

認定栄養ケア・ステーションをご存じですか？

## 食物アレルギーに関わる取り組み

会津支部

ただ認定栄養ケア・ステーション  
(機能強化型)

小児アレルギーエデュケーター

良田 千秋 (医療職域協議会)

## 栄養食事指導による支援

当院における食物アレルギーに関わる取り組みをご紹介します。

まずは、栄養食事指導です。栄養食事指導は、食物アレルギーをもつお子さんとその家族にとって、生活の質をできるだけ損なわず、維持、向上に繋がるよう配慮する必要があります。原因食物の除去や解除だけでなく、離乳食や幼児食についてなど健やかに成長できるよう発達段階にあった内容です。不安や疑問を一つ一つ解消し、適切に原因食物を避けながらも、豊かで楽しみのある食生活となるよう支援しています。

## 食物経口負荷試験(OFC: oral food challenge)の実施における支援

また、当院は会津地域内で唯一、食物経口負荷試験を実施しており、負荷食品の調理や配膳、栄養食事指導などにおいて、栄養科は重要な役割を担っています。2020～2022年度はコロナ禍等の影響で一時的に件数は減少しましたが、現在は週1～2件程度対応しています。負荷食品は鶏卵・牛乳・小麦が90%以上を占め、中でも最も多いのが鶏卵です【写真1】。負荷試験食は同じ食品でも数種類用意し、嗜好に合うものを選択できます。栄養科内では調理法、チェック方法等全てマニュアル化、院内ではクリニカルパスが運用され、対応が標準化されています。負荷試験中は「食べられない」と訴えるお子さんもいますが、医師や看護師と連携しながら好みに合わせて味を変える、気持ちを紛らわせるなどして「食べる」ことができるよう支援しています。

栄養食事指導では、除去解除の場合、安全に食べられる量に応じた摂取方法をお伝えしますが、原因食物の除去に慣れ、いざ解除となっても不安が強いお子さんや家族は少なくありません。できる限り不安を軽減しながら、普段の食生活に取り入れられるよう支援していくことが重要です。また、これまで専門医による正しい診断を受ける機会がなく、独自の知識や考え方を持っている方もいらっしゃいます。調理技術や家庭環境もさまざまであるため、聞き取りの中で状況を整理し、理解度やご家族の思いに寄り添って適切で具体的な情報をお伝えするよう心がけています。



【写真1】  
食物経口負荷試験の負荷食品例  
(全卵1/8個相当)

## ただ認定栄養ケア・ステーション (機能強化型) での食物アレルギー教室

当院では2020年10月より「ただ認定栄養ケア・ステーション (機能強化型)」が稼働しました。現在、小児科・アレルギー科を標榜するクリニックで、食物アレルギーをもつお子さんの個人栄養指導のほかに、定期的に離乳食教室を実施していますが、今年度から新たに食物アレルギー教室を開催しています。この他にも、給食施設管理者、栄養士、調理師、市町村担当者等を対象とした食物アレルギーに関する研修会で講師を担当しています【写真2】。

これからも食物アレルギーをもつお子さん一人一人との関わりを大切にしながら、地域に出向いた活動や、医療～学校～こども園・保育園・幼稚園～公的機関がスムーズに連携できる環境作りや、食物アレルギーをもつお子さんやご家族がより豊かな食生活となるような活動をしていきたいと考えます。



【写真2】  
食物アレルギー対応研修会の様子

## おすすめレシピ検索サイトの紹介

- 環境保全機構
- 食物アレルギーの子どものためのレシピ集
- <https://www.erca.go.jp/yobou/zensoku/allergy/recipe/index.html>



- 日本ハム
- 食物アレルギーケア
- <https://www.food-allergy.jp/blog/recipe/>

食物アレルギー対応  
レシピ

※小児アレルギーエデュケーターとは、一般社団法人 日本小児臨床アレルギー学会が認定する看護師・薬剤師・管理栄養士を対象としたアレルギー専門メディカルスタッフです。