでメニューには牛乳の表示はありませんでした。

対策 : アレルギーの成分の表示義務は個別に包装された加工食品にはありますが、レストランや店頭販売の食品には、表示義務はありません。お店のサービスも向上してきており、親切心から表示している場合もありますが、個別の材料までしっかり吟味することは難しいかもしれません。微量でもアレルギー症状を起こす患者は、調理の行程での混入する微量のアレルゲンにも注意が必

要です。調理のプロたちは、包丁などはフキンで少し拭いただけで、次の作業に素早く移ることもしばしばです。レストランなどではアレルゲンの混入がおこりやすいと考えて下さい。アレルギー症状が出た時に適切に対応できるように、緊急時薬を携帯することが必要です。

事例 96

牛乳アレルギー用ミルクのはずなのに...

年齢・性別 : 3歳 女児

アレルゲン : 牛乳

原因 : クリームシチュー

症状 : じんま疹、口唇の浮腫、咳

経過 : レストランで「牛乳アレルギー用ミルク」を使用したクリームシチューと表示されていたため注文しました。ところが、食べた直後にじんま疹と口唇の浮腫、咳が出てしまいました。薬を飲んで、すぐ主治医を受診して、点滴等の処置で症状は軽快しました。

解説 : レストランが『ペプチドミルク』を牛乳アレルギー用ミルクと勘違いしていました。

対策 : レストランなどの外食産業は、アレルギー対応を銘打つならば、食物アレルギーに対する十分な知識をもつことが必要です。アレルギー対応マニュアルを作成して下さい。メニュー作成にあたっては、アレルギー専門医と相談するのも良いでしょう。

事例 97

卵を切った包丁で、フルーツをカットした???

年齢・性別 : 4歳 男児

アレルゲン : 卵

原因 : 調理場での卵の混入

症状 : じんま疹と咳、喘鳴、呼吸困難

経過 : 友人の家族と、ファミリーレストランにランチに行きました。友人が卵入りのミックスサンドを注文しました。息子は、卵アレルギーがあるため、カットしたフルーツを頼みました。息子はカットされたリンゴを食べた直後から、咳が出て、じんま疹が急に全身にひろがり、急いでかかりつけ医を受診し、点滴などの処置で落ち着きました。

解説 : サンドイッチ用の卵を切った、同じ包丁を洗っただけで、フルーツをカットしたために起きた事例です

対策 : 極少量の摂取でも、症状が出るような食物アレルギー児の場合、調理器具による混入まで配慮した店で食事をしなければなりません。微量混入まで配慮してくれるお店をみつけましょう。アナフィラキシーのような重篤なアレルギー症状を経験したことのある症例は、いつでもどこでもアレルギー症状に対処できるように、エピペン[®]を処方してもらい（保険適応が認められました）、所持すべきです。

スタッフの情報共有不足

事例 98

アレルギー対応食のレストランで何度も確認したのに...

年齢・性別 : 7歳 女児

アレルギー : 卵、牛乳

原因 : シャーベット

症状 : アナフィラキシー

経過 : アレルギー食対応のレストランに、電話で卵と乳成分の除去が可能か確認して出かけました。デザートにゆずシャーベットが出たので、再度、卵、乳成分が含まれていないことを聞いたところ、「中の者に確認したので大丈夫です」と回答されたので、安心して食べました。すると、食べた直後から、のどや唇がおかしいと言い出し、口唇周囲に数個のじんま疹が出現、手持ちの抗ヒスタミン薬では治まらず、そのうちに顔が紅潮し目が充血し、咳と喘鳴まで出現しました。ステロイド薬を追加内服し、タクシーで病院へ行きました。

解説 : 複数の要因が重なり今回のようなことが起こったと考えます。

①シャーベット:シャーベットには、牛乳、卵白やゼラチンなどが使用されていることが多く、今回も乳製品が含まれていました。

② レストランの従業員が確認した厨房には、唯一のアレルギー調理担当者が不在で、アレルギーに詳しくないスタッフが大丈夫と判断したために事故が生じたことがわかりました。

事例 99

ウインナーにチーズが...

年齢・性別 : 5歳 男児

アレルギー : 牛乳

原因 : チーズ入りウインナー

症状 : じんま疹

経過 : 温泉に行くことになり、牛乳アレルギーがあることを事前に、旅館と除去食の打ち合わせも済ませていました。ところが当日になって使用している食品の変更がありました。食事に出たウインナーを食べたところ、30分ぐらいして口に中がびりびりすると泣きだして、その後、体や顔が赤く腫れて1時間くらいでおさまりました。

対策 : このような店には2度と行かない。店主に申し入れることも

解説 : 除去食の打ち合わせは旅館のフロント担当の人とだけで、フロントの人がメニューを確認し、除去食と判断していました。お子様メニューのウインナーはチーズ入りでしたが、フロントの人はそこまでは知りませんでした。調理担当の人は食物アレルギーのことはまったく知らされておらず、子ども用にチーズ入りのウインナーを出しました。

対策 : 外食はかなり、リスクがあると認識する必要があります。

極微量で発症し、しかも重篤な症状を呈する食物アレルギー患者は食物アレルギーに対して配慮がないレストランや旅館では食事しない方が安全です。事前に食物アレルギー対応について確認

しましょう。

ポイント

- 1) 原材料を記載した除去食のメニューがあり、事前にチェックできる。
- 2) 除去食用調理スペースが別の場所に確保してある。
- 3) 専用の調理器具を使用している。
- 4) 担当責任者が決まっている。

まとめ 外食（ホテル・レストラン）

患者側の対策：

利用する店の情報を得る

- ・外食はリスクが高いため利用前にアレルギー食を提供しているレストラン（ホテル）がどうかインターネットなどの情報を利用して確認する。

誤食時の対応として、

- ・内服薬（抗ヒスタミン薬、内服用ステロイド薬）やエピペン[®]、気管支拡張薬などの準備
- ・アナフィラキシーのリスクがある患者は、発症時に行くことができる救急病院を確認する。

レストラン側の対策：

事前対応

- ・アレルギー担当者が複数いることが望ましい
- ・アレルギー対応食のメニューは原材料まで患者に分かりやすく記載する
- ・食物アレルギー患者対応マニュアルがある
スタッフへの食物アレルギーの教育
(代替え食や混入（コンタミ）など、また微量で誘発される症例がいること理解する：

参考図書；前述

- ・誘発症状が出た時のスタッフの対応を決めておく

予約時

- ・アレルギー食の対応が可能であると判断した患者だけ予約を受ける
- ・除去食メニューの原材料まで FAX などを利用して連絡しておく
- ・予約確定後、除去食メニューの材料を準備
- ・スタッフ全員が患者情報やメニューを把握できるようにしておく（情報の共有）
- ・アレルギー担当者の名前の紹介

来店時

- ・当日のアレルギー担当者の紹介
- ・配膳前にメニューの再確認（材料を記入したメニュー）家族と一緒に
- ・調理器具や食器の区別は厳格に、調理は別のコーナーで行う