

ニッポンハム食の未来財団 2019年度第二期 団体活動支援助成 完了報告書

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	ササバタミサコ
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 申請者の役職・肩書など：代表

1. 活動結果要約

スマイルシードは、食物アレルギーを抱えた子どもとその家族がアレルギーの不安から解放されてみんなと食事を楽しんだり不安や悩みを共有したりする場を提供するために、アレルギー対応子ども食堂を定期的で開催している。2019年度は特定原材料7品目を除去した食事提供、お茶を提供して交流する会、外部の講師を招いての講演会などを計画した。

2019年11月は別府大学教授、管理栄養士、小児アレルギーエデュケーターの高松伸枝先生を招き、食物アレルギー児とその家族を対象として「食物アレルギーと栄養～簡単な代替え食～」をテーマに講演していただいた。アレルゲンを除去しつつ簡便で栄養バランスの取れた食事メニューの提案を専門家から聞くことで、日々の献立と栄養についての学びの機会を提供できた。参加者からは「分かりやすくすぐに使える食材で工夫の仕方を学べた」と好評だった。また子どもたちには季節の野菜や果物当てゲーム、食物アレルギー絵本の読み聞かせ、食品表示のみかたゲームなどを実施した。子どもたちはお菓子を選んで買う行為を楽しんでいた。2020年2月に管理栄養士、小児アレルギーエデュケーターの長谷川実穂先生を招いての講演会と食事会を計画していたが、新型コロナウイルス感染症のため残念ながら中止となった。

2. 活動目的

食物アレルギーは時として重いアレルギー症状（アナフィラキシー）を引き起こすため子どもや保護者は誤食に対する不安から本来楽しいはずの「食べる」という行為が楽しめない。ネットでは不確かな情報が氾濫し、親は何を信じてよいかわからず不安や混乱が生じていることが推測できる。そこで、保護者には正しい情報を専門家から発信してもらい、日常生活での食事の工夫や栄養バランスの取れた食事メニューの提案で不安を解消して、悩みを共有できる仲間同士のネットワークを作れる環境を提供する機会とした。子ども達には自身のアレルゲンを知り、人へ食物アレルギーの伝え方や困りごとへの声掛けの必要性について絵本を通じて学ぶ機会とした。更に実際に多くのお菓子から自分が食べられるお菓子の見つけ方を体験する機会とした。交流会では最新の医療情報、栄養相談、学校生活する上での注意点、先生方への伝え方、新商品と外食に関する情報交換を行い、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なくても一緒に美味しく食べられる食品があること、食物アレルギー疾患についての理解を深め周りの人への伝え方を学習できた。食物アレルギー同士のネットワークも大事だが、将来的には食物アレルギーの有無に関係なくいつでも、どこでも、誰もが安心して食事ができることを期待する。

3. 活動方法

今回は食物アレルギーを知らない人にも関心を持っていただきたい思いを込めて企画した。滋賀県内の主要な小児アレルギー診療を行っている専門医の協力のもと、開催チラシとポスターを送付し院内に配布展示して頂き、参加者を募った。

2019年11月の講演会は保護者部屋と子ども部屋、それぞれに分かれて学ぶ部屋を用意した。保護者には配布資料を配り、高松伸枝先生の講演を聞きながら実際に試食をして感想を述べあうなど、相互の意見を取り入れながら日常生活がいかに楽しくなるか、工夫を学ぶ内容であった。子ども達には小児科看護師と学童指導員が中心となり食育ゲームを3種類考案し実施した。子どもたちは最後までゲームや絵本の読み聞かせに集中し取り組めた。自身のアレルゲンを確認しながら多くのお菓子から食べられる内容の商品を購入する体験は、日頃経験しないこともあり大変好評だった。お

菓子は複数のスタッフがアレルゲンを確認しお持ち帰りとした。

非食物アレルギー親子はそれぞれに「食物アレルギーについて理解が出来た。協力できそうな点を明確に教えてもらえたのが良かった。」と感想を述べられた。

交流会では親子で参加し入園入学時の注意点や不安など共有し、現在登校されている先輩の保護者から実情を聞くなど話が盛り上がり、予定時刻を超えて交流をした。その後各自が個人情報の交換をして仲間が出来たことを喜んでる姿があった。

2020年2月実施予定の子ども食堂と講演会は新型コロナウイルス感染症の増加に伴い開催場所からの要請もあり中止した。

4. 結果及び波及効果

今回の企画では各自が自宅での工夫点や代用品などを共有し合った。食物アレルギーを持たない親子はそれぞれに「食物アレルギーについて理解が出来た。協力できそうな点を明確に教えてもらえたのが良く来てよかった」と感想を述べられ理解者を増やすことができた。食物アレルギーの保護者からは高松先生のお話を聞いて「自分が知りたかったことを教えてもらえた。」「アレルギー用ミルクは食事にも使える。カルシウム不足にも役立つことが分かり今後使用を検討したい」「アレルギー用ミルクはメーカーにより味が違うことが分かった」「試食できて良かった」など大変好評だった。アレルゲンフリー商品が開発されている状況を知る機会にもなり、今後は対象を限定することなく一般の人にも来場頂き、商品や疾患の理解を深めてもらう取り組みにも力を入れる必要があると考える。子ども対象にした食育ゲームでは名前の知らない野菜や果物を確認したり、どんな料理に入っているのか、いつの季節の物か、など対話しながら学ぶ機会を作った。それぞれが積極的に発言し合い仲良く学べたと思う。食物アレルギーの絵本は子どもたちに好評で集中して聞いており、自分の疾患を絵本を通じて学習できたと思う。絵本の読み聞かせはアレルギーの有無に関わらず何度でも読み聞かすことで、食物アレルギー児は自身の疾患を受け入れやすく、また食物アレルギーでない児は疾患の理解が進むため両方にとって有用なことと考える。今後も出来るだけ多くの絵本を用意し、抵抗なく疾患理解が進むかかわりを検討したいと思う。

2020年2月の開催は中止となったが、3月7日と20日にびわ湖放送645の「守山ニュース」に食

物アレルギー対応子ども食堂スマイルシードの活動を紹介頂けた。今後もHPの充実とプレスリリースを活用し活動の認知が広がることを期待する。

5. 今後の活動について

今後も継続してアレルギー児もそうでない児も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、食育の一環として親子の料理教室を開催し食材に興味を持ち栄養の必要性や親子で作る楽しみを体験できる参加型を検討している。その中でスタッフと参加者がお互い顔の見える形でのかかわりを深められるように検討している。

その一方で、この1年の振り返りをし、多くの失敗や反省すべき点をスタッフ全員で洗い出し、今後の活動を誰が、どの程度、責務をもって活動していこうと思っているかなど考えを聴き、継続するためのチーム固めも必要である。

来年度は新型コロナウイルス感染症の動向を見ながら年に1度の勉強会（管理栄養士から衛生管理、医師から食物アレルギー、看護師から緊急時対応と子どもの危険、代表から活動報告、調理場視察など）を開き、全員で知識とスキルと商品の情報交換ができるように学習を確認したうえで、年6回程度活動予定である。

その他、来年度は活動場所が滋賀県立小児保健医療センターから龍谷大学瀬田キャンパスに移動すること、京都市内で「スマイルシード IN 京都」を立ち上げ活動する準備をしている。

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