

エコパルなごや

秋号 VOL.68

かんきょうをたのしく学ぶ

特集 食物アレルギーについて考えよう

近年、大気汚染や食品添加物、生活環境の変化などによって私たちを取り巻く環境が大きく変化してきました。

環境の変化は私たちの体質にも少なからず影響を与えています。

昨年の12月に東京都調布市で小学生の女の子が給食を食べてショックを起こし亡くなるという

大変悲しいできごとが起きました。アメリカではピーナツバターでショック死をした例が報告されています。

みなさんはアレルギーということばを知っていますか？

いままで喘息とか花粉症ということばを聞いたことがあると思います。

これらは、抗原抗体反応といってアレルギー反応の一つです。

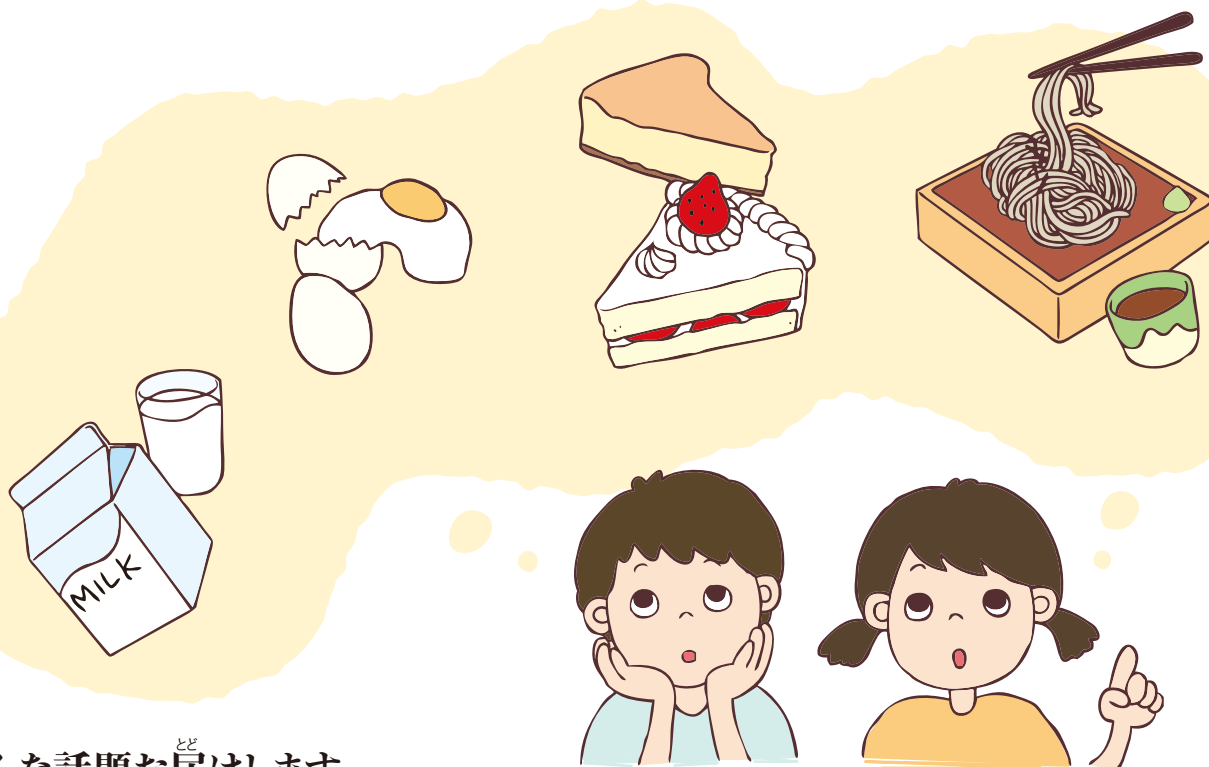
人間の体は、うまれつき外部の異物から自分をまもる仕組み(免疫機能)ができています。

ところが、その仕組みが強く働きすぎてしまうと身体に異常が起きてしまいます。

それをアレルギー反応といいます。

特に、食べ物によっておこるのが食物アレルギーとよばれています。

食物アレルギーとはどういうものかを考えていきましょう。



いろんな話題お届けします。

とくしゅう
特集

食物アレルギーについて考えよう

エコパル NEWS

特別ワークショップ「木の実を使ったクリスマスリース作り」、「マンスリー企画展示」

なごや環境大学

「なごや環境大学ガイドブック2013後期号」のご案内、イベント情報

食物アレルギーについて考えよう

アレルギーの歴史

アレルギーといえはすぐ頭に浮かぶのが花粉症です。国民の2〜3割が発症しているといわれています。古くは喘息とか金属アレルギー等があります。

喘息という言葉は初めて使ったのは、医学の父といわれる古代ギリシャのヒポクラテスだといわれています。

また、古代ギリシャの哲人のルクレティウスは「食物は人によっては毒になる」といっています。このことは、はじめて食物アレルギーのことについて言及した事例だと思われます。

1819年にイギリスの医学者ボストックがアレルギーに関する医学的論文を発表しています。その内容は枯草熱（現在は花粉症といわれている）に関するものでした。

1902年にはリチャットとボーチャーによりアナフィラキシーという概念が提唱されました。それは最初にイソギンチャク毒を犬に注射しても死ななかったけれど、2〜3週間後に再び注

射すると呼吸困難、嘔吐、下痢を起こして死んだ。この現象を見てアナフィラキシーと呼びました。英語のアナ（無）とフィラキシー（防御）すなわち防御作用がないことを意味する言葉として提唱されました。

1906年にはピルケがアレルギーということばを提唱しました。ギリシャ語のアロス（異なる）とエルギア（反応）すなわち異常な反応という意味の造語を作りアレルギーという言葉が広がっていきました。

このように、アレルギーは古くから人間に関わっています。



免疫機能とは

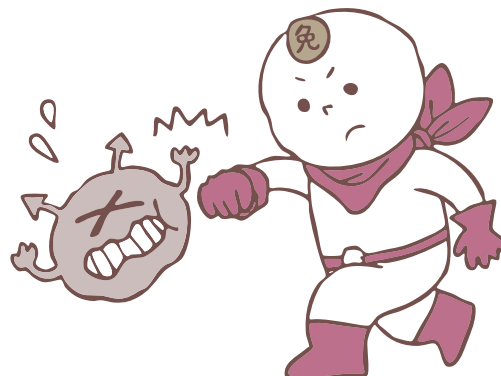
なぜアレルギーが起きるのでしょうか。

人間には身体を守ろうとする機能があります。それは免疫と呼ばれています。免疫とは体内に自分とは異なる異物を感知し排除する機能のことです。

免疫には2種類あって自然免疫と獲得免疫とよばれるものがあります。

自然免疫（先天性免疫、基本免疫）とは白血球等が病原体などにより重大な被害をもたらされる前に発見し排除する免疫のことです。

獲得免疫（後天性免疫、適応免疫）とは病原体（抗原）に対して特殊なリンパ球（抗体）を作りそれを攻撃する免疫作用です。抗体が作られるまで通常2週間ぐらいかかります。ワクチンはこの機能を利用して開発され、それを接種することにより病気を未然に防いでいるのです。



このように、通常は外からの異物に対して免疫作用で排除して終わるわけですが、その免疫作用が異常を起こすことによってアレルギー反応が起きることになります。

アレルギー反応がおこるとどうなるのでしょうか

皮膚の症状

かゆみ、皮膚が赤くなる、
顔がはれる、じんましん

呼吸器の症状

せき、ぜいぜい、
呼吸困難

粘膜症状

口が腫れる、
目が赤く腫れる

消化器の症状

腹痛、吐く、下痢

アレルギーの 症状例



食事をしているような症状があらわれたら食事を中止して、どの食物にアレルギー反応をするのかを専門医に検査してもらうことが予防のために必要なことです。

小学生は学校の給食でわかることが多いので特に給食時に注意を要します。

加工食品表示について

食物アレルギーを起こす食べ物としては、卵、牛乳、そば、青魚などがよく知られていますが、その他にもたくさんあって人それぞれにアレルギーをおこします。

そこで国は平成14年4月より加工食品の表示制度をスタートさせました。この制度の目的は2つあります。

- ①重篤なアレルギーの発症をさけること
- ②表示をみることで、食べても大丈夫な加工食品を選ぶようにすること

義務品目として7品目、表示推奨品目として18品目があります。

表示されるもの

箱や袋で包装されている
加工食品



缶や瓶の
加工食品

規定	アレルギーの原因となる食品の名称	表示をさせる理由	表示は義務かどうか
省令	卵、乳、小麦、 えび、かに 	発症件数が多いため	表示義務
	そば、落花生 	症状が 重くなることが多く、 生命に関わるため	
通知	あわび、いか、いくら、 オレンジ、キウイフルーツ、 牛肉、くるみ、さけ、さば、 大豆、鶏肉、バナナ、 豚肉、まつたけ、もも、 やまいも、りんご、ゼラチン 	過去に一定の頻度で 発症が報告されたもの	表示を奨励 (任意表示)

アナフィラキシーショックとは

アレルギー反応で特に重症な状態で次のような症状を呈するものをアナフィラキシーショックと呼びます。命の危険があるので次のような症状がでたら注意を要します。

顔色が
真っ青になる

冷や汗が出る

ぐったりする

脈拍が弱く、
速くなる

呼吸浅く、
速くなる

意識が
なくなってくる



このような症状がでた場合の対応

1 エピペンを打つ

あらかじめ専門医にかかっている人は、医師から自己注射エピペン（アドレナリンの成分でエピネフリン）を処方されているので周りにいる人がすぐに打ってやること。症状がでてから30分以内に打つことが必要です。

※エピペンを打つのは自己注射ですので本人が原則ですが緊急避難のため学校教職員等が打つことは医師法に抵触しないと解釈されています。（文部科学省通知平成21年7月30日）。そのためにエピペンの講習会を積極的に受けておく必要があります。アメリカでは、学校にエピペンを常備することを義務づけている州もあります。日本でも今後検討が必要になってくるでしょう。

2 救急車ですぐ病院に運ぶ

原因について

現代は食物を生産するのに化学肥料や農薬を使った農業になっています。また海外からの輸入農産物の割合も高く、加工食品もたくさん輸入されています。こういったものの中のアレルギー誘発物質も増えてきています。

生活環境が昔に比べてよくなっていることにより、人間の抵抗力を弱めていることもその一因です。

食物アレルギーを持っている人の割合は乳児で5～10%、学童で1.3%ぐらいといわれています。しかしその割合は増えつつあります。

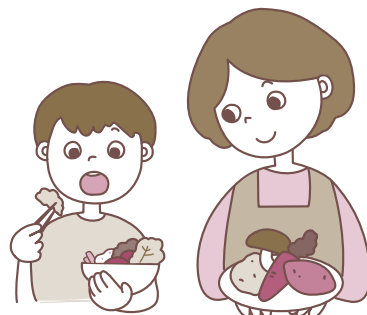
発生時期は幼児の時期が圧倒的に多いのですが、これは消化器官が未発達でうまく消化できないことによりアレルギー反応を起こす場合が多いからです。従って成長とともにアレルギーを起こす物質も少なくなり、徐々になおっていくケースが多いのです。しかし不思議なことに小さい時は何でもなかった食物にも大人になってからアレルギー反応を起こすケースもあります。

私たちのできること

私たちの周りにも食物アレルギーの人がふえています。同じ食べ物でもある人には食べられないものがあることを知り無理に食べさせないように気をつかうことが大切です。

また、便利になって一年中いろいろなものが食べられるようになってきましたが、本来夏にできるものは夏に、冬にできるものは冬に、またそれぞれの地で作ったものを食べるようにしていくことが大切ではないでしょうか。

いわゆる「旬のもの」、「地産地消」という日本の食文化のよさを見直してみましょう。

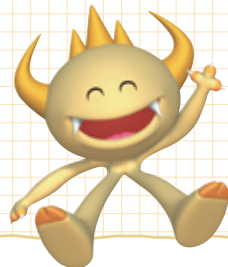


一口メモ

アレルギー反応を起こしやすい食物は、小さいときは牛乳や卵が多いのですが、大人では甲殻類が多く見られます。

エコパルNEWS

特別ワークショップ



秋のクラフト教室&出張おもちゃ病院in科学館

日程 **10月27日(日)**

場所 名古屋市科学館「理工館3階 創造のひろば」

出張おもちゃ病院 in 科学館

壊れたおもちゃの修理を行います。
壊れたおもちゃを科学館まで持ってきてね。

時間 **10:00~15:00**

※受付は14:00まで(先着30点)

参加費 **無料**

※ただし、材料代(最大300円)
をいただく場合があります。



作ってみよう! バナナペーパー

バナナの茎にある繊維を活用した
紙すき体験です。森林資源の保護
と地球温暖化防止についてみんな
で学びましょう!

時間 **11:00~、13:30~**

(各回先着30組)

参加費 **300円**



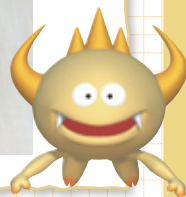
バネトンボの置き飾りを 作ってみよう!

身近にある木の実や廃材を活用
し、飾り物やおもちゃなど親子でつ
くってみよう!

時間 **10:30~、13:30~**

(各回先着20組)

参加費 **300円**



チリメンモンスターを探せ!

チリメンに混じっている
海のいろいろな生き物の赤ちゃんを探そう。

日時 **11月16日(土)**

13:30~15:00

場所 **エコパルなごや**

定員 **24名**

対象 **小中学生(小学
生低学年は保
護者同伴)**

参加費 **200円**



自然木を使ったトナカイづくり

自然木をつかってトナカイをつくります。
サンタさん、クリスマスの夜にどんなプレゼントを
持って来てくれるかな?

日時 **12月8日(日)**

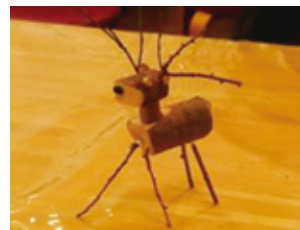
11:20~11:50、13:20~13:50

場所 **エコパルなごや**

定員 **各20名**

対象 **園児、小学生と
その保護者**

参加費 **500円**



マンスリー企画展示



企業やNPOの環境問題に関する取り組みを紹介する展示コーナーです。
月ごとに展示内容が変わりますので、毎月様々な展示をお楽しみいただけます。

10月 テーマ **「いっしょにeco」**

出展者 **花王株式会社**

内容 **お家の中でできるエコを展示
とクイズでわかりやすく紹介します。**

11月 テーマ **「山崎川の生き物たちと
子どもたち」**

出展者 **山崎川グリーンマップ**

内容 **山崎川周辺に住む子どもたち
が行なっている在来種を守る活動と生
き物を紹介します。**

12月 テーマ **「環境未来探検隊
活動報告展示」**

出展者 **エコ・フレンドシップ事業
実行委員会**

内容 **平成25年度に行なわれた
エコ・フレンドシップ事業について
写真付きで紹介いたします。**

なごや環境大学 ガイドブック2013 後期

子どもから大人まで、誰もが気軽に参加できる環境講座をまとめた「なごや環境大学ガイドブック2013後期」が無料配布中です。

講座の内容、スケジュールについては、ぜひこの一冊をご覧ください。また、同内容は、なごや環境大学ウェブサイト (<http://www.n-kd.jp>) でもご覧いただけます。

配布
場所

名古屋市内の各区役所、図書館、生涯学習センター、スポーツセンター等

配布中!



WINTER CONCERT 2013

～愛と音楽は未来への懸け橋を創る～ 入場無料

2014年にあいち・なごやで行われる世界会議「ESD」。その大切な価値観は「愛」なのでは…? そんな思いから生まれた、クラシックの音楽会です。クリスマスが近いこの季節、未来を想像しながら、「愛」を感じる音楽に耳を傾けてはいかがでしょうか。

日時 12月8日(日) 15:00開演(14:15開場)

場所 アートピアホール(ナディアパーク11階)

指揮 中村暢宏

管弦楽 ブランタン管弦楽団

ESD解説 新海洋子(環境省中部環境パートナーシップオフィス)

★申込不要 ★当日先着順 ★全自由席(690席)

※ただし、定員を超えた場合、入場をお断りさせていただきますので、予めご了承ください。



「いのちつながるまちづくり」 シンポジウム

入場無料

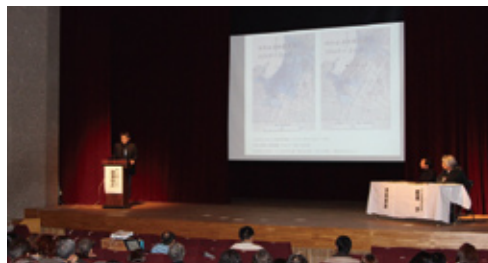
明日の持続可能な社会をめざして、あいち・なごやの地でまちづくりに関わる人たちが日々取り組んでいる活動をご紹介します。その内容は環境貢献にとどまらず、防災・減災の取り組みや地域活性化の活動など多彩です。

人々が生き生きと暮らす安心安全で緑豊かなまち、さまざまないのちがつながって明日へと伸びていくまち、そんな未来のまちを築く第一歩がこのシンポジウムから始まります。あなたもぜひ、そのスタートに立ち会ってください。

日時 11月15日(金) 13:30～16:00(13:00開場)

場所 名古屋都市センター11階大研修室
(金山総合駅南口ボストン美術館のビル)

申込 「なごや環境大学」実行委員会事務局
(TEL/FAX052-223-1223)



名古屋市環境学習センター エコパルなごや

〒460-0008 名古屋市中区栄一丁目23番13号
伏見ライフプラザ13階(地下鉄東山線・鶴舞線の伏見駅6番出口徒歩5分)
■開館時間/午前9時30分～午後5時 ■入館料/無料
■休館日/毎週月曜日(月曜日が祝日の場合は直後の平日)
年末年始(12月29日～1月3日)

お問い合わせ TEL052-223-1066 FAX052-223-4199
<http://www.ecopal.city.nagoya.jp/> E-mail: a2231066@kankyokuyoku.city.nagoya.lg.jp

この情報誌は、古紙/バブル配合率70%・白色度70%の再生紙を使用しています。

