

企画活動名	アレルギー対応子ども食堂スマイルシード
フリガナ	ササハタ ミサコ
申請者（代表者）氏名	笹畑 美佐子
団体名（正式名称）	団体名 : スマイルシード 役職・肩書など: 代表理事

1. 活動結果要約

本食堂は、食物アレルギー児とその家族が安心してみんなと一緒に同じ食事が出来るようにと、滋賀、京都、大阪の小児アレルギー専門医療スタッフが中心となって立ち上げたものである。子どもを中心に地域のつながりを作ろうとする「子ども食堂」の取り組みは全国で広がっているが、医療スタッフが企画する食物アレルギー対応の子ども食堂は全国で初めての試みである。交流の場に医療スタッフが加わることによって、患者家族の悩み、不安を的確に受け止めて専門的な助言、啓発をすることができた。屋台の食品が食べられずお祭りに参加できない食物アレルギー児のために屋台風食事（たこ焼き、焼きそばなど）を提供する「夏祭り」企画、除去対応の非常食作りや防災対策を考える「アレルギーっ子の防災対策」企画、など毎回工夫を凝らした企画を実施した。これらの活動を通じて参加者同士が親しくなり、SNSで情報交換するなどネットワーク作りにもつながった。参加者のアンケートでは、「参加したことで心が軽くなった」、「アレルギーのことを考えてくれている企業や人がいることを知り嬉しい」、「家族が初めて一緒に外食出来た」、「アレルギーの仲間が出来て嬉しい」などの感想がみられ、本食堂が食物アレルギー児とその家族にとって心の支えとなっていることが分かった。

2. 活動目的

目的は、食物アレルギー児とその家族がアレルギーの不安から解放され、のびのびと食事を楽しみ、不安や悩みを共有して家族同士のネットワークが作れる環境を提供すること、交流会で最新の医療情報、栄養相談、新商品と外食に関する情報交換を行い、お互いが有意義な時間を過ごし参加した誰もが笑顔になって帰ることを目的とした。

本活動を通じて、食物アレルギーがあっても少しの工夫とアイデアで楽しく食事ができることを患者家族に伝えることができる。また、他の子ども食堂や外食産業へ食物アレルギー児への対応法を提示することで、社会全体の食物アレルギーへの理解が進み、アレルギー児の日常生活の向上につながると期待される。

3. 活動方法

8月お祭り企画は、京都栄養医療専門学校の講師と学生が特定原材料7品目不使用の屋台メニューを考案し、キビ麺の焼きそば、米粉と白玉粉のたこ焼き、片栗粉のから揚げ、焼きとうもろこし、みかん飴、など提供した。食後は、龍谷大学生によるバルーンアートのデモンストレーション、プラ板作り、ボーリング、ストラックアウト、輪投げ、お菓子くじ、ヨーヨー釣りなどを行った。交流会では企業からの商品紹介説明や日頃の悩みなど医療者も交えて話し合った。

9月防災企画は、炊き出しが食べられないことを想定してポリ袋クッキングでツナ缶カレーを調理する体験をした。調理の待ち時間にスタッフがアレルギーっ子の防災対策の講演を行い、防災士が東日本大震災、北海道胆振東部地震における実際の活動報告をした。食後は龍谷大生によるアレルギーと防災に関連した〇Xクイズをし、参加者同士で競い合い景品も渡された。交流会では防災士も交えて参加者が備蓄している食品や物品や適切な量の情報交換が行われた。

10月企画（実施日はスタッフの都合で11月に変更のため本助成金以外の資金を使用し行った）は、ハロウィンメニューを提供した。午後は、大阪音楽大学生による演奏会、親子でアレルギーをイラストで確認しながら好きなお菓子を選ぶお買い物体験を行った。交流会では就園就学準備で学校等の給食対応についての質問があり、参加者がそれぞれの経験を情報交換した。

その他、滋賀県甲賀市の子ども食堂主催者を対象とした食物アレルギー研修会、「みんなのアレルギー

「EXPO2018」でセミナー講演、滋賀県小児保健学会と近畿アレルギーケア研究会における演題発表、滋賀県社会福祉協議会作成の子ども食堂実施マニュアルにおけるアレルギー対応の監修を担当した。

4. 結果及び波及効果

8月のお祭り企画は「誤食が心配で参加出来ない」、「参加しても食べられるものがかき氷しかなく楽しめない」という声に応じて屋台メニューを再現する形で提供した。メニューは特定原材料7品目不使用で屋台メニューの定番である焼きそば、たこ焼き、から揚げ、みかん飴、焼きトウモロコシ、綿あめとし、見た目や味や食感にもこだわって試作を何度も繰り返し本物に近づけた。参加者全員にあらかじめイラストが描かれているチケットを渡し、食品をもらう際はイラストが描かれている場所で各自がチケットを手渡すことで商品がもらえると説明し実施した。チケット交換に時間を要する子もいたが、チケットと食品を交換することを楽しむ子や、好きな食品を家族同士で交換し合い同じものを何度もお代わりする子など盛り上がった。アンケートには「本物の屋台みたい」「食べられないと思い込んでいた食品は食材や調理の工夫次第で食べられることが分り、自宅でも真似してみたい」「レシピが欲しい」「たくさんの種類を食べられて嬉しい」という声が多く聞かれた他、「バルンアート、プラ板、ヨーヨー釣り、お菓子くじ等いろんな初体験をさせることができた」、「子どもの喜んでいる笑顔が見られて満足」「このようなイベントを今後も続けてほしい」などの意見もあった。室内のお祭り企画にもかかわらず、子どもたちの多くが甚平や浴衣を着用し来場され親子で楽しみにしてくれていたことが分かった。屋台メニューと提供の仕方、遊びなどお祭り企画は概ね好評であった。

9月防災企画は、炊き出しが表示不足で食べられないことを想定してのポリ袋で作る料理の仕方を紹介した。災害時ライフラインが止まることで自然解凍される冷凍食品と缶詰を使用してツナ缶カレーを各自で実際に作った。食材を入れてカレー粉をなじませてから水を加えしっかり空気を抜いて縛る。ポリ袋を2重にしてお湯に20分つけると食べられる、味をホワイトシチューに変えることもできれば、肉を加えて味付けを和風にすると肉じゃがになるなどメニューのバリエーションも伝えた。ポリ袋クッキングを知らない人が大半であった。一度体験することでいざという時に役

立つことであり今後も継続して伝えていく必要性を感じた。講演では「自分の命は自分で守る」が基本姿勢と伝え、自助として心しておくべき考え方、地域情報、備蓄品の用意など家族で話し合う必要を伝えた。防災士からの実際の写真やお話はリアル感があり、防災士ならではの視点から避難所での心構えや準備、提供されるものなど聞いた。アンケートでは「防災マップでどこに行けば何が得られるのか確認したい」、「水の備蓄が少ないことが分かったので購入しておきたい」、「子どもにも災害時誤食しないためのツールを持たせたい」など、各自がすべき課題を見つけることができた。「ポリ袋クッキングは知らなかったので有益な情報でありがたい」、「子どもと一緒に作れたのが良かった」、「防災クイズは子どもが自然に楽しみながら防災について学べた」など、体験型の企画も好評だった。防災クイズは今後加筆修正してホームページに公開して行く予定である。

10月企画は11月に変更になったため3日遅れのハロウィンメニューとしてミニハンバーガー、さつまいもスティック、紫キャベツのザワークラウド、シロップを入れると色が変わるマジックゼリー、カボチャアイスを提供した。ハロウィンらしい色合いのマジックゼリーは子どもも大人も色の変化を楽しんだ。盛り付けも某ハンバーガー屋のように模して提供したことが大変好評であった。午後のヴァイオリンとピアノの演奏は親が聞き惚れている姿が子どもたちにも影響したようで、30分間騒ぎ出すことなくみんな静かに演奏を楽しんだ。一方、お買い物体験では大いに盛り上がった。各自のアレルゲンをイラストで示したカードを渡し、お店に行って自分のカードのイラストと同じイラストのお菓子は買えないこと、シールを10枚集めたらお菓子を買えないこと、などルールを聞いた後に16種類のお菓子から好きなお菓子を選ぶ体験をした。最後に管理栄養士のチェックをしてもらい自宅に持ち帰った。表示の見方や自分のアレルゲンを知る機会となり大変好評であった。交流会では就園就学準備をされている人から給食時の対応法や先生方に話す内容など心配ごとについて経験者からのアドバイスをもらった。さらに幼児にも分かる内容の食物アレルギーと理解させるのにおすすめの絵本を読んで紹介した。今後園や学校や同級生に食物アレルギーを理解してもらうのに「分かりやすいので購入したい」という人が多かった。(11月に変更したため本助成金以外の資金で実施した)

その他、滋賀県甲賀氏の子ども食堂主催者を対象とした食物アレルギーの研修会ではNHK大津放送局が取材に来場され、当夕のNHK関西645で研修風景を紹介された。そのことでアレルギー

児受け入れ方法を検討したいという子ども食堂も現れた。今後も機会があれば啓発活動に努めたいと思う。「みんなの EXPO2018 」でセミナー講演をしたことで関西、中国、九州地方の民間企業から協同企画のお話を頂くなどアレルギー対応への理解が深まる機会になった。滋賀県小児保健学会及び近畿アレルギーケア研究会での演題発表により医療関係者の理解が得られ当食堂に協力するメンバーも増えた。滋賀県社会福祉協議会作成の子ども食堂実施マニュアルにおけるアレルギー対応の記載を掲載することで社会には食事に配慮しないとイケない子どもがいることを啓発する機会になったと同時に、当食堂の存在を知らせる機会にもなった。

5. 今後の活動について

今後も継続してアレルギー児が安心して食事が出来る場を提供し、参加者同士のネットワークづくりの支援を行う。また、子ども向け、保護者向け、企業向けなどアレルギーへの正しい知識と緊急時対応の仕方を講演する。現在進行中のアンケート調査は集計後日本小児臨床アレルギー学会等で発表し、アレルギー対応子ども食堂の必要性と活動の輪を全国に広めていく。本食堂の経験をもとに「(仮)アレルギー対応子ども食堂の進め方」などの冊子にまとめ研修会等での啓発活動に活用する。社会が食物アレルギーについて理解を深め支援の輪が広がることで、食物アレルギーがある子もない子も普通に一緒に食事できることが当たり前になる日が来ることを期待する。

以上