

◆食物アレルギーの子どもたちのために、私たち大人ができること

「うちの子、アレルギーらしいの…」と、避けている食べ物があると、被災時の不安はいっそう高まります。その不安を軽減できる方法を考えてみましょう。

その1 親が我が子のためにできること

一番大切なことは、食物アレルギーについて、専門医に正確な診断を受けておくことです。そうすることで・・・

- ① 我が子が口にすると危険が伴う食品が把握できるし、ある程度なら食べられるものも明らかにできます。
- ② 診断を受けることで、誤食時の緊急薬、保存可能な普段安全に食べている食品（アレルギー対応アルファ米やレトルトカレー、アレルギー用ミルク）等を備えることができます。
- ③ 子どもが周囲の人から食べ物をもらうかもしれないので、我が子に食物アレルギーがあることを伝える工夫（ゼッケン、名札カード、腕章）を準備しておきましょう。
- ④ 普段から交流があり、いざという時に協力しあえる親戚や友人、地域の人をつくりましょう。
また、アレルギーをもつ人同士のつながりは、より心強いものになるでしょう。



その2. まわりの人たちができることって…

災害時みんなが大変なときに、自分のことを言い出していいのだろうか？ 特炊き出しや食料の配給時は、多くの人の善意があるからこそ、声に出せない私たち、お母さんたちがいます。

食物アレルギーをもつ本人や家族が「食物アレルギーがあること」を言いやすい環境を！
「食物アレルギーの方はお声をかけてください！」という案内の掲示や声かけ、小さな子どもへの配給は保護者への確認をする等、キッカケを作っていたけると助かります。また、炊き出しの際には、使った食品の表示ラベルや、調味料の容器そのものを置いてもらうと、本人や家族は食べて良いかどうか自分自身で判断することが出来、お互いの負担が軽減されるでしょう。こんなふうに、食物アレルギーに対する意識が少しでも前進していけるよう、私たちは願っています。

(子育てサークル 広島食物アレルギーっこの会 キラ☆キラ メンバーより)



ワンポイント!

食物アレルギーの子どもにとって、災害時の炊き出しや食料の配給は、1つ間違えれば生命の危険にさらされる重要な問題になります。誤食や触れることによる症状として、じんましん、咳、呼吸困難があります。少くくなら大丈夫…と食べてしまうことが重症化につながる事がしばしばあります。