

# 松山市民病院 病児保育 アイビー通信

第21号 令和6年1月 発行

冷たい風に冬の寒さを感じる季節となりました。気温が低く空気も乾燥するこの時期は様々な感染症が流行しやすくなります。手洗い・うがい・マスクの着用など感染予防を意識して、規則正しい生活を心がけ、新しい年も元気に過ごしていきましょう。



## 食物アレルギーについて

小児科 高岡医師より



乳幼児期に離乳食を始めたときに食物アレルギーの症状が出ることは珍しくありません。卵、乳製品、小麦などが原因になることが多いです。

### 食品を摂取したときの症状と対応

#### 症状

食物アレルギーの症状は多岐にわたります。皮膚の赤み、かゆみがある湿疹のほかに、鼻水、せき、呼吸がしづらい、腹痛や嘔吐下痢などがみられることがあります。重症な時には顔色が悪くなる、意識が無くなることもあります。



#### 対応

何かを食べた後に左記の症状が起こった場合、食物アレルギーの可能性があり、速やかに医療機関を受診して下さい。受診する際はいつ、何を食べたかわかるようにしていただくと、検査や治療方針を決めるうえで役立ちます。

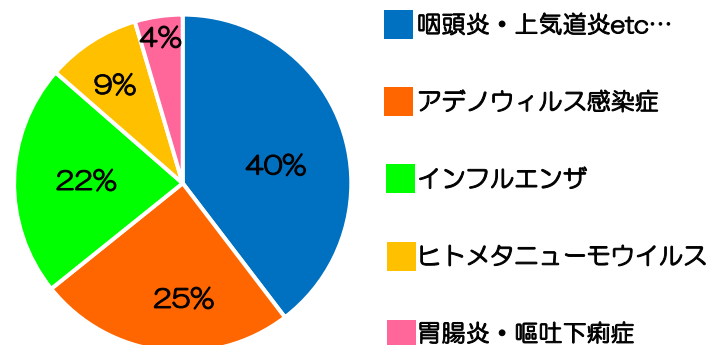


### 当院小児科のアレルギー外来について

現在、当科では食物アレルギーが疑われた場合、血液検査や食物負荷試験で判断しています。必要な場合は栄養指導などを行っています。診察時間内に電話で予約をしていただくか小児科外来にご相談して下さい。



### 利用状況(R5.9~R5.11) 延べ818人



10月16日に愛媛朝日テレビの「スーパー」チャンネルえひめ」で病児保育の特集がありました。その一部でアイビーの様子が紹介されました。愛媛朝日テレビのYouTubeで視聴できます！ぜひご覧ください。



## ★食物アレルギーのレシピ★



管理栄養士より

3大アレルゲンの卵・牛乳・小麦を使わなくてもおいしく作れ、家族みんなの健康にも役立つレシピをご紹介します。

### さけのクリームシチュー



#### 【作り方】

- ① 鮭は一口大に切り、骨があれば取り除く
- ② 野菜類を食べやすい大きさに切っておく
- ③ 鍋にオリーブ油を熱して、火の通りにくい野菜から順番に炒めていく
- ④ 材料がかぶる程の水を注ぎ、スープの素を加えやわらかくなるまで煮る
- ⑤ 豆乳を加えさらに煮、鮭を加えて火が通ったら、塩・こしょうをする
- ⑥ 最後に水溶き片栗粉を加えとろみをつける

【材料】 大人2人分+子ども1人分

|            |        |
|------------|--------|
| 生鮭         | 2切     |
| ブロッコリー     | 1/3個   |
| 玉ねぎ        | 1/4個   |
| 人参         | 1/6本   |
| じゃがいも      | 小1個    |
| しめじ        | 1/4P   |
| オリーブ油      | 大さじ1   |
| *1 固形スープの素 | 1/6個   |
| *2 豆乳(無調整) | 2カップ   |
| 塩          | 小さじ1/5 |
| こしょう       | 少々     |
| 水溶き片栗粉     |        |
| 片栗粉        | 大さじ1/2 |
| 水          | 大さじ1   |

\*1 市販の「スープの素」には、小麦・乳糖を含むものもあります。小麦アレルギーの場合は、必ず表示を確認して小麦不使用のものを選びましょう。乳糖に含まれるたんぱく質は微量ですが、心配な場合は医師に相談しましょう！

\*2 牛乳の栄養を補うには、豆乳ではなく牛乳の成分が入っていないアレルギー用ミルク(ミルフィー・ニューMA-1)を調乳しています。

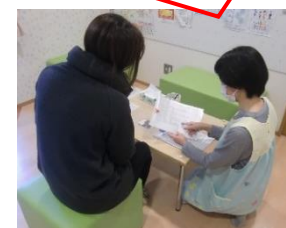


### 食物アレルギーに対してアイビーで行っていること

アレルギーに対する安全な食事提供を行うため、除去食品指導書の提出をお願いしています。また利用時には何か変更がないかなど、確認を行いながら食事のメニューを決めています。



給食を受け取る際は、誤食を防ぐため、名前とメニューに間違いがないか確認しています。



アレルギー食は、間違えて配膳しないようトレーを変えて、名前の札をつけるようにしています。



施設内の調理室で作っており、アイビーでの普通食は、卵・牛乳不使用で調理しています。

今後も丁寧な対応を心がけ、安心・安全な食事提供が行えるよう努めてまいります。アレルギー食提供のことで分からないことや不安な点があれば、お気軽にご相談下さい。

### 事前登録について

初めてお預かりするときに、少しでも時間を短縮するために、事前登録をおすすめします。  
受付時間 平日 8:00~18:00  
何かご不明な点がございましたらお気軽にお問い合わせください。



〒790-0067  
松山市大手町2丁目1-3  
松山市民病院 病児保育アイビー  
TEL 089-968-1319 (直通)

