

ニッポンハム食の未来財団 平成 29 年度第一期 団体活動支援助成 完了報告書

企画活動名	食物アレルギーで家族をつなげるプロジェクト
フリガナ	オカ マミ
申請者（代表者）氏名	岡 真美
団体名（正式名称）	団体名 : 食物アレルギー体験レポーター岡夫婦 役職・肩書など: 代表、講師

1. 活動結果要約

私達は 2014 年より「食物アレルギーをもつご家族全員が参加でき、皆で楽しめる勉強会と料理イベント」として『岡夫婦のアレっこパパママ勉強会』『岡夫婦の低アレルギークッキング』開催を続けています。7 月は特定原材料 7 品目不使用の揚げ物作り、8 月は独自に行ったアンケート結果を基にした食物アレルギーヒアリングシート作成会、9 月は米粉 100%パン作りのイベント開催を行いました。結果、参加者全員よりイベント参加アンケート最高評価の「満足」をいただき、参加者より後日自宅で調理して、自分の作った料理で子供が喜んで食べてくれた、との声もいただくことができました。また、イベント専用に調理器具を一新したことで、コンタミによる事故の懸念が解消され、今までお断りせざるを得なかった患者ご家族、そしてお子様本人にも安心して来ていただけるようになり、親子でイベントに参加できる、食事を他の家族とも一緒に食べられると、お喜びの声をいただくことができました。10 月には「みんなのアレルギーEXPO2017」に出展し、セミナー開催も行いました。食物アレルギーに関わる企業の製品等を独自の視点でレポートした自作の冊子 150 部をすべて配布したこと、セミナー「親子食育イベント 米粉でお絵かきホットケーキ作りに挑戦しよう」（大人子供計 28 名の参加者）を実施したことで、患者家族ではない方々にも、食物アレルギーに関わる状況やレシピを知るきっかけを作ることができました。

2. 活動目的

- ・食物アレルギーに対応した毎日の食事、園・学校に持参する代替給食・お弁当作り
- ・園・学校の教職員と食物アレルギーをもつ保護者とのコミュニケーションの図り方
- ・父親を含めた家族全員参加による食物アレルギーをもつ家族の QOL 向上

の3つの課題の解決を本活動の目的としています。

私たちは、2014 年より「食物アレルギーをもつご家族全員が参加でき、みなで楽しめる勉強会と料理イベント」を一貫して行ってきました。食物アレルギーのお子様をもつ家族を対象としたお弁当作り、給食のアンケート調査を独自に実施したところ（2017 年 4 月 6 日～11 月 11 日回答数：132 件、インターネット調査、全国の食物アレルギー疾患と診断されている保育園、幼稚園、小学校に通うお子様をもつ保護者を対象とする）、幼稚園にお子様を通う保護者の約 3 割、保育園にお子様を通う保護者の約 4 割、小学校にお子様を通う保護者の約 5 割が、「給食への対応に不安・不満を感じ、改善を希望する」という結果となりました。また、父親の精神的支えが得られず、母親独りでお子様の食物アレルギー生活を支える家族が多く、母親が孤立しがちな現状が明らかになっており、私達のイベントに参加された母親からも相談を受けています。（日清オイリオグループ 第 4 回乳幼児の食物アレルギーに関する実態調査より）さらに、食物アレルギーに対応した毎日の食事やお弁当、代替給食を作る為に、米粉など今まで使い慣れていない代替食材を扱うことで、思った通りの味や食感にならず、料理自体に苦手意識を持ってしまう方が多くいらっしゃいます。こうした現状を踏まえ、料理が苦手な方でもできるだけ作りやすく、作ることを楽しいと思っていただけること、母親のみが満足を得られる内容ではなく、食物アレルギーをもつお子様や父親が参加しても楽しめること、イベントに参加された他家族ともコミュニケーションを積極的に取り、将来的には園や学校とも円滑に話し合いができる土壌を作ること、以上の環境を私たちが提供することによって患者家族の QOL が向上すると考えています。

3. 活動方法

イベント実施について

- 7月：『岡夫婦の低アレルゲンクッキング これでお子様ニコニコ笑顔！！揚げ物でピカー人気のエビフライ風とクリームコロッケマスターイベント』を7月22日（土）、11：00～14：00、神奈川県横浜市戸塚区のこまちカフェ、レンタルキッチンスペースにて開催。4月のアンケート結果より、最も代替給食のおかず持参で困るという結果が出た特定原材料7品目不使用のエビフライと、クリームコロッケ作りを行う。参加者の直前キャンセル（お子様の感染症、忌引き）が相次ぎ、1組様の参加となる。父親参加はなし。新調した調理器具を使用する。
- 8月：『岡夫婦のアレっ子パパママ勉強会 入園、入学の際に保護者が事前に準備しておくべきことは何か？教職員の方に知っておいてもらうべきことは何か？のポイントがわかる「食物アレルギーヒアリングシート」のたたき台作成会』を8月26日（土）、10：00～12：00、神奈川県横浜市戸塚区のこまちカフェ、レンタルキッチンスペースにて開催。参加者の直前キャンセル（お子様の風邪、園の行事）が相次ぎ、1組様の参加となる。父親参加はなし。
- 9月：『岡夫婦の低アレルゲンクッキング 米粉マスタープログラム 第2弾『米粉100%パンを作ってみよう！』を9月30日（土）、11：00～14：00、神奈川県横浜市戸塚区のこまちカフェ、レンタルキッチンスペースにて開催。募集時即満席、当日欠席1組、計4組様の参加となる。父親参加はなし。新調した調理器具を使用する。
- 10月：みんなのアレルギーEXPO 2017 出展、セミナー「親子向け食育イベント 米粉でお絵かきホットケーキ作りに挑戦しよう」を開催。出展用資料配布部数150部を2日目ですべて配布を終え、不足状態となる。

4. 結果及び波及効果

・調理器具の新調について

中症状～重症レベル（少量のアレルゲンが触れただけでもアナフィラキシーを起こす、多品目に食物アレルギーの症状が見られる）の食物アレルギーをもつお子様のご家族の参加については、以前まではいつもレンタルキッチンの調理器具を使用していたため、イベントでの事故発生の懸念が

常に有り、場合によっては参加をお断りするケースもあった。しかし、今回調理器具をイベント用に一新したことで、10品目以上のアレルギーをもつお子様のご家族や1g未満の乳製品摂取不可のお子様のご家族も複数参加、且つ無事故で7月～10月まで終えることができた。乳アレルギーをもつご家族様たちに、特にこの点を喜ばれ、リピーターとして11月、12月のイベントにも参加していただける結果につながった。

・『岡夫婦のアレっこパパママ勉強会』『岡夫婦の低アレルギークッキング』について

当初の目的の1つである「食物アレルギーに対応した毎日の食事、園・学校に持参する代替給食・お弁当作り」の実現のため、7月に揚げ物、9月に米粉パン作りをおこなった。7月の参加者の方より、揚げ物は自己流でおこなっており、何とか形にはしていたが味は二の次になっていた、米粉の特性やプロセスを大事にして作るとこんなにも味が違うという結果に驚いた、というお言葉をいただいた。食物アレルギー向けの料理はレシピ自体もまだまだ少なく、自己流で済ませようという方が多いということに改めて気づかされた。このような中、レシピを発信するだけでなく、レシピを実際に使用しながら料理をしてみる場を提供することがとても大切ということが分かり、その後のイベント開催のモチベーションにつながった。クリームコロッケが大好きというご家族から、お子様が気に入ったので自宅でも作ってみたというご報告をイベント後いただいた。

米粉パン作りは以前からブログ読者の方々より多くの希望があり、募集開始2日目に満席のため締め切る状況となった。当日の米粉パン完成時には、歓声や拍手が沸き起こり、母親たちの期待の高さが伺えた。イベント後、「戸塚で教えてもらったミニ食パン、昨日やっとかさりベンジしました。出来はバッチリ！フワフワでしたよ。」(K.T様 千葉県)、「やっとな時間ができまして、真美さんに教わったレシピで米粉パン焼いてみました！おかげさまでふわふわもちもちに焼けました！息子もパクパク食べてくれました。本当に真美さんレシピ最高です。思い立ったら一時間半で焼けちゃう！息子は毎朝ジャムサンドがお好みようです(笑)」(K.U様 川崎市)＜いただいたメッセージをそのまま抜粋＞等、計3組の方より自宅で米粉パンを再現していただくことができた。実際に給食に持っていったというお声もいただくことができた。

『アレっこパパママ勉強会』でのヒアリングシートたたき台作成では、約130名の方々のアンケ

ート結果を読み、必要な情報のみを抜き出してヒアリングシートに反映させなくてはならず、難航を極めた。しかし、参加してくださったご家族のご協力によって、私たち夫婦では及ばないような打開策をいくつかご提案いただき、結果、就学時健診時期に重なる11月イベント時にてヒアリングシート完成、イベント参加者への配布を間に合わせる事ができた。

・みんなのアレルギーEXPO 出展、セミナー開催について

新宿京王プラザホテルを会場とした今回のイベントは、主催団体に確認をとったところ10月10日、11日計2日間で4700人の来場者があった。「食物アレルギー体験レポーター岡夫婦」としての出展も今年で3年目となるが、第1回、第2回は自作のチラシ配布は100部以下であったのに比べ、今年は150部を上回る配布量、ブース訪問者数となった。直前にニッポンハム食の未来財団様へ依頼し、いただいた資料(食物アレルギーのひみつ、料理コンテストレシピ等)もすべて配布することができた。特にレシピについては好評であった。セミナーでは新調したホットプレートを用いて親子食育イベント：米粉ホットケーキ作りを行い、定員15組30名中、当日大人子供合わせて28名の参加があった。食物アレルギーをもつご家族にも安心してご参加いただいた他、科学館のコミュニケーター様、東北大学の教授様等ご参加いただき、食物アレルギーを持たない方にも米粉や食物アレルギーについて興味を持っていただくきっかけとなった。

なお、イベント募集の際のブログやSNS記事、イベント配布資料には、「協力：ニッポンハム食の未来財団」と記載した。

5. 今後の活動について

11月：『アレっこパパママ勉強会 給食に関わるあんなことこんなこと みんなで納得！コミュニケーションの取り方をロールプレイで学ぶ勉強会』を11月11日(土)10:00~12:00、こまちカフェのレンタルキッチンにて開催。予約時満席、当日1組欠席の計4組が参加。8月にたたき台作成したヒアリングシートの完成版をイベント出席者に初めて公開し、高い評価を頂くことができた。アンケートを基にシーンを設定したロールプレイ(2人1組、1人

は保護者、1 人は学校の教職員設定）を実施し、一方的に自分の考えを押し付けるだけではなく、お互いの立場を理解する上で役に立ったとお声をいただいた。2018 年1 月には、アンケートにご協力いただいた約 130 人の食物アレルギーをもつご家族に、本ヒアリングシートを先行配布予定。

12 月：『岡夫婦の低アレルギークッキング クリスマス特別企画 プロに習うケーキ作り！卵も乳も小麦も使わないチーズケーキ風を作ってお子様をあっと言わせちゃおう with トイガルテン』を 12 月 16 日（土）、11：00～14：00、こまちカフェのレンタルキッチンにて開催。予約時満席、当日 1 組欠席の計 4 組が参加。うち 3 組は父親含む家族全員参加であった。7 月～10 月まで、父親参加を促すことができなかった反省を踏まえ、お子様の見守りのために父親の協力が必要ということを積極的に呼びかけたところ、父親の参加率が増えた。父親参加が多数あったことにより、ケーキ作りに安心して母親が取り組めたこと、また自分のお子様の楽しむ姿を見られたこと等反響が大きく、家族の絆が深まっていたのを主催側から見ても感じた。

以上