

# さくらの

NPO法人相模原アレルギーの会  
〒252-0303 相模原市南区相模大野 3-3-2bono  
相模大野サウスモール 3階ユニコムプラザ  
さがみはら シェアードオフィス2  
TEL: 042-745-8801 FAX: 042-745-8821  
メール: allergy-kai@sagamihara-allergy.org  
HP: <https://sagamihara-allergy.org>

## 39回アレルギー・ぜんそく講演会

昨年11月23日に相模原南メディカルセンターで開催された、第39回講演会でのパネルディスカッションの詳細をお送りします。

### パネルディスカッション

司会：長谷川先生

回答：谷口先生、福富先生、佐藤先生



Q: 大人で負荷試験を受ける人はいますか？ 経口免疫療法をおこないますか？

福富先生：負荷試験の割合は診療機関によっては違うと思いますが、当病院ではおそらく5%ぐらいになります。大体は病歴、問診等で原因がわかりますが、診断がつかない場合はおこなっております。経口免疫療法は食べて治すという治療法で、基本的にこれは乳児期に発症する食物アレルギー向けと考えた方がいいです。それ以外の食物アレルギーに対してはデータもなく、国際的にもおこなっておりません。

司会：大人に関しての経口免疫療法は今のところ実用段階ではないということです。

Q: 2003年に慢性蕁麻疹になりました。クインケ浮腫を2016年に発症、たけのこ御飯の後だったのでたけ

この号には

1頁 パネルディスカッション

6頁 日傘ノススメ

7頁 6月3日 個別相談 (2018年第23回講習会)

8頁 報告、お知らせ

のこが悪いと思い、除去しております。2016年北里大学病院皮膚科でスギとダニ、ハウスダストのアレルギーと言われていたのですが、たけのこのアレルギーは証明されませんでした。その後体調を崩すとクインケ浮腫を発症して服薬で対処しています。知りたいことは蕁麻疹の原因と、薬をやめることができるか。それとたけのこが検査では陰性だったのはどうしてだろうか、またたけのこを食べられるようになるのだろうかということです。悪くなるとアナフィラキシーになってしまう。

福富先生：直接会って細かいことを聞かないとわかりませんが、基本的には慢性蕁麻疹という言葉は原因がないものに対して慢性蕁麻疹と病名をつけているのです。実際はいろいろな原因があります。たとえば、身体のIgEにたいしての自己抗体があることがありますが、基本的に食べ物とかそういう意味で原因がないとき慢性蕁麻疹と言われていました。その方の話を聞かないとわかりませんが、食生活を変えると蕁麻疹がなくなったりします。蕁麻疹の起きる人は砂糖を多く摂取する人が多いので、お菓子をやめていただいたりとか外食を控えてもらったりとかで、実際に蕁麻疹がなくなったりします。薬をやめられるかということですが、そういうことでよくなれば薬をやめられると考えます。あとごく一部のかたでピロリ菌を除去するとよくなるということが言われていますが、基本的に慢性蕁麻疹は症状がでていいる限りは薬を続けられないといけないという病気です。たけのこに関しては、たけのこに対するアレルギーというのにはありますが頻度は少なく、たけのこで唇が腫れたという原因は、普通

アレルギーではなくたけのこの中の強い刺激成分によるものです。これを偽性アレルゲンといいます、山芋にもあります。皆さん、口の周りが痒くなったりしたことがあるかと思えます。偽性アレルゲンに強く反応してしまう患者さんがいます。アレルギーでなければアナフィラキシーになることはありません。そんなに心配することはありませんが、無理して食べると結構喉が苦しくなるということがありますので、やはり除去しないといけないかなと思えます。

司会：実際蕁麻疹は皮膚疾患の代表的なものと言われているのですが、アレルゲンの特定できるのは少ないといわれています。体調によって悪くなったりよくなったりすることが多いです。他に病気が悪くなると悪くなるという方もいます。

Q：人工甘味料のアセスルファミウムという稀な食品添加物にアナフィラキシーショックをおこします。診療・診断してくれる医師をみつけることができません。どうしたらお医者さんを見つかることができますか？糖衣錠にアセスルファミウムが入っていることがあります。処方される時にはどのような点に注意をしたらいいですか？

福富先生：医療機関に関しては、うちの病院を受診していただくのがよいかと思えます。検査はアセスルファミウムを入手してから皮膚検査とかおこなえばできます。注意点としては確かに薬に入っている



ことがあります。薬に関しては糖衣錠だったら添付文書をみれば書いてあるはずですが、100%かどうかは認識がありませんが。普通は書いてありますので、添付文書は患者さんでもネットで

閲覧できますので検索して調べていただければ分かると思えますし、薬剤師さんは調べることができると思えます。ドクターもできますが、現状の外来では無理かもしれません。

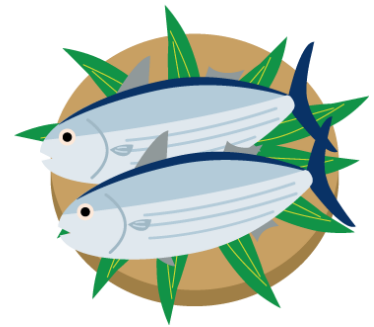
アセスルファミウムが入っている食品の裏には添加物の有無が書いてあるはずですので、確認してください。

司会：こういう稀なアレルギーというのは非常にわかりにくいというか、診断しにくいというところがあり

ます。

Q：食物アレルギーでぜんそくになることはありますか？食物アレルギーの症状としてぜんそくになるのか。あるいは食物アレルギーをほっておくとぜんそくになってしまうのかがわかりませんが。

福富先生：食物アレルギーの症状としてぜんそく発作というのは極めて稀です。食物アレルギーをほっておいてぜんそくになるというのはないと思えます。ぜんそくの原因として食物アレルギーを考慮する必要はないというように思えます。



Q：アニサキスアレルギーですが、缶詰め、かまぼこ、小魚は摂取できますか？

福富先生：しらすは摂取できますが、小魚全部が食べられるかというのは魚の内容にもよります。生物学者ではないのですべてわかりませんが、先ほどお話しした通り抗体値が高い時は魚類全般避けていただく程度抗体値が下がってくると生食だけを避ければ大丈夫というのが経験的にわかってきていますので、かまぼこでも缶詰めでも数値が高い間は避けていただき、低くなってきたら再開で皆さん普通に食べられています。患者さんにとっては、今数値が高いかというのは判断するのは難しいと思えますので、そこは採血したり、アレルギーの病院にいったりしないといけないと思えます。普通のアニサキスの患者さんはかまぼことか缶詰めは食べられています、ごく一部の抗体が高い人はアレルギー症状がでますので、食べられません。そうでなければ食べられるということになります。

Q：食物アレルギーがある子供が来年4月小学校に入学します。今年転勤で相模原市に引っ越してきました。相模原市の給食対応についてうかがいたいです。

佐藤先生：相模原市は市の教育委員会のほうで学校給食の対応マニュアルというのを作成しています。なので、小学校、中学校給食の対応をするように指導はしています。自校給食、センター給食の2種類が相模原

市にはあります。お子さんが通う学校給食がどちらかなのかで異なってきます。センター給食でも相模原の北の方では古い給食センターがあり、古いセンターではアレルギーの除去食はできていないところもあります。それ以外の給食センターからの提供される食品については、除去食対応をおこなっています。基本的には全ての食材について対応する方針になっておりますが、先ほど言ったようにそれぞれの施設の規模とスタッフとかによりますね。後はお子さんの食物アレルギーの重症度によって個別に対応するかどうかが決まっていくこととなります。主治医の先生に管理指導表を書いていただいて、入学した後に4月に学校との面談がありますので、面談した後に給食をどうするか決めていただくことになると思います。

司会：その対応マニュアルとは一般に公開されていて手に入るものですか？

佐藤先生：はい、相模原のホームページにインターネットでアクセスしていただいて、給食マニュアル対応ということでPDFダウンロードできますので確認していただけたらいいと思います。

司会：それと主治医に先生に書いていただく指導表はどこで手に入れるのでしょうか？

佐藤先生：就学児検診がありまして、そのとき調査票というのに記入します。食物アレルギーをおもちですか？ということで調査をしますので、食物アレルギーがあるというところに、チェックしていただいて。学校方から相模原市の様式ができていますので学校から書類を渡されて、その貰った書類をもって主治医に提出していただければ大丈夫です。

司会：だいたいお分かりになられたかと思います。食物アレルギーの診断が血液検査だけであるならキッチンと負荷試験をやって本当に食物がダメなのか調べた方がいいのではないかと思います。

Q：息子がサルコイドーシスと言われて、アレルギーからの発症と言われました。相模原病院に通院中ですが詳しく知りたいです。

谷口先生：サルコイドーシスは通常の花粉症や食物ア

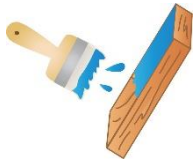
レルギーのようなI型アレルギーではなく、III、IV型アレルギー反応です。肉芽腫や肺に影ができたり、リンパ節が腫れたり、皮膚湿疹ができたりします。高頻度に気管支のリンパ節が腫れるものですから、ぜんそくのような症状を合併するということがあります。その原因として、皮膚の常在菌に対する過敏反応説がありますが、確定していません。結論から申しますとサルコイドーシスというのはなんらかの異物もしくは細菌などに対しての過敏反応ではあるけども、アレルギーではない、と考えていただければよいと思います。

司会：いわゆる1型という皆さんも馴染みのあるぜんそくとか花粉症とかそういうタイプではない。なんらかの免疫異常です。免疫異常を広く言ってしまうとアレルギーと思いますが。いわゆるポピュラーなアレルギーではないというのが現在の考え方だと思います。原因不明ですね。ただ予後は比較的よい疾患で、80%の人が5年ないし6年で治癒してしまう。ただし全員ではなくてこじれてしまう人もいます。こじれる人には肺が荒れてしまう人もいますし、あるいは心臓の方にできたり、脳内にできたりですね。あるいは眼がおかしくなったり、ということもありうる。たぶん治療はしないという経過観察と思いますが、ちゃんと病院に行っているいろいろな検査を継続的にしたほうがよいと思います。

Q：化学物質過敏症と言われました。具合が悪くなると化学物質は避けるしか無いと言われました。精一杯避けて生活していますが、何か良い方法があれば教えてください。

● 長谷川先生：これは私の方からお答えしたいと思います。化学物質過敏症というのはごく少量の化学物質に過敏に反応します。代表的なのはホルムアルデヒド、トルエン、ベンゼンそういった物に対して反応して様々な症状をおこすという病気ですが、症状自体は自覚症状がほとんどでありまして、他覚的に把握できる症状を呈する人はほとんどいません。したがって化学物質過敏症で陽性になりやすい検査とか、あるいはこういう検査で陰性であれば違うという検査はありません。根本的な治療が今のところ見つかっていません。できるだけ化学物質に接しないということが必要になります。ただ私の経験ですが例えばホルムアルデヒドに過敏であっても





環境中のホルムアルデヒドがゼロにならなければいけないという人はいません。ある程度までは耐えられる方がほとんどです。ですからできる

だけ低くする工夫というのが必要になってきます。ホルムアルデヒドは何に含まれているか。例えば接着剤とか塗料とかそういった物に含まれていますので、家具など新品の家具を買ったとその部屋はいられなくなります。古くなれば減少していくものです。最近は接着剤・塗料にホルムアルデヒドを含まない塗料も多くあります。接着剤のホルムアルデヒドが少なくなると症状がなくなる。また接着剤を新たに使うとまた出てくるということがあります。結局ゼロにするのは無理だと思えます。無菌室とかいう密閉した空間で完全に清浄した空気を取り入れて出したり、入れたりする設備をつくらないと無理だと思って下さい。ただ先ほど言いましたようにある程度の濃度まで耐えられる人がいるので、どこまで耐えられるかどうかをみる必要はあると思えます。もう一つは完全な無症状を目標



指すのはまず無理だということです。いろいろな症状があつて日常生活、仕事とか差し支えがでてくると訴えられるのですが、どの辺まで耐えられるか、日常生活がなんとかできるというところを目指す方がより実際的なかと思えます。完全無症状になるまで何もできないと思うと何もできないで過ぎてしまう。ある程度トレードオフとか妥協点を見つける必要があるのではないかと思います。特に化学物質過敏症というのは匂いに敏感な方が多いですね。匂いがしてくると頭が痛くなる。手足がしびれるという方はいらっしゃるのですが、そういう症状が出やすい場所があります。例えばデパートの化粧品売り場とか、家具売り場、新装開店したスーパーとかありますのでそういうところは気を付けるという風にしてできるだけ生活を拡大するという試みをするのがいいのではないのでしょうか。

Q：福富先生のお話の中で小麦アレルギー発症に関わ

ることで、1950年頃小麦粉の品種改良と栽培方法変化の事を言われていましたが、小麦アレルギーが、明らかに因果関係があると分かっていたら正しい小麦に戻そうという話はないのでしょうか？

福富先生：残念ながら明らかな因果関係がわかっているわけではありません。基本的にはそうじゃないかという私の考えでしかないのです。ただ小麦アレルギーと関係しているというということに関しては正しく分かっていませんが、肥満とかそういうことに関してはわかっていると思います。だから戻そうという流れは基本的にないです。グローバルにあるかというとならないと思います。我々として例えば品質改良されていない古来種の小麦を購入することもできますので、そういうものを購入する人が増えれば今の小麦が減るのではないのでしょうか。グルテンフリーといって欧米の

人達は古来種を食べている人が多いようです。ニーズがあれば作る方も変わってくる可能性があります。ただ主流に関しては他の事例でもそうですがなかなか変わらないと思います。

Q：福富先生にお伺いします。砂糖があまり取らない方がいいということですが、代替りの物を教えていただきたい。

福富先生：代替りの甘いものというイメージで言っているのでしょうか？

Q：例えば料理に使うのなら人工甘味料とかがいいのかということですか。

福富先生：人工甘味料は少なくとも止めていただきたい。人工甘味料はいろいろありますが、先ほどでてきたアセスルファムカリウムとかアスパルテームといったとても甘い甘味料はとてよくつかわれています。そのタイプの甘味料は腸内細菌をおかしくするのではないかと有名なジャーナルに出ました。

食の嗜好をかえるのではないかといろいろ言われていまして、例えばアメリカでそういう甘味料使用量が増えてきてもぜんぜん肥満の人が減らないというのは有名な話で、むしろ増えているのではないかと。脳に甘い刺激をドンドンいれると、その時はカロリーを入れませんがもっと甘いものが欲しくなって甘いものをたくさん食べたりとかしてしまつて、結局肥満につながっているとされています。基本的に甘い刺

激を入れないというのが大事です。ですので、比較的自然な食材で甘みを出すということを選択したほうがよいです。砂糖や人工甘味料は精製しています。精製というのはある成分だけとってきて、もしくは化学的に合成しています。こういったものを入れるということ自体が潜在的に危険だということです。日本でし

たら、昔から使われてきている味醂とかを使うとか。江戸時代は砂糖を使えなかったのですから、江戸、明治とかの時代に感覚を戻していただければ別に砂糖を使わな

くても大丈夫になります。人工甘味料は危険でないものもあつたりするんですが、基本的にそういうものを使うのではなく、食材の自然な甘みを出す料理が身体にも良いと考えていただければいいと思います。

Q：福富先生に伺います。今の果糖、精製糖の質問ですが。家族でぜんそくが酷くハチミツ、マヌカハニーを毎日あげています。

福富先生：マヌカハニーですと高いものですか？

Q：そうです。ごく少量です。

福富先生：結局甘味を一切とってはいけないわけではなく、量が多いとダメなのです。一切糖を口にしていけないわけではありません。私は詳しく存じあげませんが、マヌカハニーは健康に良いと言われていと思います。含まれている酵素とか複合しているものがよいので、ちょっと摂っていただくのは構いません。



食べているものを甘くするためにハチミツを大量に使ったりするやり方は潜在的にハチミツだろうが砂糖だろうが、栄養学的に良くないと思いますけども、量を少なく摂るのに関しては別に構わないと思います。

Q：福富先生にお伺いします。娘が福富先生の外来を2年ぐらい前からお世話になっております。桃の口腔アレルギーで果物を全部たべていません。運動誘発の小麦ですけど摂っていません。先ほどの事例で運動しなくても小麦を取り続けると小麦粉のアレルギーになるという話ですが、もちろん食生活とか生活習慣とか環境とかは整えていけばいいのですが、その話を聞いていて不安になりました。

福富先生：食べ方ですね？ 完全な答えはできていませんけども小麦アレルギーの方に一時積極的に食べないようにしていただいた時期があったのですが、食べない様にしていて良くなるかというとあまりならなかった。食べるようにして皆悪くなるかというところでもない。難しいところでどっちかというところあまりたくさん食べないのがいい。患者さんのニーズに応じて最近では決めるようにしています。食べない方がいいという発症とかメカニズムを考えると食べて段々悪くなっているようです。一度発症して完成してしまった患者さんに対して食べない方がいいという根拠もデータもなく、ちょっと食べていたからといって変わらない人がほとんどですが、中には数字が上がってくる人もいますので、そういう方には食べるのを控えていただいています。小麦粉自体が身体に良いものではありません。1週間に1度くらいがいいと思います。(まとめ 荒川)

Takanashi 100% 100%  
 良い菌を増やし、悪い菌を減らす。  
 タカナシ ヨーグルト  
**おなかへGG!**  
[www.takanashi-milk.co.jp](http://www.takanashi-milk.co.jp)  
 LGG 乳酸菌  
 14Q 濃縮の力  
 おなかへGG!  
 タカナシ ドリンクヨーグルト  
 おなかへGG!  
 良い菌を増やし、悪い菌を減らす  
 LGG 濃縮  
 生乳、生乳、糖質中絶  
 乳酸菌の増殖力  
 発酵乳 100ml

LGG®はクリスチャンハンセン社の商標です。  
 本品は、生きたまま腸に届く乳酸菌ラクトバチルスGG株の働きにより、おなかの中の良い菌を増やし悪い菌を減らして腸内の環境を良好にするよう工夫したおなかの調子を整える食品です。(許可表示)

gsk  
 私たちの使命は  
**「生きる喜びを、もっと」**  
 Do more, feel better, live longer!  
**グラクソ・スミスクライン株式会社**



医師のつぶやき (9)



日傘ノススメ

横浜市西部病院呼吸器内科医長

粒來崇博 (つぶらい・たかひろ)

最近の夏は暑いです。私が子供のころは30度越えると暑いなあ、と思ったものですが、連日35度を超えることがざらです。冷房の普及や森林の減少でヒートアイランド現象が起きている、地球温暖化の影響などいろいろ考えられますが、暑いとしんどいです。真夏にオリンピックなんかやったら危ないのでは？ 感染症は冬が多いのですが、意外と夏バテをきっかけに風邪をひいたり肺炎を起こしたりして、喘息を悪くさせる方が多い印象があります。また、紫外線は皮膚にダメージが大きく、汗がこもることはアトピー性皮膚炎やじんましの悪化につながります。つらいですね。

一方で公園や森の中の木陰で風が通るところは気持ちいい。日陰を連れて歩けばいいな、と思います。そこで日傘です。紫外線の対策だけでなく日射病や夏バテの対策になります。日傘は、今のところ女性の日焼け予防として認知されていますが、男だって楽な方がいい。私は3年前から妻に借りた日傘を愛用しています。皮膚が弱くて日焼け止めを塗るとひりひりするし、時に発熱したりするのに悩んでいたからです。多少変な目で見られる気がしますが、大変楽です。超オススメ！ 2018年8月3日付の朝日新聞朝刊に、日傘男子の記事がありました。そのなかで、早稲田大(哲学)の森岡正博教授は、「(男が日傘をさしても)自分が思うほど注目されていませんよ」とおっしゃっていました。

歴史的に見れば、雨傘は男性の差すものではない時期がありました。常識は時代によって変わります。ルイ14



世の時代、17-18世紀の男らしい服装は、ハイヒール、タイツ、短いブルマのようなズボンでした。清の乾隆帝の絵をみると、お付きの人が日傘を掲げています。男性だけ無理をすることはない。「天は人の上に人を作らず人の下に人を作らず」です。太陽の日差しは男女平等に降り注ぎます。新しい時代に、古い偏見を捨てて、楽をしませんか？

「いっしょがいいね」シリーズは石井食品の京丹波工場の食物アレルギー配慮工場で作られた商品です。

**いっしょがいいね**

特定原材料7品目不使用  
(卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生不使用)

100%無添加調理だから

**石井食品株式会社**  
http://www.ishiifood.co.jp/  
お電話サービスセンター ☎0120-86-1914

東レ/アンテル II 使用  
**クリニックふとん**

東レアンテル C 使用  
**マイトフリーふとんカバー**

アトピー、アレルギー性疾患の方はもとより、ご家族の皆さまの健康のために。

製造発売元 **株式会社 カービック ジャパン**  
http://www.kirbic.co.jp/

お問い合わせ フリーダイヤル  
資料請求は ☎0120-22-6471

“健康”という名の“しあわせ”を守りたい

**鳥居薬品株式会社**  
〒103-8439 東京都中央区日本橋本町3-4-1  
http://www.torii.co.jp

## アレルギー質問箱

これまでの講演会、講習会で出てきた Q&A で会報未掲載のものを、随時掲載します。今回の回答者は国立病院機構相模原病院臨床研究センター長の谷口正実先生と、当会理事長の長谷川真紀先生です。

**問:** (74歳男性): ぜんそくになってから三十二、三年になります。3年ほど前に慢性気管支炎と言われ、朝起きたとき、また時には夜中にもドロツとした痰がたくさん出ます。また胸がムズムズする不快感があり、せき込んだりします。これまでは寒い時期だけだったのですが、今年は6月になってもまだ症状が続いています。煙や炒め物のにおいなどにも敏感で、すぐせき込みます。これは慢性気管支炎でしょうか。

**谷口先生:** ぜんそくだけではそういう症状は出ないので、ぜんそくプラス何らかの感染症だと思います。痰を調べ、肺のCT画像を撮ってもらうといいのですが、それをきちんと読める医師が少ないのが問題です。治療としては、気管支の抵抗力を高める弱い抗生物質を飲み続けるマクロライド療法がよく効きます。悪性の菌による感染症でない限り、たぶんそれでよくなると思います。

**問:** 2年ほど前にマンションの防音工事をしてから化学物質過敏症の症状が出てきました。果物やえぐい食べ物にも反応します。薬品や食品添加物を避ける生活を心がけていますが、もっといい方法はありませんか。



**谷口先生:** 化学物質過敏症は今のところ避けるしか治療法がありません。これは昔はなかった病気なので、昔の生活をイメージしていただけるといいです。合成洗剤ではなくせっけんを使い、加工食品はあまり食べず、よく歩く、といったことですね。反応が出にくい体にするには、原因物質を避けるだけではなく、強めの運動で筋肉をつけることです。ほかには、ご自分に合う発酵食品などで善玉菌を増やすことですね。あと化学物質過敏症の方は薬に過敏なので、用心して少なめに飲み始めて、ご自分にちょうどいい量を探してください。

**問:** 手のひら、足の裏に膿疱が繰り返しでき、掌蹠膿疱症(しょうせきのうほうしょう)と診断されました。

金属アレルギーを疑われて歯の詰め物をとってもらい、カーペットを代え、運動で筋肉をつけようとしたりと、いいと言われることは全部やってみました。どれが効いたのかわからないのですが、ここ2か月少し良くなりました。でも治りません。これからどうしたらいいんでしょうか。この病気は治らないのですか？

**長谷川先生:** そんなことはありません。治る方もいます。ただ特効薬はないので、悪くならないように薬でうまくコントロールし、時間経過を待つ、つまり自然治癒に期待することですね。



**問:** 私自身と娘についての質問です。私にはアトピー性皮膚炎、ぜんそく、アレルギー性鼻炎があります。アトピー性皮膚炎は大学病院

で治療中です。2、3か月に1回ぐらいぜんそくや鼻炎が起きたときは病院へ行き、2週間分くらい薬を出してもらい、それを使って落ち着きます。短期的にはそれでよいのですが、最近症状が起きるのが前よりも頻繁になってきました。長期的にはどうしたらいいか知りたいです。使っている薬は、吸入薬がレルベアとサルタノールです、飲み薬がモンテルカストです

**長谷川先生:** 症状が年に1、2回の方でしたら今の治療でいいと思います。ぜんそくは要するにアレルギー性の気管支炎なので、1か月、2か月に1回だとすれば、私でしたら少なくとも今の治療を3か月は続けてもらいますね。症状がなくてもです。それで落ち着けばOKですが、またすぐ起きようだと吸入ステロイドをずっと使うことになります。主治医の先生に希望を伝えてください。レルベアは吸入ステロイドと長時間作用性の気管支拡張薬の合剤、サルタノールは短時間作用性の気管支拡張薬で、炎症を抑える作用はありません。一番悪いのは症状が起きたときサルタノールだけを使って楽になり、治ったと思っていることです。

(まとめ・丸山)

## ★ご寄付

イオン相模原店 イエローシート様  
永富 千代子様  
ご寄付いただきました。

ありがとうございます、今後ともよろしく願ひ申し上げます。

### ★第9回総会終了しました。

令和元年5月25日(土) 13:00 ユニコムプラザ実習室にて第9回総会が開かれ下記の議案が採択されました。

- 1、平成30年度事業報告
- 2、平成30年度収支報告
- 3、平成31年度事業計画
- 4、平成31年度事業予算案
- 5、NPO 法案改定に依る定款変更  
～貸借対照表の公告の方法～

1号～5号の議案は全て承認され、5号の公告の方法は当患者会のHPにて報告と決定しました。会員様には会報にて収支活動報告と次年度事業計画をお知らせいたします。

### ★第68回日本アレルギー学会学術大会

令和元年6月14日～16日の3日間、東京国際フォーラム(有楽町)にて第68回日本アレルギー学会学術大会が開催されました。世界のアレルギー医療最新の情報を発表するため、学ぶために全国各地、海外からも医療関係者が集った大会でした。当会は「アレルギー疾患患者の声を届ける会」の一員として患者のブース展示に参加しました。

### ★第25回講習会「おしゃべり会」の報告

5月25日に長谷川真紀先生の「アレルギーとは」の講演を聞きました。その後にスタッフ紹介、参加者各自の紹介をおこない、その後ざっくばらんな話になりました。ぜんそくはいろいろなタイプの方がおります。個々に違うかもしれませんが、ぜんそくや症状で悩むのは、おなじです。そんな時誰かに話したいと思うことがあります。

以前、アレルギー疾患患者のサロンのような気軽に話ができる場所があればいいねという話がでたことがあります。

患者同士で話してなにがいいの？  
と言われると困りますが、人に話を



聞いてもらうことですね。自分の病気について話したり、人の話を聞いたりすると、自分の中のもやっとした病気に対する気持ちを整理することができます。病気に向かうというのは時に、構えて力が入るものです。

またおしゃべり会を開催します。皆さん、力を抜きにきませんか？ (報告: 荒川)

★7月5日「おしゃべり会」を開催しました。食物アレルギーの方向けに調理実習を年1回開催しておりますが、もっと気軽にお母さん同士の情報交換ができたという思いでおしゃべり会を企画しました。

日々の生活や自宅負荷、また園や学校などの情報を共有し、同じ悩みを持つ方々と



気軽におしゃべりを楽しみませんか？

(報告: 荒川)

### 各担当者からのお願い

#### ☆編集担当からのお願い

会報を読後の感想やご自身の投稿や、  
記事起しなどのボランティア募集

#### ☆運営委員会からのお願い

事業・活動へのご希望等  
講習・講演を聴講したい先生の候補等

#### ☆事務局からのお願い

事業・活動応援の随時ご寄付をお願いします。  
事務局スタッフとして各イベントの当日、  
お手伝いボランティア等募集!

#### ☆連絡先

〒252-0303 相模原市南区相模大野3-3-2

Bono 相模大野サウスモール3階

ユニコムプラザさがみはら シェアードオフィス2

NPO 法人 相模原アレルギーの会

Tel 042-745-8801 Fax:042-745-8821

メール allergy-kai@sagamihara-allergy.org

HP <https://sagamihara-allergy.org>