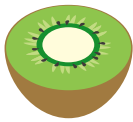
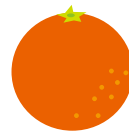
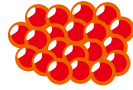
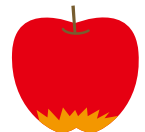
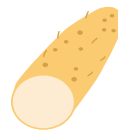
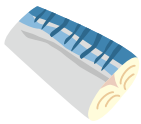




食物アレルギー ゆいまーるブック



観光事業者向け
食物アレルギー対応
ガイドブック



沖縄県 文化観光スポーツ部観光振興課



フロローグ ～知って欲しい。アレルギーについて～

現在、日本国内では発症部位に限らず「何かしらのアレルギー症状」を持っている人は二人に一人、とされています。

中でも重度になると、命の危険と隣り合わせで日々の生活を送らなければいけない「食物アレルギー」は年々増加傾向にあります。平成25年の学校保健会調査では小・中・高校生の約5%が何かしらの食物アレルギーを持っているという統計が出ています。近年来県が増えつつある海外からの観光客（インバウンド）についても、アジア圏ではほぼ同じ統計データが出ています。

このガイドブックは、観光立県沖縄の「安心・安全な食と観光の提供」の向上には必ず対応が必要となる「食物アレルギー」の受け入れについて、各事業者が安心しておもてなしが出来るよう、基礎的なものをまとめました。

ガイドブックを積極的に活用していただき、「安心安全でおいしい沖縄観光」の提供につなげ、「ゆいまーる」の輪を広げていきましょう。

もくじ

食物アレルギーの基礎①	1
食物アレルギーの基礎②	2
食物アレルギー緊急時対応	3
県内緊急医療機関	5
接客における注意点①（予約・フロント 聞き取り編）	6
接客における注意点②（料飲現場編）	7
沖縄県推奨様式 食物アレルギー事前調査票	8
ピクトグラム ～アレルゲン27品目～	9
沖縄の郷土料理で注意すべきもの	10
事例紹介	11
用語集	13
ヒヤリハット・発症事例紹介 ホテル編	14
ヒヤリハット・発症事例紹介 レストラン編	15
ヒヤリハット・発症事例紹介 民泊編	16

発刊に当たって

国民生活における観光などのレジャー活動は多様化しており、バリアフリーやユニバーサルサービスが広く周知され、すべての人が安心して旅行を楽しむことができる「観光のバリアフリー化」及び「ユニバーサルデザイン化」が求められています。

沖縄県では、平成19年2月に、日本で初めて「観光バリアフリー宣言」を行い、誰もが安心して楽しめるやさしい観光地を目指して、観光のバリアフリー化に取り組んでいます。

また、観光のバリアフリー化の一環として、食物アレルギー対応の推進にも取り組んでいるところでありますが、近年、アレルゲンのピーナッツを原料としたジーマーミ豆腐を食した観光客が病院に救急搬送されるケースが発生しており、食物アレルギーをお持ちの観光客が安心して、沖縄を訪れることができるような受入体制の整備が急務となっております。

特に郷土食豊かであるがゆえに発生してしまう、先に述べたジーマーミ豆腐のようなケースに関しては、その原料についての注意喚起が非常に重要となっております。

本書では食物アレルギーの基礎から緊急時の対応、救急医療機関や各事業者の部署毎の対応等をまとめているとともに、厚生労働省より包装加工品に義務付けられている「特定原材料7品目」「表示推奨20品目」のピクトグラムを掲載しております。

今後、宿泊施設や飲食店等の観光事業者の皆様、

食物アレルギーゆいまーるブック ～観光事業者向け食物アレルギー対応ガイドブック～

が効果的に活用されることにより、沖縄を訪れる誰もが安心して楽しめるやさしい観光地に寄与するものとなることを願っております。

沖縄県文化観光スポーツ部観光振興課



食物アレルギーの基礎①②

食物アレルギーとは

本来は体を守るはずの免疫反応が、無害なはずの「食物」に対し過敏に働いてしまうことです。

一度からだの中に抗体が出来てしまうと、また同じ食物が体に入ってきたときに「異物」と認識されてしまい、異物を排除しようと、じんましんや咳、鼻水などアレルギー反応が起きます。特に、呼吸器や循環器の症状は命に関わる症状として注意が必要です。

食物アレルギーでは 食後2時間以内に症状がでる「即時型」と呼ばれるタイプが重要です

● 皮ふの症状

かゆみ、じん麻疹、赤み(紅斑)

● 目の症状

結膜の充血、かゆみ、まぶたの腫れ

● 口・のどの症状

口・のどの中の違和感、イガイガ感、唇・舌の腫れ

● 鼻の症状

くしゃみ、鼻汁、鼻づまり

● 消化器の症状

腹痛、吐き気、おう吐、下痢

● 呼吸器の症状

声がかすれる、息が苦しい、咳、犬が吠えるような咳、

のどが締め付けられる感じ、低酸素血症、ゼーゼーヒューヒューする(ぜん鳴)

● 循環器の症状

脈が速い(頻脈)、脈が触れにくい・脈が不規則、手足が冷たい、血圧低下、唇や爪が青白い(チアノーゼ)、

● 神経の症状

元気がない、ぐったり、意識もうろう、不機嫌、尿や便を漏らす(失禁)



ひとつの臓器にとどまらず、複数の臓器に重い症状が現れる場合を**アナフィラキシー**と呼びます。



アナフィラキシーに血圧低下や意識障害などのショック状態を伴う場合を**アナフィラキシーショック**と呼びます。生命を脅かす可能性がある、非常に危険な状態です。

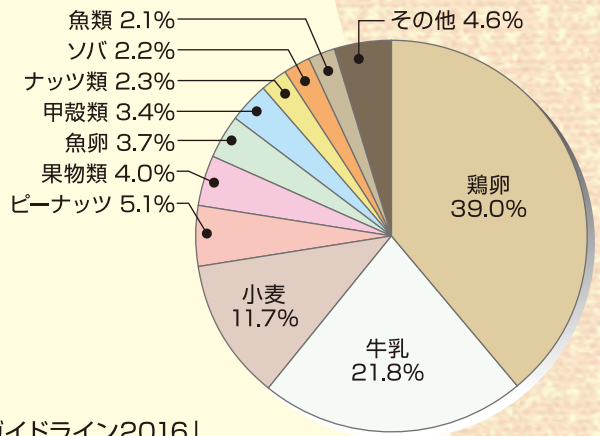
全世代における原因食物の内訳

患者の割合が多い「鶏卵・牛乳・小麦」は多くの食品・加工品に使用されています。

また、ピーナッツ・そば(日本そば)は重篤なアレルギー症状が出やすいアレルゲンです。

隠し味などで「ピーナッツバター」が使用されることもあるので、原材料表示をしっかりと確認できるようにしましょう。

出典:日本小児アレルギー学会「食物アレルギー診療ガイドライン2016」

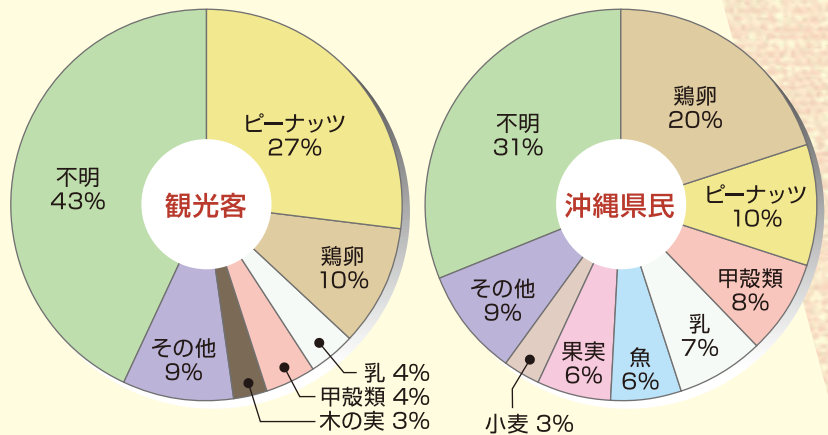


緊急医療機関受診原因アレルゲングラフ 〈結果:原因食物〉

2010年4月～2015年9月に、那覇市立病院急病センターに即時型アレルギーで受診した患者の統計データです。県民と観光客を比較すると圧倒的に「ピーナッツ」が多いのが分かります。

特にジーマーミ豆腐は県民食だけに、相互の注意が必要になってきます。

資料提供:那覇市立病院小児科 新垣洋平



食品以外で気をつけるアレルギー

食物アレルギーがあると、例えば喘息やアレルギー性鼻炎もある、というようにその他のアレルギー症状が出る場合が非常に多いです。

- **喘息**・・・ハウスダスト(ほこり、ダニの死がいやふん)により症状が出やすい。
- **アトピー性皮膚炎**・・・紫外線や汗、ハウスダストなどにより悪化しやすい。
- **鼻炎**・・・ハウスダストにより症状が悪化しやすい。
- **アレルギー性結膜炎**・・・疲労やほこり、ハウスダストなどにより症状が出やすい。

※沖縄には花粉症はほとんどない。

対処法

防ダニシーツの活用や掃除機でカーペットや布団を念入りに掃除し、空気清浄機の設置や、ご自身でハウスダスト除去ができるように、粘着テープなどの設置が有効です。

食物アレルギー緊急時対応

“いのちのお守り”エピペンとは

エピペンとは、アナフィラキシー症状が起こったときに使用し、医師の治療を受けるまでの間、症状の進行を一時的に緩和し、命に関わる症状を防ぐための補助治療剤(アドレナリン自己注射薬)です。

あくまでも補助治療剤なので、アナフィラキシーを根本的に治療するものではありません。エピペン注射後は直ちに医師による診療を受ける必要があります。

エピペンを打つ、救急車の要請はセットで覚えておきましょう。



一般向けエピペンの適応

エピペンが処方されている患者でアナフィラキシーショックを疑う場合、下記の症状が一つでもあれば使用すべきである。

消化器の症状	・繰り返し吐き続ける	・持続する強い(がまんできない)おなかの痛み	
呼吸器の症状	・のどや胸が締め付けられる	・声がかすれる	・犬が吠えるような咳
	・持続する強い咳込み	・ゼーゼーする呼吸	・息がしにくい
全身の症状	・唇や爪が青白い	・脈を触れにくい・不規則	
	・意識がもうろうとしている	・ぐったりしている	・尿や便を漏らす

出典：日本小児アレルギー学会「一般向けエピペン使用の適応」

アナフィラキシーが起こったときの対処法



エピペン使用方法

アナフィラキシーの兆候や症状が出たときに、太ももの前外側に速やかに注射してください。

① 準備

携帯用ケースのカバーキャップを指で押し開け、エピペンを取り出します。

オレンジ色のニードルカバーを下に向けて、エピペンのまん中を片手でしっかりと握り、もう片方の手で青色の安全キャップを外し、ロックを解除します。



② 注射

エピペンを太ももの前外側に垂直になるようにし、オレンジ色のニードルカバーの先端を「カチッ」と音がするまで強く押し続けます。

太ももに押し付けたまま数秒間待ちます。

エピペンを太ももから抜き取ります。



- 青色の安全キャップをかぶせた状態では、バネが固定されており、注射針が不用意に飛び出さなくなっています。使用時まで青色の安全キャップは取り外さないでください。
- 安全キャップを外した後は、誤注射を防ぐため取り扱いに十分注意してください。
- 絶対に指または手などをオレンジ色のニードルカバーの先端に当てないように注意してください。
- 使用する前に注射器の窓から見える薬液が変色していないか、また沈殿物がないかを必ず確認してください。

- エピペンの上下先端のどちらにも親指をかけないように握ってください。
- 太ももの前外側以外には注射しないでください。
- 太ももにエピペンを振りおろして接種しないでください。
- 衣服の上からでも注射できます。
- 注射時に投与部位が動くと注射部位を損傷したり、針が曲がって抜けなくなったりするおそれがあるので、投与部位をしっかりと押さえるなど注意すること。

③ 確認

注射後、オレンジ色のニードルカバーが伸びているかどうかを確認します。

ニードルカバーが伸びていれば注射は完了です(針はニードルカバー内にあります)。

打った部位を軽くもみます。



- オレンジ色のニードルカバーが伸びていない場合は、注射は完了していませんので、再度、ステップ1～3を繰り返して注射してください。
- **エピペンの注射後は、直ちに医師による診療を受けてください。**

④ 片付け

使用済みのエピペンは、オレンジ色のニードルカバー側から携帯用ケースに戻します。

※注射後は、オレンジ色のニードルカバーが伸びているため、携帯用ケースのふたは閉まりません。無理に押し込まないようにしてください。



- 注射後、薬液の大部分(約1.7mL)が注射器内に残っていますが、再度注射することはできません。
- エピペン注射液を使用した旨を医師に報告し、使用済みのエピペン注射器と青色の安全キャップを医療機関等に渡してください。

より多くの方が、安心して 沖縄を楽しんでいただくために

食物アレルギー、と一口に言ってもその程度は千差万別です。実際に観光で沖縄に来て救急外来を受診されるのは、わずかな混入で症状が出たというより、「ジーマーミ豆腐をピーナッツとは知らずに食べて症状が出た」など、実際は原材料として入っているにも関わらずそのことが周知徹底されていないために症状が出てしまった人の方が多いのです。

どんなにしっかり対応しているつもりでも、食後に症状が出てしまうことがあります。軽い皮膚症状のみで元気があれば、本人や保護者の判断に任せても良いでしょう。

しかし、食後急に息苦しくなったりぐったりした場合は、至急病院に向かってもらう必要があります。

食物アレルギーは、基本的な知識と症状が出たときの対応を学べば、決して怖いだけのものではありません。沖縄観光に関わる皆様が少しでも食物アレルギー対応を進めてくださることで、より多くの方が沖縄を安心して楽しめるようになります。よろしくご依頼致します。



沖縄協同病院小児科
尾辻 健太 医師

救急医療機関

- 沖縄県立 **北部病院**
沖縄県名護市大中2-12-3 TEL.0980-52-2719
- 沖縄県立 **中部病院**
沖縄県うるま市宮里281 TEL.098-973-4111
- 地方独立行政法人 **那覇市立病院**
沖縄県那覇市古島2-31-1 TEL.098-884-5111
- 沖縄医療生活協同組合 **沖縄協同病院**
沖縄県那覇市古波蔵4-10-55 TEL.098-853-1200
- 沖縄県立 **南部医療センター・こども医療センター**
沖縄県島尻郡南風原町字新川118-1 TEL.098-888-0123
- 公益社団法人 地域医療振興協会 **公立久米島病院**
沖縄県島尻郡久米島町字嘉手苅572番地3 TEL.098-985-5555
- 沖縄県立 **宮古病院**
沖縄県宮古島市平良字下里427-1 TEL.0980-72-3151
- 沖縄県立 **八重山病院**
沖縄県石垣市字大川732番地 TEL.0980-83-2525

接客における注意点①

予約・フロント 聞き取り編

施設を利用する方からの問い合わせなど、一番最初にお客様から相談を受けるのがレストラン予約やフロントなど直接お客様とやりとりするスタッフです。

そこで、相談を受けたときにどんな対応をすれば良いのか、接客における注意点をあげました。

①「何が食べられないのか(アレルギーは何か)」をもれなく聞く

何がダメなのかを全て聞くことで、「ここまでは対応できるけれどこれ以上の対応は無理」という判断がつけやすくなります。無理な対応は事故の元になりかねません。情報共有のためのヒアリングシートなどが有効です。

②「使ってよいものは何か」を聞く

小麦や大豆のアレルギーがあるが、調味料(醤油やみそ、みりんなど)は使える場合、味付けのバリエーションは普段とあまり変わりません。使えるものがわかれば、調理の幅も広がります。

③調理環境を把握しておく、またそれを正しくお伝え出来るようにする

アレルギー専用調理器具がある施設は少ないと思います。そこで、アレルギーのお客様には「こんな洗剤でこんな風に調理器具を洗浄し、調理する」「厨房はこういう状態(例えば小麦を使用している等)である」という情報を正しくお伝え出来るようにしましょう。

④食材の内容の把握

原材料について聞かれることもあるかと思います。その際は使用した食品を直接お客様に見て判断していただくことも必要です。

例)調味料のラベル、肉加工品などのラベル。もしくはラベルではなく商品そのものなど。

食品表示項目詳細

アレルギーに関する情報は
この「原材料名」と枠外を確認

品 名	スナック菓子
原材料名	じゃがいも(遺伝子組換えでない)、植物油、食塩、デキストリン、食塩、たまり(加水分解物(小麦を含む))、酵母エキスパウダー、粉末しょうゆ、魚介エキスパウダー(カニ・エビを含む)、香料、調味料(アミノ酸等)、卵殻カルシウム
内 容 量	81g 賞味期限 この面の右部に記載
保存方法	直射日光および高温多湿の場所を避けて保存
販 売 者	〇〇製菓株式会社 39 〇〇県〇〇市〇〇町11-000-22

※「39」は製造所固有記号

主要栄養成分 1袋(81g)当たり (当社分析値)			
エネルギー	483 kcal	炭水化物	37.6 g
たんぱく質	3.8 g	ナトリウム	330 mg
脂質	35.3 g	食塩相当量	0.8 g

※□□□□□□

— 食品衛生法に基づく表示事項
— JAS法に基づく表示事項
— 食品衛生法・JAS法の両方に基づく表示事項
— 健康増進法に基づく表示事項

平成27年4月より「食品表示法」が施行、
アレルギーに対する原材料表示がより詳細になりました。



接客における注意点②

料飲現場編

お客様から聞き取った情報をもとに実際調理するのは厨房にいるスタッフです。

食べられないもの(アレルギー)を使わずにどう調理して、どう保管して、安全にお客様に食事を楽しんでいただけるのか。いくつかのポイントが大事です。

①使用する食材の原材料をしっかり把握する

特に加工品には「アレルギー」となるものが多く使われています。原材料表示をしっかり確認して調理する事が大事です。

②アレルギー用に調理したものは保管をしっかりと!!

厨房内での混入(コンタミネーション)を防ぐためにしっかりとラップなどで密閉して誰が見ても「アレルギー用」と分かるように保管しましょう。

③アレルギー用として準備している調理器具などは、他の調理に使用しないよう分けて保管する



④配膳の際に間違わないように気をつける

ただ注意するだけでは「うっかり」が発生してしまいます。

トレーを色違いにする、またはトレーに「●●(アレルギー)抜き〇〇様」と書いたプレートを置くなど、はっきりと表示しましょう。

⑤buffetなどの表示はピクトグラムが有効!

アレルギーの有無を厨房にしっかり確認しながら、表示ミスをしないように注意しましょう。

ピクトグラム表示を見て、「食べられる、食べられない」を判断する軽度のアレルギーの方は多いです。9ページのピクトグラムをご活用ください。



アレルギーピクトグラムジーマミ豆腐表示例:
写真提供/おきなわワールド「健食バイキングちゅら島」

アレルギー用調理器具等保管例:
写真提供/おきなわワールド「健食バイキングちゅら島」

沖縄県推奨様式 食物アレルギー事前調査票

沖縄県では、修学旅行等で沖縄を訪れる食物アレルギーのある子どもたちの安心・安全な受入を推進するため、保護者、学校、旅行会社、宿泊施設、食事提供施設が情報を共有するツールとして「食物アレルギー事前調査表」を作成していますので、是非ご活用ください。

食物アレルギー事前調査票（保護者記入）〈沖縄県版〉

※本調査票は過去医師によりアレルギーと診断された方のみご記入下さい。
 (アレルギーと診断されていない方のご記入は不要です。)

(フリガナ) 児童・生徒氏名		性別	男性・女性
保護者氏名			
学校名(団体名)		学年・組	年 組
連絡先(電話番号)	- -		
旅行期間	年 月 日 ~ 年 月 日		

(※旅行実施1ヶ月前迄の提出をお願いします。)

①現在、医師に「食物アレルギー」と診断され、通院していますか？

定期的に通院している ・ 1年以上、通院していない

②医師により除去が必要とされている食材について、除去該当欄の除去の要否に「○」をつけてください。※食材の加熱・非加熱等調理法にかかわらずアレルギーを起こす食材についてお答えください。

アレルギー物質		除去該当欄 (出汁・エキス類含む)
1	卵	除去が必要 ・ 除去は不要
2	牛乳	除去が必要 ・ 除去は不要
3	小麦(沖縄そば等)	除去が必要 ・ 除去は不要
	しょうゆ	除去が必要 ・ 除去は不要
4	そば(日本そば)	除去が必要 ・ 除去は不要
5	落花生(ピーナッツ)	除去が必要 ・ 除去は不要
6	えび	除去が必要 ・ 除去は不要
7	かに	除去が必要 ・ 除去は不要

上記以外に、医師により除去が必要と診断されている食品がある場合は、具体的な品目を下記にご記入ください。食材として用いないで調理を行います。加工食品については、表示義務がない食材であることから確認できないことがありますので、詳細は個別にご相談させていただきます。

③食物アレルギーの症状が出た場合の治療薬をお持ちですか。

はい(飲み薬/注射) ・ いいえ

「はい」とお答えになった場合、薬剤使用のタイミング、病院受診のタイミングについて主治医の指示を受けておいてください。

本調査票は、食物アレルギーのあるお子様の校外活動において、宿泊施設、食事提供施設における食の安全を確保するための資料とすることを目的とし、宿泊施設、食事提供施設、学校及び旅行会社において共有するものです。その他の目的に使用することは一切ありません。

また本調査は、個人情報の取扱いに留意の上、各機関・施設において責任を持ちまして保管・処分いたします。

以上の個人情報の取扱いに同意の上、御署名いただき事前調査票を提出願います。

年 月 日

作成：沖縄県修学旅行推進協議会 宿泊機能分科会

【本フォーマットへの問い合わせ】
 一般財団法人沖縄観光コンベンションビューロー
 誘客事業部 国内プロモーション課 教育旅行チーム
 098-859-6125 (TEL)



ピクトグラム ～アレルゲン27品目～

表示の義務があるもの特定原材料7品目



卵
Egg



牛乳
Milk



小麦
Wheat



落花生
Peanut



そば
Buckwheat



えび
Shrimp



かに
Crab

ピクトグラム…

食物に限らず、情報や注意を示すための視覚記号(サイン)。言語ではないので、海外の観光客にも分かりやすい。

宗教戒律上「食べてはいけないもの」のある方々や、ベジタリアン、食物アレルギー等によって、「食べられないもの」のある方々に向けて、料理に使用する食材を示すものなどに利用。

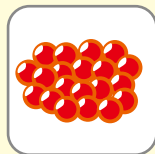
表示が推奨されているもの特定原材料に準ずるもの20品目



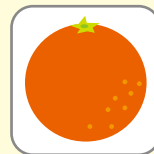
あわび
Abalone



いか
Squid



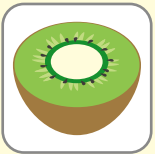
いくら
Salmon roe



オレンジ
Orange



カシューナッツ
Cashew nuts



キウイフルーツ
Kiwi fruit



牛肉
Beef



くるみ
Walnut



ごま
Sesame



さけ
Salmon



さば
Mackerel



大豆
Soybean



鶏肉
Chicken



バナナ
Banana



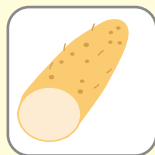
豚肉
Pork



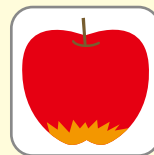
まつたけ
Matsutake mushroom



もも
Peach



やまいも
Yam



りんご
Apple



ゼラチン
Gelatin

沖縄の郷土料理で注意すべきもの

※写真はイメージです

①ジーマーミ豆腐

アレルギー:ピーナッツ

定食などに小鉢で出てくると、豆腐と間違いやすいです。



他の呼称:ジーマミ、ジーマーミー
ジイマミィ、ズマミ



ジーマーミ豆腐

②ナーベラー炒めやミミガー、イナムドゥチ

アレルギー:ピーナッツ、ピーナッツバター

隠し味として使用されることがあります。



イナムドゥチの他の呼称:イナムルチ



ミミガー和え

③中身汁

アレルギー:小麦

豚の内臓である中身を、臭み消しのために小麦で洗うことがあります。原材料表示をしていないことが多いので、精肉業者へ確認するといいでしょう。



中身汁

④ヤギミルク

アレルギー:乳

牛乳のたんぱく質とよく似たたんぱく質を持つため、乳アレルギーがあると同じ症状が出る可能性が非常に高いです。代替に使用しないようにしましょう。



ヤギミルク

旅行会社：沖縄ツアーリスト株式会社

大きな感動を呼ぶ、食物アレルギー対応旅行

食物アレルギーをもつ子どもや家族は命に関わるアレルギー症状を起こす可能性があり、外食だけではなく様々な制限があります。家族での旅行でも、常に食事のことが心配で本来の旅行を思う存分楽しめないのが現状です。

そんな不安だらけの旅行を楽しいものに変えようと、沖縄ツアーリストではアレルギー対応組み込みツアー「安心フリープラン」で県内のアレルギー対応可能なホテル・レストランを紹介しています。

アレルギー対応は旅行に限ったことではなく、県内需要の掘り起しにもつながります。結婚式や祝い事など多くの人が集う機会の多い沖縄では、視点を変えれば隠れた需要があります。例えば、食事会や県内のバスツアーなどでアレルギー対応の発想とノウハウを活かすことができます。

「手間がかかる」「リスクが高い」というデメリットではなく、視点を変えて、目の前の困っている人を助けて喜ばれる感動産業として捉えれば、ビジネスチャンスは広がっていきます。



宿泊施設：ユインチホテル南城

家族皆でおいしく食べる、アレルギー対応のメニュー

ユインチホテル南城では、厨房、調理器具などに細心の注意をはらっておいしい料理を作っています。一般厨房を使用する際はエリアを分け、しっかりとラインを区別。

アレルギー対応専用の調理機器を使用し、調理時間帯も一般と分け、卵や小麦、乳製品など除去する10品目の代替素材を使って専任のシェフがメニューを考え、腕をふるっています。

また、食事では誤配を防ぐために各テーブルに名前が記され、メニュー表も置いてあります。メニュー表には各料理の材料の詳細のほか、料理に使っている調味料や加工食品などの原材料が細かく記載されており、万全を期しています。



ガイドブック：株式会社 近代美術

アレルギーっ子 ファミリーおでかけブック

食物アレルギーを持つ子どもとその家族に、沖縄旅行を安心して楽しんでもらえるようにと、一般社団法人アレルギー対応沖縄サポートデスクの監修のもとに制作された本です。

「これまで旅行をあきらめていた県外の食物アレルギーを持つ子どもとその家族にも、沖縄旅行を楽しんでいただくきっかけになれば」という願いが込められています。

42の飲食店やホテルごとに、10項目の食物アレルギー対応についてチェックリストを掲載しています。飲食店やホテルが現在どこまで対応できるかということ、旅行に出発する前に知ることができます。

また最後のページには、もしもの時でもすぐに対応できるよう病院名と連絡先が記載されています。



アレルギー対応沖縄サポートデスク：アレルギー大学

食物アレルギーを体系的に学べる講座

現在、アレルギー対応はどんな場面でも「当たり前」のように求められてきています。安全かつ迅速な対応を目指すには正しい知識の習得が必要です。

アレルギー大学は全国8地域で開催されている「アレルギーを体系的に学ぶ」連続講座となっており、沖縄では基礎・初級を開講しています。

医学のみならず食品(に含まれるたんぱく質)の仕組みや、加工食品の表示の見方、食育など8講座と離乳食実習、調理実習でアレルギーについて各分野の県内専門家が講師を務めています。

受講生は様々な職種の方がいるので、現場によってどういう対応をしているのか、意見交換もでき、交流の場としても活用していただいています。



●アレルギー

アレルギー症状(じんましんや腹痛、咳など全身への諸症状)を引き起こす原因となる物質。主にたんぱく質。食べ物だけとは限らない(ダニや花粉など)。

●コンタミネーション(混入)

食品製造や調理上で意図せずアレルギーが混入すること。

●誤配・誤食

人的ミス(確認不足)などで間違っ配膳してしまうこと、また間違っ口にに入れてしまうこと。

●アナフィラキシー

短時間に複数の体の部位(例えば全身蕁麻疹と咳き込みなど)に症状が現れること。

●アナフィラキシーショック

アナフィラキシーに血圧低下や意識障害などショック状態を伴うこと。命に関わる危険な状態。

●交差抗原性

ニワトリとうずらの卵のようにそのものは違うが、似たたんぱく質を持つために免疫が反応してアレルギーを摂取したときのような症状が出てしまうことがある。沖縄で特に注意するものとして「牛乳」と「ヤギ乳」。95%の発症危険率なので代替に使用できない。

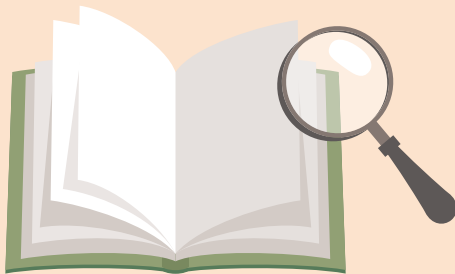
花粉症を持っている人が、果物でも症状が出る事がある。

●食物依存性運動誘発アナフィラキシー

学童期以降に発症するアレルギーの特殊型。原因食品(アレルギー)を食べただけでは症状は出ないが、それに「運動」が組み合わさることでアナフィラキシーを起こしてしまう症状。運動の程度は個人差があり、「食べる」だけ「運動」だけ、では症状が出ないので気づきにくく、注意が必要。

●経口免疫療法

アレルギーとなる食品を専門医の指導のもと、計画的に摂取しながら増量・耐性獲得へ向けた新しい治療法。近年では日本全国、この治療法を行う病院も増えてきたので、旅行中も維持のためにアレルギーを摂取することも稀にある。しかし、旅行中は体も疲れて症状が出やすい環境なので、注意が必要。



ヒヤリハット・発症事例紹介

食物アレルギー対応に関しては、提供側・利用側双方で注意をしても「ついうっかり」でヒヤリハット体験や発症に繋がる可能性があります。以下に示す事例を参考に、適切な対応を図ることが大切です。

ホテル編①

アレルギー	牛乳
原因	加工肉
症状	蕁麻疹
経過	子供用に提供してもらった除去食には問題がなかったが、大人用の料理に「那須牛」があり、大丈夫だと思って食べさせたらこれが「加工肉」であり、乳製品にアレルギーのある息子はじんま疹が出てしまいました。宿のコックさんに確認したら「加工肉」だと言われました。
解説	加工肉には乳成分が含まれている事があります。この加工肉は2013年に起きた表示偽装問題の際に注目を集めました。牛脂注入肉は、牛脂のみではなく、乳成分、小麦、大豆成分が使われていることもあります。牛脂注入肉を「霜降りビーフステーキ」「さし入りビーフステーキ」と表示することは優良誤認に該当し景品表示法の問題となります。消費者庁は牛脂注入肉を使用している場合には、そのことを明瞭に記載するよう求めています。
対策	牛肉には、加工が施してある場合があります。加工肉、成型肉、牛脂注入肉、インジェクション加工肉が使用されている場合、アレルギー表示を確認する必要があります。

※藤田医科大学医学部小児科免疫アレルギーリウマチ研究会作成 「食物アレルギーひやりはっと事例集2015」より転載

ホテル編②

アレルギー	鶏卵、牛乳
原因	合鴨ロースのソテー
症状	顔面の腫れと粘膜の浮腫
経過	お父さんが注文した合鴨ロースのソテーを子供が欲しがったので、鴨肉だから大丈夫と思って一切れだけあげました。するとなめただけですぐに泣き出し、数分で顔が大きく腫上がり、白目のところが「どろっ」として「ぶよぶよ」になってしまいました。すぐに手持ちの抗ヒスタミン薬を飲ませて病院も受診し、事なきを得ました。
解説	合鴨ロースのソテーソースに卵とバターが使用されていました。
対策	レストランでは料理に使用している材料の表示義務はありません。注文の際に、必ずアレルギーの使用や混入がないか確認をしましょう。もちろん、同じテーブルの人全員の料理についても確認が必要です。

※藤田医科大学医学部小児科免疫アレルギーリウマチ研究会作成 「食物アレルギーひやりはっと事例集2015」より転載

ヒヤリハット・発症事例紹介

食物アレルギーは、食事中から食後2時間以内に発症がおきます。食事を作る厨房内の注意だけではなく、ホールスタッフも食物アレルギーをお持ちの方に変化がないか、ヒヤリハットはないか目を配りましょう。また、アレルゲンによって強い症状が出やすい食品もあるので、「食べる」以外の接触や蒸気などにも注意しましょう。

レストラン編①

アレルゲン	鶏卵
原因	レストランビュッフェ
症状	目の周りの発赤
経過	レストランでの食事の際、buffet形式で自由に取り取る事が出来るシステムになっていました。トングなどを子供が触り、その手で目の周りを触ったことで症状がでました。洗顔をして、しばらくしたら症状が改善しました。
解説	トングに卵がついていた。
対策	アレルゲンがついている可能性がある食器などを触った後は、速やかに手を洗う習慣をつけましょう。

※藤田医科大学医学部小児科免疫アレルギーリウマチ研究会作成 「食物アレルギーひやりはっと事例集2015」より転載

レストラン編②

アレルゲン	鶏卵、牛乳
原因	シャーベット
症状	アナフィラキシー
経過	アレルギー食対応のレストランに電話で卵と乳成分の除去が可能か確認して出掛けました。デザートにゆずシャーベットが出たので、再度、卵、乳成分が含まれていないことを聞いたところ「中の者に確認したので大丈夫です」と回答されたので、安心して食べました。すると、食べた直後から、のどや唇がおかしいと言い出し口唇周囲に数個のじんま疹が出現、手持ちの抗ヒスタミン薬では治まらずそのうち顔が紅潮し目が充血し、咳と喘鳴まで出現しました。ステロイド薬を追加内服し、タクシーで病院へ行きました。
解説	複数の要因が重なり今回のようなことが起こったと考えます、 ①シャーベット：シャーベットには牛乳、卵白やゼラチンなどが使用されている事が多く、今回も乳製品が含まれていました。 ②レストラン従業員が確認した厨房には、唯一のアレルギー調理担当者が不在でアレルギーに詳しくないスタッフが大丈夫だと判断したために事故が生じました。
対策	スタッフ間での情報共有をしっかりと行いましょう

※藤田医科大学医学部小児科免疫アレルギーリウマチ研究会作成 「食物アレルギーひやりはっと事例集2015」より転載

民泊編①

アレルギー	鶏卵、小麦、ピーナッツなど複数
原因	事前確認不足
症状	発症なし
経過	学校行事で、民泊に参加しました。エピペンを持参するので早めに学校や旅行会社の方とやり取りをしていましたが、なかなか返答が返って来ず最終的に直接預かってくださる民家さんとお話できたのが出発2日前。エピペン持参の情報も民家さんには伝わっていませんでした。民泊中は、食事のたびに民家さんがお母さんへ連絡を入れて食べられるものの確認を電話で行いました。
解説	特に、民泊は保護者→学校→旅行会社→民泊事務局→民家と間にたくさんのやり取りが発生します。この場合、学校で「エピペン持参」の情報が止まっていたため、情報が関係者全員で正しく共有されていなかったために、民家さんへエピペンの情報が伝わっていませんでした。
対策	学校ごと、旅行会社ごと、と膨大な情報が、人数の多い修学旅行や学習旅行では発生します。きちんとタイムスケジュールを決めて適切な時期に関係者全員で共有できる書式を活用しましょう。

※食物アレルギー専門店「かめさん商店」に寄せられた相談より

民泊編②

アレルギー	ピーナッツ
原因	ピーナッツバターを使用した料理の蒸気吸い込み
症状	悪心
経過	ピーナッツアレルギーがある生徒には、隠し味で入れるピーナッツバターを使用しない料理を作り、アレルギーの無い生徒にはピーナッツバターを使用して調理しました。 しかし、生徒達が到着して民家宅に入って間もなくピーナッツアレルギーのある生徒が「気持ち悪い」と言い出し、その民家宅に宿泊する事が出来ませんでした。
解説	ピーナッツ成分の空気中の吸い込みによる発症と思われます。 ピーナッツは微量でもアナフィラキシーを起こす可能性の高いアレルギーです。 ローストすることでたんぱく質が重なりさらに強い症状が出る事もあります。
対策	ピーナッツアレルギーの生徒を受け入れる際はピーナッツやその加工品を使用しないほうが良いでしょう。

※食物アレルギー専門店「かめさん商店」に寄せられた相談より



みんなの
笑顔のために
♪



- | | |
|--------|---|
| 【撮影協力】 | おきなわワールド、沖縄ツアーリスト株式会社
ユインチホテル南城、株式会社近代美術 |
| 【編集協力】 | OTSサービス経営研究所、IJU株式会社 |
| 【医学監修】 | 尾辻健太(沖縄生活協同組合沖縄協同病院) |
| 【総監修】 | 一般社団法人アレルギー対応沖縄サポートデスク |
| 【発行日】 | 2019年1月 |
| 【発行】 | 沖縄県文化観光スポーツ部観光振興課 |

【お問い合わせ】

沖縄県文化観光スポーツ部観光振興課

電話098-866-2764

一般社団法人アレルギー対応沖縄サポートデスク

電話098-889-0139