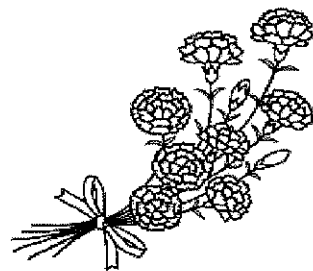


# 給食だより

新年度が始まって1か月が経ちました。  
園の給食では、さまざまな食材をおいしく食べてもらえるように工夫していきます。  
今回は食物アレルギーについて触れたいと思います。



## 食物アレルギーとは

ある特定の食べ物が原因となり、体を守る免疫が働き、じん麻疹や、湿疹、下痢、せきなどのアレルギー症状が出ることを食物アレルギーといいます。

食物アレルギーがあることで、特定の食べ物を一生食べられないという人もいますが、乳幼児に発症した子どもの多くが年齢と共に症状がよくなるといわれています。



## うちの子、食物アレルギーかな？

お子さんに食物アレルギーのような症状があった時には、自己判断をせず、必ず医師の診断を受けましょう。  
受診にあたっては、何時ごろ、何を、どれくらい食べて、何分後に、どんな症状が出たか、といった情報を記録しておきましょう。

## 食物アレルギーのさまざまな症状

症状の多くは、皮膚や粘膜（唇やまぶたのはれ）にあらわれますが、そのほかにも消化器や呼吸器、また全身性症状としてあらわれることもあります。

皮膚症状	かゆみ、じん麻疹 <sup>ましん</sup> 、赤み、湿疹 <sup>しっしん</sup> （乳児期を中心とする）
粘膜症状	眼症状：目の充血、はれ、かゆみ、流涙、まぶたのはれ
	鼻症状：くしゃみ、鼻水、鼻づまり
	口腔咽頭 <sup>こうくういんとう</sup> 症状：口・唇・舌の違和感、はれ、のどのかゆみ、イガイガ感
消化器症状	腹痛、悪心、嘔吐 <sup>おうと</sup> 、下痢、血便
呼吸器症状	のどがしめつけられる感覚、声がれ、せき、ぜん鳴、呼吸困難
全身性症状	アナフィラキシー

