

「食べられた」涙のケーキ

みんな
すくすく!

2

卵焼き、オムライス、ケーキ、ピザ。アルバムを開くと、子どもの大好きなメニューの写りがぎっしり張ってある。大阪府羽曳野市の府立呼吸器・アレルギー医療センターが開く「食物アレルギー教室」の15年間の成果だ。

卵焼き、オムライス、ケーキ、ピザ。アルバムを開くと、子どもの大好きなメニューの写りがぎっしり張ってある。大阪府羽曳野市の府立呼吸器・アレルギー医療センターが開く「食物アレルギー教室」の15年間の成果だ。

この教室は医療センターで診療を受けている子の親が対象で、1回2時間半、年4

小児科医の亀田誠さんは「医師は、これを食べるなどという指示はできませんが、こう作ればいい」という助言は難しい。アレルギーに精通した管理栄養士の力が必要です」と話す。

大阪府富田林市に住む岡本聡子さん(32)は、3年前のクリスマスに、当時3歳だった娘の美ちゃんを抱きしめて泣いた。教室で習ったサツマイモケーキ(アレルギー参照)を作り、美ちゃんが生まれてから初めて、家族で同じ物を食べられたからだ。

しかし、こんな教室を開く病院は、全国でも数えるほどしかない。それどころか、十分な食事指導もできないところが多い。手間と時間がかかると、医療保険の適用外で、病院の収入にならないからだ。

親子を救う調理教室

食物アレルギー

かかわることもある。単なる好き嫌いとは、全く違う。卵や牛乳、大豆、小麦が原因となることが多い。

た。東大阪市の主婦、木村三子さん(44)は振り返る。アルバムの写真は、この医療センターの管理栄養士、医師、看護師が工夫を凝らした「偽物」だ。オムライスの薄

回。30分ほどアレルギーや栄養について講義を聴いた後、調理実習をする。調理場が限られているため、定員は10人。大勢が参加できるように、「2年で卒業」の決まりがある。

「おいしく、おいしく」とおかわりする。1回の参加費は、5000~千円の実費のみ。教室の中心となっている医師の柴田留美子さんは「ボランティアです」と笑う。

「おいしく、おいしく」とおかわりする。1回の参加費は、5000~千円の実費のみ。教室の中心となっている医師の柴田留美子さんは「ボランティアです」と笑う。

アレルギーっ子もうれしいケーキレシピ

サツマイモケーキ (直径18センチ型1個分)

材料 皮をむいたサツマイモ550g(大3個ぐらい)、上新粉80g、砂糖60g、塩小さじ4分の1

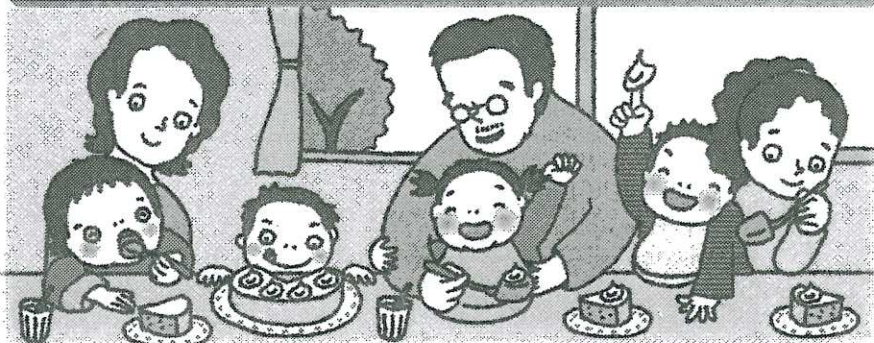
- 作り方**
- ① 皮をむいたサツマイモを、厚さ1、2センチの輪切りにし、水につけてアクを抜く
 - ② ①を蒸気のたった蒸し器に入れて強火で15~20分蒸す。蒸し上がったら裏ごしし、大きめの両手鍋に入れ、人肌程度に冷ます
 - ③ ②に上新粉、砂糖、塩を入れ、鍋を振って空気を含ませながら混ぜる。イモの粒がつぶれてしまうので、シャモジなどは使わないこと
 - ④ ケーキ型に③をふんわり入れる
 - ⑤ 蒸気のたった蒸し器に入れ、強火で12分蒸す。蒸し上がったら熱いうちに型から抜いて冷まし、以下のホワイトクリームを塗り、好みのフルーツなどで飾る

ホワイトクリーム

材料 アレルギー用マーガリン200g、ココナツミルク120~150g、砂糖120g

- 作り方**
- ① マーガリンをボウルに入れ、泡だて器でよく練る
 - ② ①に砂糖を少しずつ加え、よく泡だてる
 - ③ ココナツミルクも数回に分けて加えながら混ぜ、クリーム状にする

(大阪府立呼吸器アレルギー医療センターの栄養管理グループによる)



グラフィック 西森万希子 / The Asahi Shimbun

◆もっと知りたい方へ

○日本アレルギー協会のホームページ (<http://www.jaanet.org/>) からは、分かりやすい小冊子「食物アレルギーを知っておいしく食べよう」が無料でダウンロードできる。

○東京都のホームページ (<http://www.metro.tokyo.jp/>) の健康・医療の項目に載っている「食物アレルギーと上手につきあう『12のかぎ』」は、牛乳や卵と同等の栄養価がある食品などを具体的に示している。

○「アレルギー疾患ガイドブック2004」(東京都編集、1340円)は、食物アレルギーと合併しやすいアトピー性皮膚炎やぜんそくなども含めたアレルギー疾患全般について学べる。入手法など問い合わせは都民情報ルーム(03・5388・2276)へ。

国立病院機構福岡病院(福岡市南区)は、講義と試食会を月1回開いている。講義の間は臨時保育室を設けるので、親子で参加できる。父親も多い。3月の献立は、野菜の馬肉巻き、ハヤシライス、ニユーサマーオレンジのゼリーなどだった。子どもたちは

日本小児アレルギー学会は4月中旬に、食物アレルギーの子への食事指導の保険適用を厚生労働省に求める。福岡病院長で、同学会の理事長を務める西岡三馨さんは「適切な食事指導の有無で、子どもの状態はもちろん、親の負担が大きく変わります。医療側の手助けで、親のみならず、少しでも楽になれば」と話す。(中村通子)