



沖縄もやっと、秋の気配を感じられるようになってきましたね！！

10月・11月号は、いつもの内容とかえて、『食物アレルギー』についての特集号です。嘉手納町でも来年度から、小中学校での、食物アレルギー除去対応が始まります。食物アレルギーについて知ってもらう機会になればと思います。

食物アレルギー特集号では、①食物アレルギーってなに？ ②食物アレルギーの主な原因食品って？
③食物アレルギーってどうしたらわかるの？ ④食物アレルギーの症状って？
⑤嘉手納町の学校給食で始まる食物アレルギー除去食対応って？ ⑥アレルギーヒヤリハットについてお伝えします。
今月号は、④～⑥について掲載します！！



④食物アレルギーの症状って？ ～アレルギーが起きるとどうなっちゃうの？～

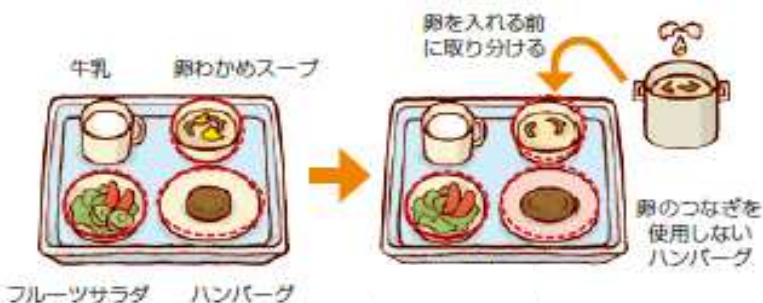
食物アレルギーでは、全身に多彩な症状が起こります。

発症部位	症状
皮膚症状	かゆみ、じんま疹、発赤、湿疹
眼の症状	結膜の充血、かゆみ、涙、まぶたの腫れ
口・のどの症状	口の中の違和感・腫れ、のどのかゆみ、イガイガ感
鼻の症状	くしゃみ、鼻づまり
呼吸器症状	息苦しい、咳、ゼーゼーする、のどがつまった感じ、声がれ
循環器症状	腹痛、吐き気、嘔吐、下痢、血便
神経症状	頻脈、血圧低下、手足が冷たい、蒼白
アナフィラキシーショック	ショック状態、命の危機を伴う

食物アレルギーの症状は、全身で様々に起こります。即時型（食後2時間以内に症状が出る）食物アレルギーで、病院を受診した患者で最も頻度が高い症状は皮膚症状ですが、重症のショック症状も10.9%存在します。日本で毎年3人程度アナフィラキシーが原因で亡くなっています。学校給食においても、平成25年12月に東京都調布市で児童の死亡事故が起きています。食物アレルギーは、軽い皮膚症状から死に至る症状まで様々です。

⑤嘉手納町の学校給食で始まる食物アレルギーの除去食対応って？！

嘉手納町では、平成29年3月に念願の新調理場が完成し、平成29年4月より新調理場での給食提供を始めています。新調理場には、アレルギー室が新設されており、その活用にあたって平成30年度に『嘉手納町学校給食食物アレルギー検討委員会』を立ち上げ、嘉手納町における安全・安心な食物アレルギーの対応ができるよう準備を行って来ました。その検討委員会で、特定原材料7品目（小麦・乳・卵・えび・かに・落花生・そば）の除去食【原因食材を取り除いたもの】の提供を行うことが決まりました。



学校給食における食物アレルギー対応には、【①詳細な献立表②お弁当持参③除去食④代替食】の4つの段階があります。①と②は現行実施していることで、③が令和2年度6月より開始されます。食物アレルギーの除去食対応を受ける場合には、保護者の申請書と医師の診断書をもとに、面談を行い、校内食物アレルギー検討委員会にて、実施の可否を検討後、保護者に決定通知を発行し、除去食の対応が始まります。この手続きを、年度毎に実施し更新を行います。手続きは大変なように思えますが、安全・安心な『除去食』の提供に欠くことができません。

⑥食物アレルギー『ひやりはっと』 ～いつも食べていたものなのに・・・～

食べて変だなと思ったら、それ以上食べないようにしましょう。
それまで普通に食べられていた新鮮な果物や野菜を食べると、口腔局所のアレルギーを生じることがあります。これは口腔アレルギー症候群 (OAS) といい、加熱された加工品や市販のジュースでは症状は誘発されません。まれに一気に多量に食べると強い症状が誘発される場合があります。血液検査では診断が付きにくいので、新鮮な果物や野菜そのものを利用した皮膚試験（フリック・フリック試験）によって診断が行われます。OASは多くの場合、花粉症を合併しています。



学校管理下で発生している、食物アレルギー症状の3割は、初めて起こす（今まで食べられていた）ものだそうです。今現在食物アレルギーを持っていないから心配ないのではなく、誰にでも起こりうることで、日頃から、自身の体調に関心を持って、食事中にいつもと違うと感じた時は、食べるのを控えましょう。多くの人が食物アレルギーについて知ることが、安心な食に繋がると考えられます。