

## Healthy Life

## 公開講座「安心して子育てを楽しむために」

小児の健全育成を目的に、地域の子育て支援活動に積極的に取り組む一般社団法人 大阪小児科医会（武知哲久会長、大阪市天王寺区）は、「安心して子育てを楽しむために」をテーマに第36回公開講座を開催。同会の藤谷宏子医師と福井聖子医師の講演のほか、親子で楽しむリトミックも行われた。紙面では講演要旨を紹介する。



藤谷 宏子医師

食物アレルギーは食物が口や皮膚から体に入り、アレルギー反応を起こして、困った症状になることで

す。症状は体中全ての部分に起こる可能性があります。罹患率は1歳児がピークで、重症でない限り多くは、体の成長とともに治っていきます。乳幼児は皮膚が未熟で湿疹も多く、原因がアレルギーかどうかの鑑別が必要です。

「食物アレルギーとのつきあい方」食生活から予防接種の受け方

## 誤食や誤飲を防ぐ手立てを

「どうほめる？どう叱る？」子供へのかかわり方

## 子供は親から多くを学ぶ

子供を育てていると、なぜいうことを聞かないのかと思うことがあります。子供は賢いので、成長するに従い、見たり、聞いたりし

まず、主治医に相談です。食べた物を記録する食物日誌を参考に検査や治療を行い、原因アレルゲンを確定し、必要最小限の原因食物の除去をします。このとき、「念のため」と必要以上に除去する食物を増やさないことが大切です。また、母子手帳の成長曲線などで子供の成長を確認することも重要です。

次に食物アレルギーとワクチンの関係です。インフルエンザとMR（麻疹・風疹）のワクチンは卵成分と関係し、アレルギーになる心配されています。しかしMRワクチンはニワトリの胚細胞で培養していますので、卵とは関係がなく、接種できます。インフルエ

ンザワクチンは鶏卵での培養ですので、卵のアナフィラキシー（全身性にアレルギー症状が出る反応）があった人は受けられません。じんましんなどの軽い症状の人は、注意しながら接種できます。乳糖もワクチン安定化のために生ワクチンに使用されていますが、ごく微量のため問題ないといわれています。いずれも主治医に相談してください。

子供は自分がアレルギーだと伝えられないことが多いです。食物の誤食や誤飲を防ぐために、洋服やカバンにつける「フードアレルギーサインプレート」があります。医療機関に問い合わせを利用してください。

福井 聖子医師

て自分で考えるようになります。しかし、考えても世の中のことが分かっていないと自分の好きなように考えます。「してもいいこと、いけないこと」「安全なこと、危険なこと」を間違えて学ぶと、幼稚園など集団に入ったときトラブルを起こすこととなります。それは大人が教えないければならないことです。

子供は発達途中です。子供は「できないこと」や「わ

からないこと」が多くあります。子供は行動しながら感じて、考えます。また、子供は一番信頼している親から多くを学んでいます。そのとき、大人（親）が子供にしてほしいことを具体的に、そして一度に多くのことではなく、子供ができることを1つだけ教えること伝わりやすくなります。

次は、年齢に応じて子供ができる目標を設定することが必要です。目標が高す