

絵本「ともくんのほいくえん」贈呈プロジェクトⅡ  
協力：公益財団法人ニッポンハム食の未来財団

# ともくんの ほいくえん

監修：西間 三馨 先生

国立病院機構福岡病院名誉院長  
日本アレルギー学会元理事長



文  
和紙貼り絵

栗田 洋子  
栗田 洋子  
戸松 留美

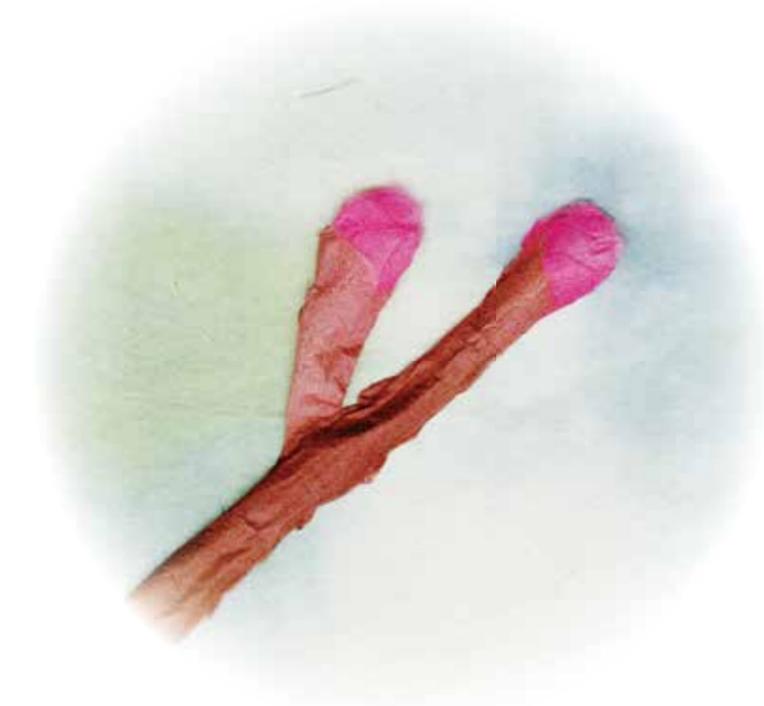
# ともくんの ほいくえん

文 栗田 洋子

和紙貼り絵

栗田 洋子

戸松 留美



「はやく さかないかなあ？」

「あっ、ピンクになった。

おかあさん、おかあさん…」

とおーても とおーても  
やさしい <sup>しょくもつ</sup>食物アレルギーの  
<sup>けいはつ えほん</sup>啓発絵本ができました。

<sup>よ</sup>読んでて <sup>かお</sup>顔が  
<sup>え</sup>絵のなかの子のように  
なりました。

<sup>にし ま</sup>西間 <sup>さんけい</sup>三馨



ともくんは もうすぐほいくえんに  
はいります。

おねえちゃんが かよっている はなぞの  
ほいくえんには たのしいことが いっぱい。  
ともくんは ほいくえんに かよえるのを  
とてもたのしみにしています。

はなぞの





はるがやってきました。  
さくらが まんかいにさくなか、  
ともくんは はなぞのほいくえんに  
にゆうえんしました。

ともくんは まいにち とっても  
たのしそうにほいくえんにでかけます。

おともだちもできました。  
なかよしのゆみかちゃんは  
どろだんごづくりがだいすきです。

「ともくん、どろだんごつくろう。」  
ほいくえんにいくと すぐゆみかちゃんが  
さそってくれます。

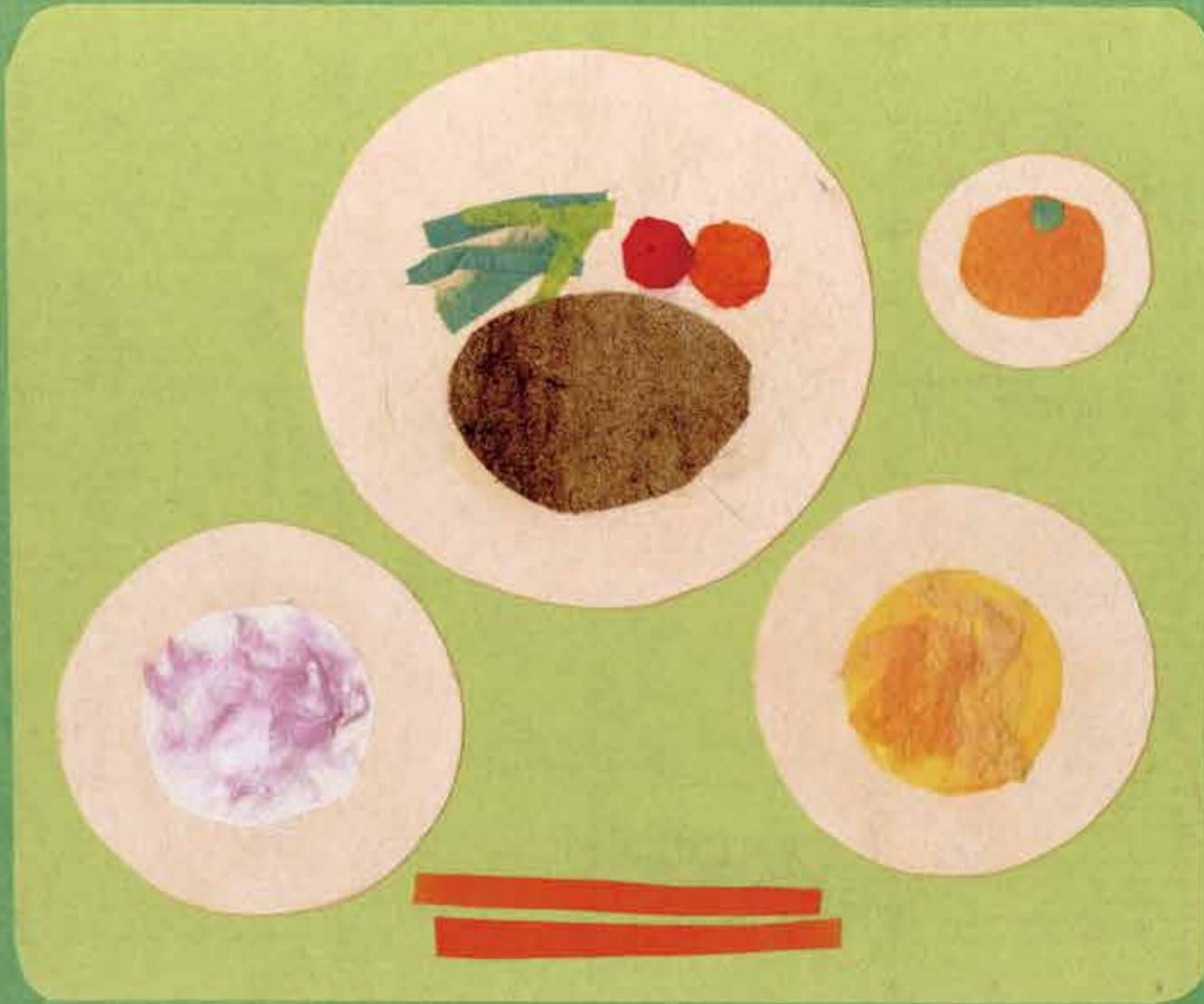




「いただきます」  
きゅうしょくのじかんです。

あれあれ？  
ともくんだけみんなと  
ちょっとちがうね。  
どうしてなのかなあ？





ともくんは しょくもつアレルギー。  
ちいさいとき たまごをたべて  
くるしくなったことがあります。  
それからずっと びょういんにかよっています。



だから しょっきのいろも トレーのいろも  
みんなとかえてあるのです。



ともくんは みんなからちょっとはなれて  
なおみせんせいと いっしょにたべます。

なおみせんせいは やさしくてあかるい、  
みんながだいすきなせんせいです。

とつぜん、よしくんがいました。

「いいなあ、ともくんだけ  
いつもなおみせんせいといっしょだもん。  
ぼくもなおみせんせいといっしょにたべたいなあ。」



「…」

ともくんは 食べるのを やめてしまいました。

「ともくん、かわいそうだよ。」

それをみた ゆみかちゃんが いいました。



「ともくん どろだんご つくっているときは ほんとうに たのしそうだよ。でも きゅうしょくの じかんになると とっても かなしそうなかおに なることあるよ。」

「あっ、わたしも みたことある。」と かずえちゃん。

「そうだね。」と なおみせんせい。

「ともくんは、ずっと がまんしているんだと おもうよ。」

『みんなと いっしょに たべたい』『みんなと いっしょのが たべたい』って すっごく おもっていると おもうよ。

せんせいは いっしょに たべててわかるの。

それでも たべちゃいけないことを

ちゃんと わかっていて ぐずぐずいわない ともくんは

ほんとうに えらいなっておもうよ。」

「うん。」ゆみかちゃんが うなずくと みんなもうなずきました。



「ごめんね…」よしくんが ちいさなこえでいいました。

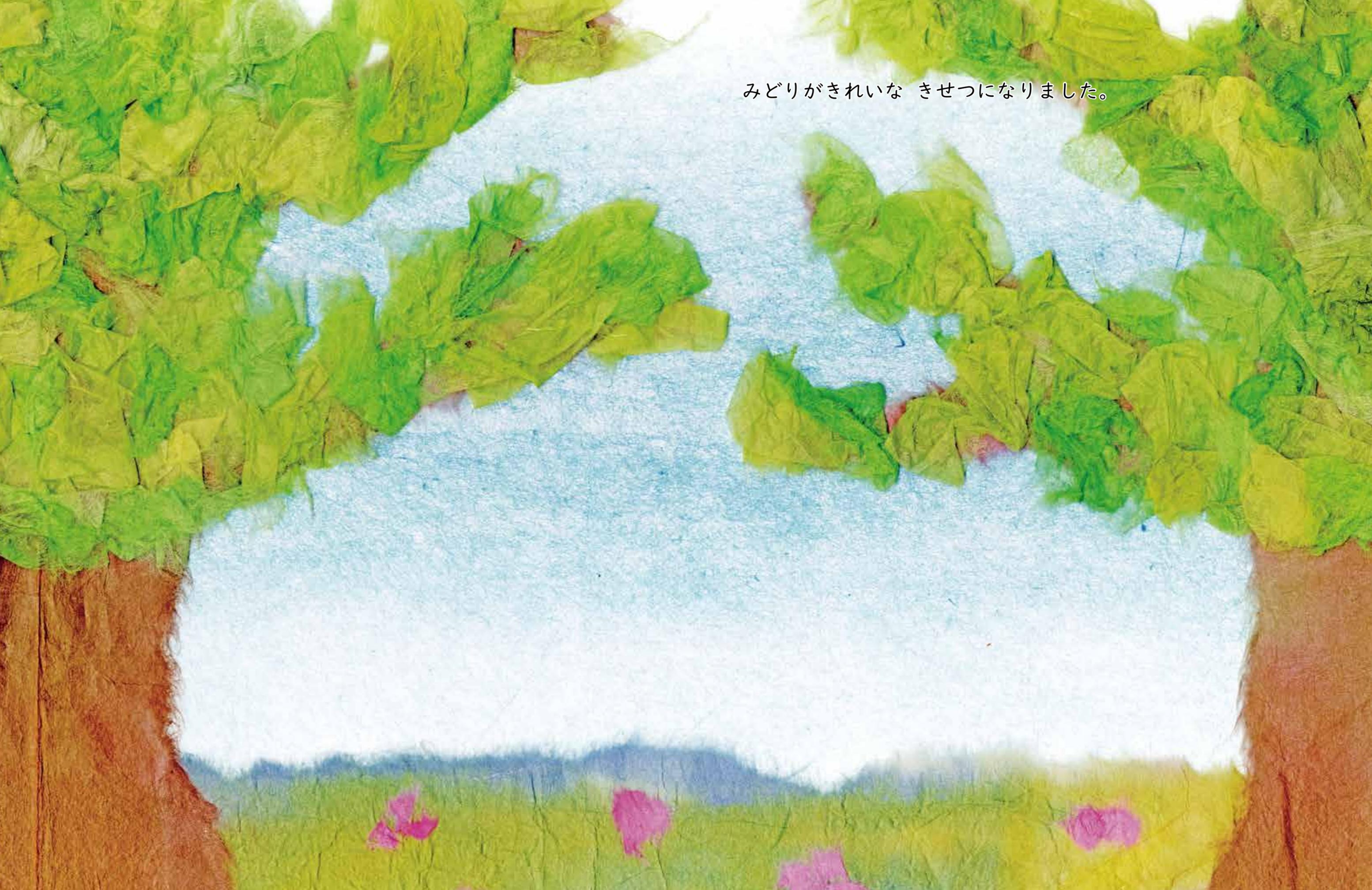
「いいよ…」ともくんが ちいさなこえでかえしました。

「よくんも ともくんも  
えらいね。」となおみせんせいがいうと  
「ええっ、せんせい、よくんとともくん  
だけ？」とかずえちゃん。  
「みんなえらいよ。」  
「やったー！」  
みんなの うれしそうなかお。  
「さあ、きゅうしょくのじかんが  
おわっちゃうよ。たべよう。」と  
なおみせんせいがいました。



いつもとっしよの きゅうしょくのじかんなのに、  
みんなとっても たのしそう。

みどりがきれいな きせつになりました。



「ともくん、どろだんご つくろうよ。」と ゆみかちゃんの声。

「うん」とこたえながら かけだす ともくん。

「ぼくもいれて」とよしくん。

「わたしも」とかずえちゃん。

いつのまにか なかまも ふえました。

きょうもみんなで どろだんごづくりに おちゅうです。





「ねえねえ みて、これすごくない？」と ゆみかちゃん。

「ぼくのほうが おおきいよ。」と ともくん。

「よし、ぼくもがんばろう。」と よしくん。

「みんな すごくじょうずね。」

みにきた なおみせんせいも びっくり。

「せんせいも いっしょにつくろう。」

「いいよ。」

キーンコーン カーンコーン

「きゅうしょく たべたら またやろう。」

「うん」

「うん」

えがおで かけだす こどもたち。



どろだんご まだ いっぱい  
できそうですね。



おしまい

みんなとおなじものがたべられたい...



ちいさな子どもは、どんなきもちでいるのでしょうか？  
まわりにいる大人は、どう寄り添ってあげればいいのか？  
まわりにいる子どもたちに、どう伝えればいいのか？

心を支えてあげることは大切です。  
子どもたちの心を救うために1つでも  
活用していただけるとありがたいです。

(右:自作本(2007年)ピーナッツアレルギーのさあちゃん  
左:ポプラ社刊(2014年)ピーナッツアレルギーのさあちゃん)



★ 2015年12月25日アレルギー疾患対策基本法が施行されました。  
その第7条の国民の責務に「国民はアレルギー疾患に関する正しい知識を持ち、アレルギー疾患の重症化予防及び症状の軽減に必要な注意を払うよう努めるとともに、アレルギー疾患を有する者について正しい理解を深めるよう努めなければならない」とあります。

★ 2018年10月19日 日本アレルギー学会が厚生労働省の補助事業としてアレルギーポータルサイトを公開しました。

URL: <https://allergy.portal.jp>



★ 安全性の確保に欠かせない加工食品のアレルギー表示には、**表示義務がある7品目**と**表示が推奨されている21品目**があります(2020年2月1日現在)。詳しくは、アレルギーポータルサイトアレルギーの本棚「食物アレルギーを正しく知ろう」(環境再生保全機構)でも見られます。

★ 「災害時のこどものアレルギー疾患対応パンフレット」は2017年11月に改訂されています。災害時の対応は事前に知っておくことが大切です。  
詳しくはアレルギーポータルサイト  
もしもの時に(災害時の対応)をご覧ください。

2017年  
「ピーナッツアレルギーの  
さあちゃん」は、中国  
でも出版されました。



### 筑波大学同窓会茗溪会

平成29年度茗溪会賞顕彰録より



茗溪会は毎年すぐれた社会貢献活動を行っている個人および団体を「茗溪会賞」として顕彰する事業を行なっています。

### 愛知県立安城東高等学校 同窓会報「達」No.37

私たちが活躍しています! その② 3回生 童話作家 栗田 洋子さん  
こんにちは、3回生の栗田洋子です。私の次女(21歳)は、3歳の時、嘔吐・じんましん・呼吸器症状等を突然起こし、4歳の時にピーナッツ(食物)アレルギーと診断されました。触っても危険と告げられ、絵本にピーナッツが出る日は、小学1年から5年まで教室で付き添ったほどでした。小学3年の時、付き添いを休んでいた私の祖母がたつかり、涙を流したことをきっかけに、次女を主人公にした手づくり絵本「ピーナッツアレルギーのさあちゃん」を製作。絵本を持って動くなかで全国に患者がいることを知り、同名絵本をポプラ社から出版。それらを持って、全国の役所、図書館、病院、学校等を回り続けています。生きていられることを大切にしたい、少しでも患者の精神的負担軽減に繋がれば...そう願いながらの活動です。  
実は、そんな私の活動を、母校の放送部の後輩達が取材し作品にまとめてくれました。1つは「共に生きる」平成29年度高校総合文化祭無大会優良賞受賞作品(5分)。もう1つは、中央テレビメディアアワードで総合賞の「安城ニュース」の後半(6分)の作品です。  
<http://www2.ctv.co.jp/literacy2017/category/anjohigashi>  
取材を通し伝わってくる、伝えたい!!!というまっすぐな思い、語られていない奥底にある心情にまで思いを馳せ自分の言葉で語る姿、真剣な取り組みに力をももらいました。そんな彼らが後輩であることの喜びも大きかったです。耳を傾けてくれた後輩達、機会を与えてくださった恩師加藤勇先生、浅井会長はじめ、出会った多くの方々への感謝を胸に活動は続きます。  
みなさん、「共に生きる」【安城ニュース】ぜひ観てやって下さい!!!そして生かしてやって下さい!!!みなさんのおかげで、一人でも多くの子どもたちが笑顔でいられますように...  
筑波大学同窓会各演会季刊誌「表紙」no.1096も、ぜひご覧ください。

インターネットでも見られます

### DVD 紹介

1作品目の「共に生きる」は、安城東高等学校放送部 平成29年度愛知県高等学校総合文化祭オーディオビジュアル部門優良賞受賞作です。



### 生活協同組合 コープあいち

西三河ブロック  
思わぬところで役に立つアレルギー登録  
11月22日(土)「東海愛知」(東海)開演  
講師の栗田洋子さんは、自身のお子さんが重度のアレルギーで、その経験をもちに、全国で啓発活動をしている岡崎市総合食育推進センター、愛知県で啓発活動を行っている岡崎市の総合食育推進センター、約50人の参加があり、関心の高さがうかがえました。中でも関心できる情報サイトの紹介、コープ宅配のOCT注文用紙の活用などの内容で、あっという間の2時間でした。  
アレルギー対応  
アレルギーの対応は、食品表示だけでなく、アレルギー対応の食品、アレルギー対応の食品、アレルギー対応の食品...  
アレルギー対応の食品、アレルギー対応の食品、アレルギー対応の食品...  
アレルギー対応の食品、アレルギー対応の食品、アレルギー対応の食品...

(ウイズコープ2019年2月号掲載)

### わかりやすいアレルギー表示 (コープ宅配注文書)

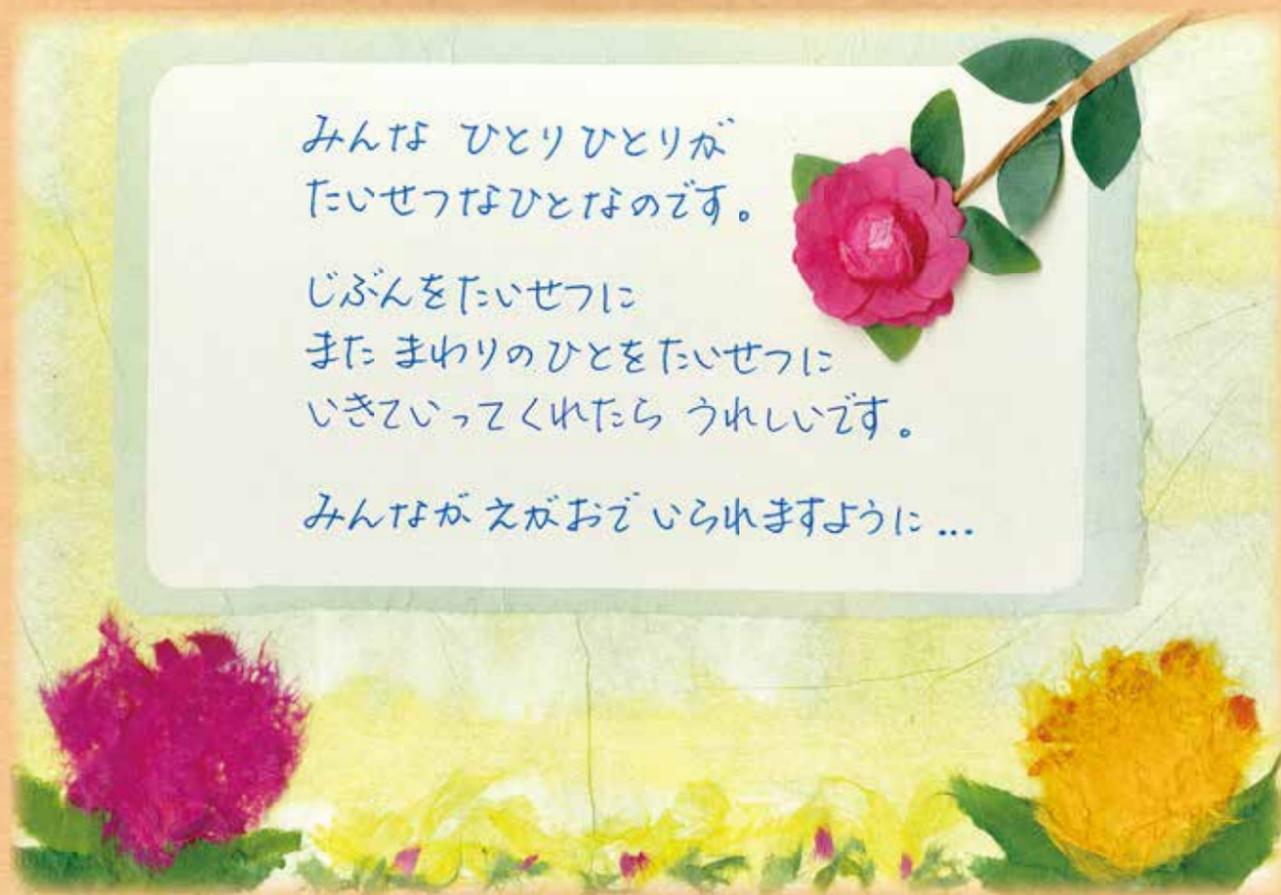
アレルギーを登録すると、登録したアレルギーを含む食品を**ピンク色**で表示しています。



### 新聞記事

読売新聞 (2018年12月21日掲載)  
東海愛知新聞 (2018年11月18日掲載)  
正しい知識広めたい  
アレルギー対策サイト紹介  
食物アレルギーでも元氣

北海道新聞、岩手日報、秋田魁新報、河北新報、福島日報、山形新聞、下野新聞、茨城新聞、読売新聞長野、山梨日日新聞、東京新聞、中日新聞、読売新聞和歌山、四国新聞、徳島新聞、高知新聞、愛媛新聞、中国新聞、西日本新聞、長崎新聞、読売新聞NIE、読売新聞医療ルネサンス、岡崎ホームニュース、東海愛知新聞(順不同)たくさんの記者の方が耳を傾けてくださり、温かく伝えてくださいました。ここに感謝申し上げます。



みんなひとりひとりが  
たいせつなひとなのです。

じぶんをたいせつに  
またまわりのひとをたいせつに  
いきていってくれたらうれしいです。

みんながえがおでいられますように...

## 絵本「ともくんのほいくえん」贈呈プロジェクトⅡ

2020年2月～2020年3月

協力：公益財団法人ニッポンハム食の未来財団

企画：食アレスマイルネット（愛知県岡崎市）

「ちいさな子どもたちに食物アレルギーのことを伝えるのは難しいと思いますが、こうした絵本を使うことで理解が拡がると思います」、そんな声があちこちから届いてくるようになってきました。

2019年7月、日本小児臨床アレルギー学会の「食アレスマイルネット」のブースで絵本「ともくんのほいくえん」100冊贈呈プロジェクトを企画し、1施設1冊とのこちらの声かけに協力いただき全国広く届けることができました。そこでもいろいろなお声をいただき、絵本「ピーナッツアレルギーのさあちゃん」、「ともくんのほいくえん」の必要性を痛感しています。

今回（公財）ニッポンハム食の未来財団のご協力により絵本「ともくんのほいくえん」贈呈プロジェクトⅡを企画することができました。一部を作り直し新たに刷り上げた1冊1冊が子どもたちのために活用され、広く生かされることを切に願います。

ニッポンハム食の未来財団の皆様、西間先生はじめ子どもたちのために動き続けてくださっているアレルギー関係者の皆様、そして丸12年間動き続けるなかで耳を傾けてくださった多くの方々にこの場をお借りし厚く御礼申し上げます。

届いたこの1冊が、皆様の周りにいる子どもたちの笑顔を引き出してくれますように……。

2020年2月  
食アレスマイルネット 栗田 洋子

### 47都道府県アレルギー担当と

47都道府県立図書館に2020年3月末までに贈呈

### 「ともくんのほいくえん」（改訂版）

監 修：西間 三馨 先生

文：栗田 洋子（愛知県岡崎市）

和紙貼り絵：栗田 洋子（ // ）

戸松 留美（ // ）

発行日 2020年2月16日

発行所 明元舎

印刷・製本 ブラザー印刷株式会社

愛知県岡崎市柱町字福部池1-200

TEL (0564) 51-0651

