



子育て支援の
情報はこちら
からアクセス

「木っ d's」 だより

2025年5月

認定こども園 きづくり保育園
子育て支援センター
青森県つがる市木造千代町 64
TEL 0173-42-2317
FAX 0173-42-4595

こんにちは！認定こども園 きづくり保育園 子育て支援センターです！！

春の日差しがポカポカと感じられる心地よい5月がやってきました。暖くなると行動範囲も広がり、お出かけする機会も増えてきますね。朝夕の寒暖差に対応できるよう衣服の調節をしながら、春の訪れを楽しみましょう。

～知っておこう！アレルギー～

最近ではアレルギーのある子どもたちが増えています。原因や症状はさまざま、完治するのは難しいものですが、適切な対応をすることで症状は緩和されます。医師と相談のうえ、お子さんに合わせた対応を考えていきましょう。今回は原因物質別の対応をお知らせします。



原因物質（アレルゲン）別対応



<食 物> (卵・牛乳・大豆・小麦・青魚・そばなど)

原因 高たんぱくなもののアレルギーは、乳幼児の腸粘膜が未発達なため、たんぱく質が大きな分子のまま吸収されてしまうことが原因

症状 アトピー性皮膚炎、じんましん、下痢、ぜんそくなど。まれにアナフィラキシーショック。

対応 病院で検査を行ったうえで、医師の診断のもと、個々に合わせた対応を行う。腸管の成熟にしたがって免疫ができると、徐々に軽減してくる。アレルギーの状態には変化があるので、こまめに検査、診断することが大切。

<動 物>

原因 動物の毛やふけ、ふんが乾いて粉になったものが空気中に飛散し、それを吸引することによって起こる。

症状 ぜんそく、アレルギー性鼻炎、アレルギー性結膜炎

対応 症状の出る動物に接触しない。近づくだけで症状が出ることがあるので注意。

<ダニ・ハウスダスト>

原因 ダニの死骸やふん、ハウスダストを吸い込んでしまうことで、アレルギー症状が出る。

症状 ぜんそく、アレルギー性鼻炎、アレルギー性結膜炎

対応 できればフローリングの床にし、こまめに掃除、洗濯をして抗原の量を減らす。

<花 粉>

原因 スギ、ブタクサ、イネ科植物などの花粉を吸収することによって起こる。

症状 アレルギー性皮膚炎、ぜんそく、アレルギー性結膜炎。

対応 外から帰ったら衣服についた花粉を払い、手や顔を洗う。ひどいときは医師に相談して薬の使用も。

アレルギーのメカニズム

人間の体には、異物(アレルゲン)が入ったとき、それに対応する物質(抗体)を作って追い出そうとします。これは細菌などから体を守るために必要な反応ですが、過剰になると害のない物質まで攻撃してしまいます。これがアレルギー反応です。

※来月はアレルギー症状別の対応を記載します

にんじんが入っているとさえ思えない！とっても美味しい「にんじんケーキ」

<材 料>18cmパウンド型1台分

- にんじん 150g
- ホットケーキミックス 150g
- ★卵 2個
- ★さとう 60g
- ★サラダ油 60g



※お好みで 粉砂糖を上からふりかける

<つくりかた>

1. オーブンを 180 度に予熱する
2. にんじんは洗ってすりおろす
3. ボウルに★と2を入れて泡だて器で混ぜ合わせる
4. 3にホットケーキミックスを入れ、粉っぽさがなくなるまで混ぜる
5. パウンドケーキ型に4を入れて 180 度のオーブンで40分焼く
6. 5に竹串をさして生地がついてこなければ出来上がり！



一時あずかりのお知らせ

出産や病気、冠婚葬祭、その他急に保育が必要な時は、一時あずかりを利用できます。満1歳のお子さんから就学前までのお子さんが対象です。利用日の前日までにお申し込みが必要ですので、詳しくはお問い合わせください。

<お問い合わせ・お申し込み> 認定こども園 きづくり保育園 TEL 0173-42-2317 (お問い合わせ時間 8:30~17:00)