

当院では、JR仙台病院小児科と連携し、アレルギーを持つお子様とご家族にアレルギー交流会を開催しております。今年で第8回目となり、13組のご家族に参加していただきました。

今年はどのような交流会だったか、ご紹介していきます。



プログラム

- 1 アレルギーのお話
- 2 栄養のお話と試食
- 3 先輩のお母様のお話
- 4 グループ交流タイム

次に武田先生からのお話で栄養素について、離乳食の進め方についてのお話でした。当日の試食メニューの作り方やアレンジ方法も教えてもらいました。



最初は院長からのアレルギーの基本的なお話でした。食物アレルギーはどうして起こるのか、例をあげながらお話し、食物負荷試験や即時型アレルギーの症状についてや食物アレルギーの治療や推移についてお話ししました。

開催日・場所  
H28. 9. 3  
JR 仙台病院

試食メニューは次の通りです。詳しく知りたい方はスタッフにお尋ねください。

試食メニューと材料

<p><b>ミックスペースト</b></p> <p>さつま芋・南瓜 じゃが芋・りんご</p>	<p><b>肉そぼろ</b></p> <p>ひき肉・玉葱 人参・椎茸 塩</p>
--	--

そぼろは豚ひき肉以外にも鳥ひき肉、削り節、シーチキン、鮭、鰹、豆腐に変えたり、そぼろにとろみをつけてあんにしてもいいそうです。ミックスペーストは米パンやお好み焼きにぬったり、飲用可能なミルクでポタージュ風やノンエッグマヨネーズでサラダにしてもいいそうです。どち

らも素材の味のみで、十分な旨みと甘みがでていました。みんなおいしいそうに食べていて「いつもはあんまり食べないんですけど、今日はペロリと食べました」とお母さんたちもうれしそうでした。



その後はアレルギーをもつお子様を育てている2人のお母様からのお話でした。アレルギーについての自分の体験談、栄養指導についてや学校に持っていくお弁当のことなど、とても参考になるお話をしていたいただきました。最後は交流タイムとなり、参加のご家族を3グループに分けて行いました。アレルギーがあつて困ったこと日頃の育児の悩みなどを

お互いに話し合い、わからないところは先生方にアドバイスをもらいました。

看護師からはスキンケアについてのお話や誤食時の対応についてのお話をしました。お話しながらお母様方同志の交流もはかれ、楽しい時間を過ごすことができたと思います。



今回参加された方々から、他の家族とお話できて悩みを共有できた、アレルギーや栄養のことが分かった、子供のために前向きに頑張ろうと思ったなど嬉しいご意見をいただくことができました。クリニックでは今後もアレルギーを持つお子様の成長を見守っていききたいと思えます。