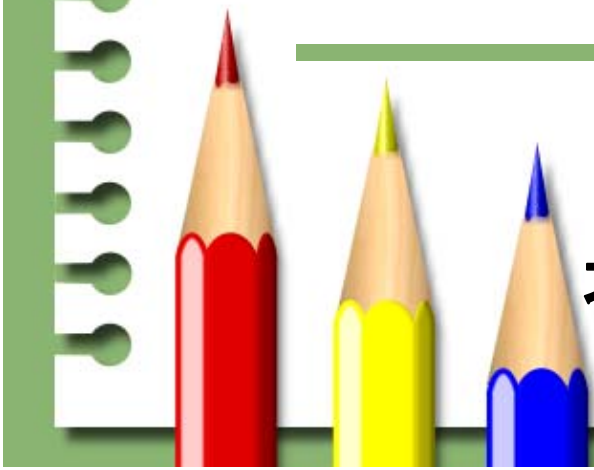




平成28年度 「保育所等におけるアレルギー疾患講習会」

原因食品を極力使わない 「なかよし給食」



平成28年11月
北海道千歳市 保健福祉部

千歳市の紹介

北海道の空の玄関「新千歳空港」を擁し、工業団地には多くの企業が立地、自衛隊基地がある道央圏の中核都市です。この5年間で人口が2,060人増加しており、子育て環境が充実しています。

- 人口 96,301人 (H28年10月1日現在)
- 面積 594.95km² (東京23区とほぼ同じ面積)
- 高齢化率 21.3% (H28年4月、道内で最も低い)
- 平均年齢 41.3歳 (H22年国勢調査、道内一若い街)

支笏湖エリア

支笏湖、オコタンベ湖、苔の洞門、巨木の森、野鳥の森キャンプ場、恵庭岳、紋別岳、樽前山、風不死岳、支笏湖温泉、丸駒温泉などがあります。

空港・市街地エリア

新千歳空港、工業団地、自衛隊駐屯地、住宅地、商業施設、千歳科学技術大学などがあります。



農業地域エリア

観光牧場、観光農園、ファームレストラン、パレットの丘、ゴルフ場などがあります。



子育てするなら、千歳市

元気あふれる未来に向けて、魅力ある新しいビジョンを！

千歳市は、子育て世代がしあわせを実感できる「子育てのまち」として、妊娠・出産から子育てまで一貫した切れ目のないサポートを行っています。

千歳市のオリジナルティーにあふれる支援を、すべての子育て世代に！

「もろ一人子どもを産み育てたい」、「このまちで子育てをしたい」と思える子育てのライフステージに合った「きめ細かな子育て支援」を実施しています。

妊娠・出産支援	きめ細かな支援	産後・子育て支援	女性の就労支援	子どもの居場所づくり
市独自の不妊治療費助成事業の導入 妊婦・産後に関する啓発イベント 「いのちの未来のひととき」の開催 など 専門職（助産師）による「産後・産後ケア」の実施	「ちとせ子育てコンシェルジュ」によるきめ細かなサポート 子育てに関する相談や悩みを解消する「子育て相談センター」の設置 「ちとせ子育てコンシェルジュ」の活用 「ちとせ子育てコンシェルジュ」の活用 「ちとせ子育てコンシェルジュ」の活用	幅広い年代の市民が参加する「子育て世代の交流イベント」の開催 「子育て世代の交流イベント」の開催 「子育て世代の交流イベント」の開催 「子育て世代の交流イベント」の開催	市独自の保育料の負担軽減 保育料の負担軽減 保育料の負担軽減 保育料の負担軽減	ランドセルを貸与したまま児童館に、「ランドセル教室」の導入 児童館の子供たち（児童館）の活用 児童館の子供たち（児童館）の活用 児童館の子供たち（児童館）の活用

詳しい情報については、千歳市公式サイト「子育てするなら、千歳市」ページをご確認ください。

子育てするなら、千歳市 検索 

新制度を先取りした

“子育てするなら、千歳市”の政策

平成26年度から“子育てするなら、千歳市”をキャッチフレーズに、妊娠・出産から子育てまでの切れ目のない支援を提供し、**子育て世代がしあわせを実感できる「子育てのまち」**を目指しています。

2年半で、35事業を開始



■ 子どもの健やかな成長

学童クラブの対象学年・定員の拡大、ランドセル来館の導入、中高生タイムの導入、障がい児のためのインクルージョン保育の導入、養育支援ヘルパーの派遣、5歳児相談の導入、ちとせ学習チャレンジ塾の開設、緊急メッセージ“児童館においでよ”の発信

■ 子育て世代の移住・定住促進

子育てコンシェルジュの導入、ままサポート（訪問型子育て支援）の導入、ちとせ版ネウボラの導入、ランチデーの導入、ランチタイムの導入、毎日ランチデーの導入、転入親子ウエルカム交流ツアーの導入、新制度における保育料の独自軽減拡充

■ 女性の妊娠・出産・就業の支援

不妊治療費助成事業の導入、産前産後ケア事業の導入、いいお産の日inちとせのイベント開催、幼保連携型認定こども園の普及促進、小規模保育の導入、保育士等人材バンクの導入、保育士就職セミナーの開催

■ 住民のワーク・ライフ・バランスの向上



げんきっこセンターの開設、児童館型子育て支援センターの導入、子育て支援センターの休日開館等の導入、一時預かり事業の拡大、ファミリー・サポート・センターの負担軽減

■ 家庭や地域での子育て力の向上

9館合同児童館まつりの開催、公立子育て施設による子育てブログの導入、子育てガイド&おでかけMAPの作成・配布、子育てスキルアップ講座の導入、親子でフリマの開催、企業連携ぷちゼミの開催、子育て特典カードの拡充

ライフステージ別主要事業

妊娠・出産から子育てまでの切れ目のない支援

No.	事業名	出産前	乳幼児 (0歳～5歳)	小学生 (6歳～11歳)	中高生 (12歳～18歳)
1	不妊治療費助成事業の導入				
2	産前産後ケア事業の導入				
3	いいお産の日 in ちとせの開催				
4	幼保連携型認定こども園の普及促進				
5	小規模保育の導入				
6	新制度保育料の独自軽減の拡充				
7	インクルージョン保育の導入				
8	児童館型子育て支援センターの導入				
9	ママサポート（訪問支援）の導入				
10	ランチデー・ランチタイムの導入				
11	転入親子ウエルカム交流ツアーの導入				
12	企業連携ぷちゼミの開催				
13	5歳児相談の導入				
14	ファミリー・サポート・センターの負担軽減				

No.	事業名	出産前	乳幼児 (0歳～5歳)	小学生 (6歳～11歳)	中高生 (12歳～18歳)
15	学童クラブの対象学年・定員の拡大				
16	ランドセル来館の導入				
17	中高生タイムの導入				
18	ちとせ学習チャレンジ塾の開設				
19	“児童館においでよ” メッセージ発信				
20	ちとせ子育てコンシェルジュの導入				
21	子育てスキルアップ講座の導入				
22	子育てブログの導入				
23	子育て支援センターの休日開館の導入				
24	ちとせ版ネウボラの導入				
25	9館合同児童館まつりの開催				
26	げんきっこセンターの開設				
27	養育支援ヘルパーの導入				
28	親子 de フリマ! の開催				
29	子育てガイド&おでかけMAP作成				
30	保育士等人材バンク、就職セミナー開催				

「なかよし給食」とは

アレルギー原因食品を極力使わない献立で、アレルギーのある子もない子もみんな仲良く、同じ給食を食べる取組みを「なかよし給食」といいます。

※ 市内全ての認定こども園、保育所、小規模保育所、事業所内保育所(地域枠)の計21施設が、「なかよし給食」を導入しています。



なぜ、「なかよし給食」を 導入したの？

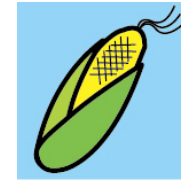
- 本年5月に公表された厚生労働省の全国調査速報値では、「回答の29.7%に当たる4,138施設が平成27年度に誤配・誤食があり、施設で初発とみられる子どもは1,737人、うち13人が医療機関に入院する重症だった」と報告されています。

※初発：症状が出る前に原因食物と診断されておらず、初めて症状を経験した場合

- 大阪府門真市の「おおわだ保育園」では、アレルギーの原因食品をなるべく使わず、みんな一緒に給食を食べる「なかよし給食」に先進的に取り組んでいます。

※ おおわだ保育園が「なかよし給食」と名付けています。

千歳市の以前の給食は



- 子どもの差別にならない様に、普通食もアレルギー対応食もできるだけ見た目を同じにした。(外観では区別がつかない)
- アレルギー原因食品を児童別に細かく除去するため、献立が何通りも必要となり、調理も複雑化していた。
- 調理員が除去を忘れると、見た目が同じなので保育士は気付かない。

その結果、平成25年3月と4月に2か月連続して誤食が発生(1回目は軽症、2回目は反応なし)



子どもの命を守れない！

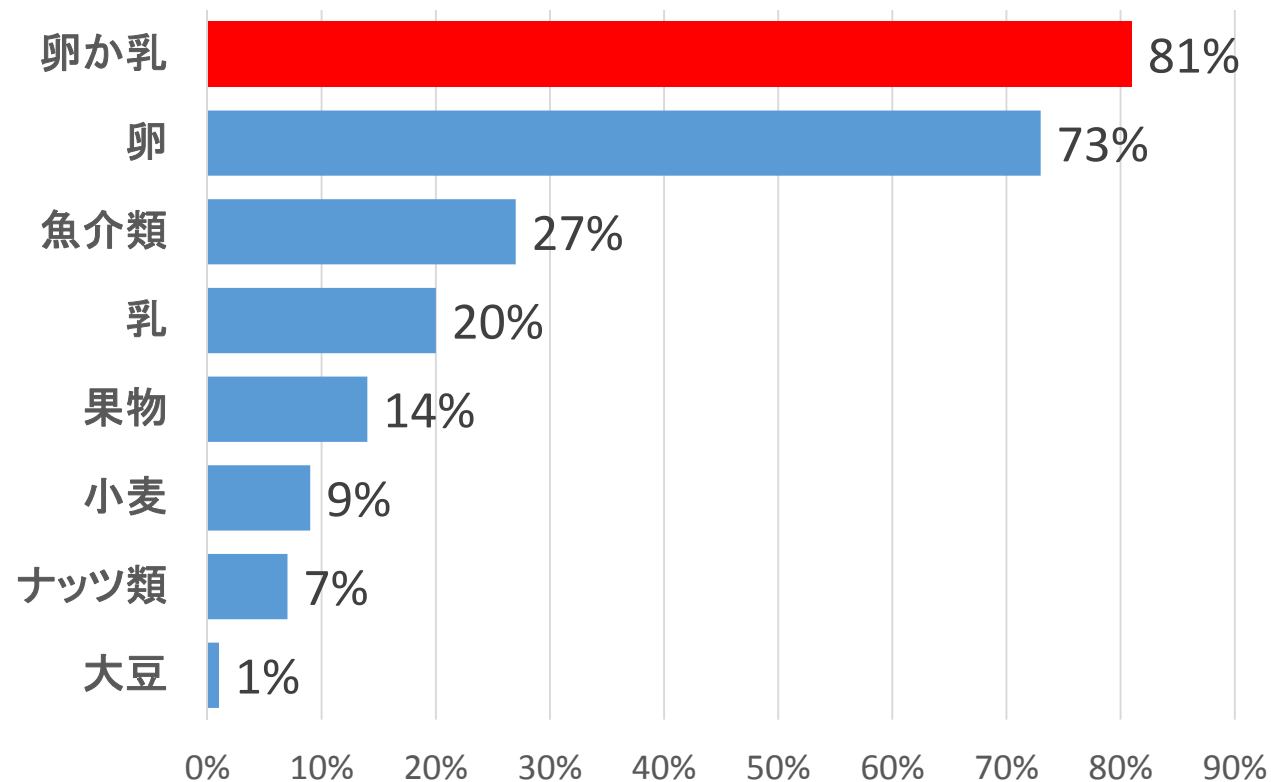
新しい献立のコンセプト



- アレルギー原因食品が比較的少ない「和食」に幼児期から親しむことで、魚や野菜などの好き嫌いをなくし、味覚の形成に役立ち、将来の子どもの健康を考えた給食にします。
- お米やたくさんの野菜を育て、みんなで仲良く収穫し、簡単なクッキングに取り組むことで、素材そのものの味や出汁を味わうなど、食育活動を楽しみながらその充実に努めます。
- アレルギー原因食品を極力使わないことで、調理ミスや配膳ミス、隣の子どもの給食を食べる誤食リスクを減らし、アレルギーのある子もない子もみんな仲良く給食を食べます。

アレルギー原因食品の分析

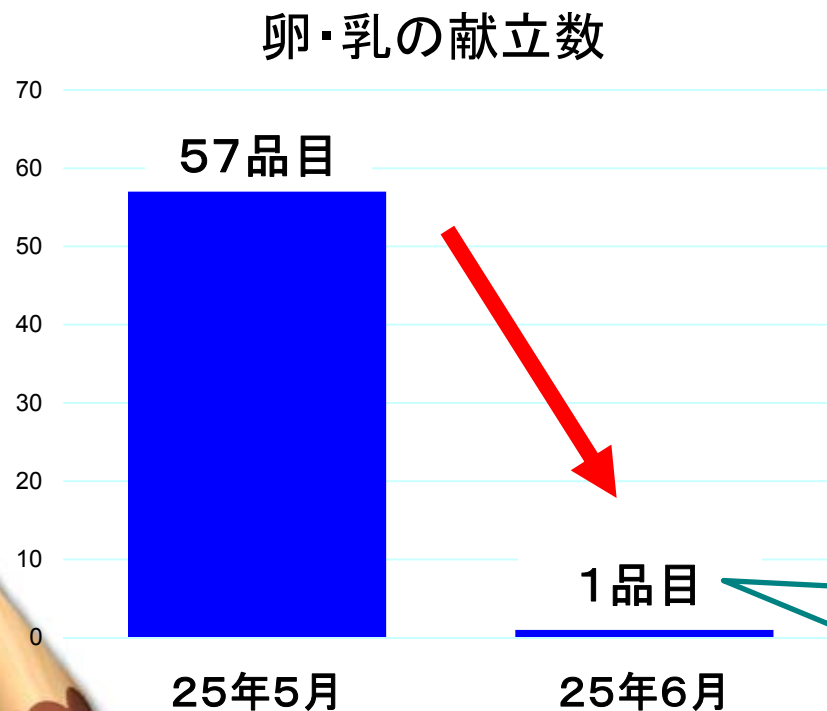
アレルギー児の81%が、卵か乳のアレルギー。
卵と乳への対策が必要！！



※ 平成27年4月1日現在(千歳市のアレルギー児70人の内訳)

導入前と導入後の比較

平成25年5月と6月では、卵と乳の献立数は、
57分の1に減少（事故率の減少）



1 / 57
▼
減少

誕生会のアイス
クリームのみ

献立の工夫



<原因食品を使用しない献立>

- ① 卵や乳を含む加工品やつなぎは、他の食材（豆腐など）で代用します。
- ② パンは、卵と乳を含まない無添加パンを使用します。
- ③ 原因食品を含む加工品を減らし、手作り料理を増やします。
- ④ 原因食品を含む市販菓子を減らし、ふかし芋などの手作りおやつを増やします。
- ⑤ アナフィラキシーショックを起こしやすいそばやピーナッツは使用しません。

<和食中心の献立>



- ① 七分づき米を使用し、食物繊維、ビタミン、ミネラルを摂取します。

※ 白米と比べて、食物繊維約1.8倍、ビタミンB1約3倍、鉄約1.6倍と栄養価が高い

- ② ビタミンやミネラル、食物繊維を多く含む豆腐料理や野菜料理を増やします。
- ③ 不飽和脂肪酸(DHAやEPA)などを含む魚料理を増やします。
- ④ ひじきやしらす、手作りふりかけを使った味付きご飯を増やします。
- ⑤ 子どもに人気の炊き込みご飯、カレーライスなどを増やします。

<健康を考えた献立>



- ① ほぼ毎日、季節の野菜や果物などの旬の食材を取り入れます。
- ② 地元産の野菜で作る地産地消の日を設けます。(地元野菜のカレーの日など)
- ③ 糖質の多い飲み物の回数を減らし、カテキン等を含むお茶や麦茶を増やします。
- ④ 飲む牛乳は、3歳未満児でほぼ毎日、3歳以上児で月20日程度提供します。
- ⑤ 卵や乳を含む昼食・おやつは、目視で確認できる形で提供します。

栄養バランス (H27年7月の献立)



※ 必要栄養量を100%充足する献立

区 分	単位	25年6月平均	基準値	充足率
エネルギー	kcal	594	585	102%
たんぱく質	g	23.9	19～29	126%
脂質	g	17.6	13～19	135%
ナトリウム	mg	1.8	1.8	100%
カルシウム	mg	297	270	110%
鉄	mg	3.1	2.5	124%
ビタミンA	μgRE	238	225	106%
ビタミンB1	mg	0.44	0.32	138%
ビタミンB2	mg	0.47	0.36	131%
ビタミンC	mg	33	18	183%
食物繊維	g	4.3	4.1	105%

献立見直し例①

メンチカツ

献立内容	材 料	栄養価
旧献立 卵を含む献立 (卵をつなぎに使用)	卵7g 、豚肉40g、玉ねぎ20g、 塩0.3g、こしょう0.01g、パン粉8g、小麦粉3g、サラダ油3g	エネルギー 175kcal たんぱく質 9.8g 脂質 10.3g 炭水化物 9.2g ナトリウム 70mg カルシウム 14mg 鉄 0.6mg
新献立 卵を含まない献立 (豆腐をつなぎに使用)	豆腐20g 、豚肉20g、玉ねぎ20g、 塩0.3g、こしょう0.01g、パン粉8g、小麦粉3g、サラダ油3g	エネルギー 134kcal たんぱく質 6.5g 脂質 7.4g 炭水化物 9.5g ナトリウム 52mg カルシウム 33mg 鉄 0.5mg

献立見直し例②

コーンクリームスープ

献立内容		材 料	栄養価
旧 献 立	乳を含む献立 (バター、牛乳、コンソメ、シチューの素)	バター2g、牛乳30g、コンソメ1g、シチューの素3g、コーンクリーム缶20g、玉ねぎ15g、小麦粉2g、パセリ0.3g	エネルギー 74kcal たんぱく質 2.1g 脂質 3.2g 炭水化物 8.8g ナトリウム 253mg カルシウム 48mg 鉄 0.1mg
新 献 立	乳を含まない献立 (豆乳、鶏がらだし等を使用)	豆乳70g、上新粉3g、鶏がらだし1g、食塩0.3g、こしょう0.01g、サラダ油2g、コーンクリーム缶20g、玉ねぎ10g、パセリ0.3g	エネルギー 84kcal たんぱく質 3.2g 脂質 3.5g 炭水化物 9.6g ナトリウム 170mg カルシウム 15mg 鉄 0.9mg

給食風景



バイキング



手を合わせて “いただきます”



みんなで仲良く、同じ給食を食べるから おいしい！

食材費や調理員の人数は？

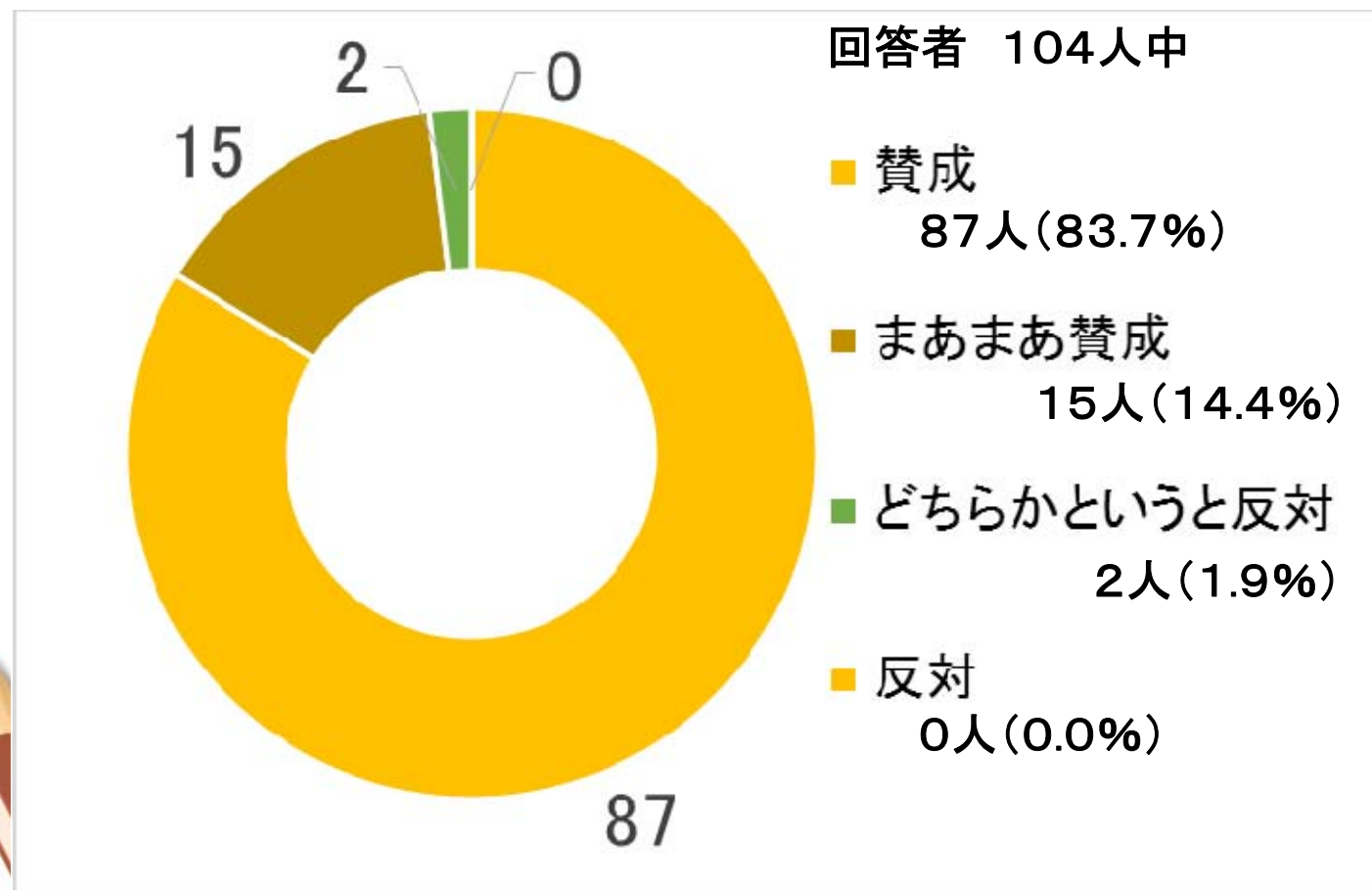
- なかよし給食導入前（平成24年度）と導入後（平成26年度）の比較では、**食材費が約8%減りました。**
- 七分づき米を使用し、魚や野菜の料理が増えていますが、**加工品が減り、スーパーで買える食材を使うことで、食材費を抑えました。**
- 手作り料理は増えてましたが、複雑な除去食が大幅に減り、**調理員の増員は必要ありませんでした。**

保護者の声

- 食物アレルギーのある子どもが多いことに驚いた。除去食が多いとミスが発生する。
- みんなが同じ給食を食べる取組は良いことだと思う。
- 献立を見直すことで、調理員や保育教諭の負担軽減につながって良かったと思う。
- 卵は家で食べれば良いので、認定こども園の給食で出さなくても問題はない。
- 卵は卵として、牛乳は牛乳として提供することを伝えてほしい。

保護者アンケートより

Q なかよし給食についてどう思いますか？



食育活動

いつも食べている
「七分づき米」を説明
します。



- ①サケ科・サケ属の魚で、川で生まれ、海に出て、約4年かけて同じ川に帰ります。
- ②千歳川にインディアン水車が設置されます。
- ③体長は、70～80センチまで大きくなります。

七分づき米

「ぬか層と胚芽」が取り除かれていく過程



サケ料理の日は、サケが遡上する千歳川の説明をします。

最近は、食育活動も変わってきました・・



お米や野菜
を育てる



とうもろこしの皮むき



包丁を使う



ニンジンをおろす

素材の味や出汁を味わう
、お味噌汁を作る、煮物
を作るなど..



五平もち

キャベツの収穫から、
クッキングまで楽しんで
います。



キャベツ炒め



地域支援

＜管理栄養士の料理教室＞

- 落ち着いて食べるヒント
- 基本的な食事量なども・・



保護者や地域の親子さんにも

- こども園の給食を食べていただいたり
- 七分づき米と白米の食べ比べをしたり
- 簡単なクッキングをしたり(ほうれん草のゆで方)

何事も**発信**が大切・・・

7つの安全対策

子どもの命を守ることを最優先に、食物アレルギー対策に取り組んでいます。

- ① 調理手順及び作業ルールの徹底（指さし声出し確認）
- ② 色つき食器の導入（食器の色による可視化）
- ③ 基本献立表見直し（原因食品使わない）
- ④ 新たな献立ソフトの導入（原因食品の可視化）
- ⑤ 食物アレルギー対応マニュアルの改訂（緊急時対応）
- ⑥ 食物アレルギー、エピペン、救急救命等の研修会
- ⑦ 保護者と一緒に個別対応プラン作成

安全対策の推進体制

● 誤食事故対策委員会（市全体）

副市長を委員長とし、部長職6人と次長職1人で構成する委員会を設置し、食物アレルギー誤食事故の安全対策を協議する。

● 食物アレルギー対策会議（保健福祉部）

保健福祉部長を座長とし、子育て支援室長、保育課長、保育係長、管理栄養士、認定こども園長、副園長、保育教諭で構成し、市内の教育・保育施設における食物アレルギー対策を推進する。

● 個別プラン検討会議（各園）

各園ごとに、食物アレルギー児一人ひとりの「食物アレルギー児個別対応プラン」を作成する。

アレルギー対応食の調理

- ① アレルギー対応食の担当は、前日に児童別に対応食をチェック表に書き出します。
- ② 調理前、全体ミーティングを行い、チェック表を1人1人読み上げ、献立表と照合します。
- ③ 対応食担当者は赤い専用エプロンを付け、調理手順を声を出しながら調理します。
- ④ 保育教諭にアレルギー対応を説明し、引き渡します。



前日に、児童別に対応食
チェック表を作成



調理後に、全員で、献立
表と実際の料理を確認
します。



※ 全ての工程で、
①指さし・声出し確認
②チェック表に サイン

色付き食器の導入

- アレルギー対応食は、色つき食器に盛り付け、専用トレイに入れ、食札に名前とアレルギー原因食品を表記

＜普通食＞



＜アレルギー対応食＞



エビ除去の例 ～じゃこを除去し、ドレッシングをマヨドレに変更します。
「キャベツのじゃこドレッシング和え」→「キャベツサラダ」

食物アレルギー対応マニュアル

認定こども園・保育所等における
食物アレルギー対応マニュアル

【第4版】



平成27年1月
千歳市保健福祉部

■ 平成27年1月に第4版
を作成

■ 基本方針、7つの安全
対策、推進体制、事務手
続き、対応食献立、調理・
配膳、症状出現時対応、
緊急時マニュアル、心肺
蘇生・AED、エピペン、ヒ
ヤリ・ハット報告、基礎知
識

千歳市HPで公開中

個別対応プランの作成

食物アレルギー児
個別対応プラン実施要領

【第2版】



平成27年4月
千歳市保健福祉部

■ 保護者と一緒に、子ども一人ひとりの「食物アレルギー児個別対応プラン」を作成

■ 「食物アレルギーの栄養指導の手引き2011」
(研究分任者昭和大学
病院今井孝成先生)を基
に作成

千歳市HPで公開中

個別プラン検討会議

保護者が負担を抱えて孤立することなく、一人でも多くの児童が安全に日常生活を送ることができるように、保護者と施設のスタッフが一緒に話し合う。

個別プラン検討会議に保護者に出席してもらい、一人でも多くの児童の生活の質(QOL)を向上させ、原因食品の解除ができるように支援する。

- 構 成 員：保護者、園長、副園長、保育教諭等、管理栄養士、調理員、調理会社社員など
- 所掌事務：食物アレルギー児個別対応プランの作成、食物アレルギー対策に関すること
- 開催時期：アレルギー児一人ひとりにつき、年1回以上の開催（医師の診断書更新時）

個別対応プランの進め方

- 保護者が話しやすい環境を作り、批判、否定、説得を控えることで、保護者のこれまでの経験や苦勞を受け止める。（保護者の気持ちに寄り添う。）
- 正しい情報を提供し、個々の児童の問題点の把握と明確化を図り、保護者と施設が共通の理解を深める。（食物アレルギーは誰にでも起こり得るものであり、保護者が混乱しないように児童の課題を整理する。）
- 保護者と施設が達成しやすい目標を設定し、実行可能な対応について話し合う。（うまくいかない場合も、「努力不足」や「出来ない」ではなく、目標設定が高すぎたと考え、より現実的な目標に修正する。）

【保護者との面談日】平成27年3月16日

【個別プラン検討会議開催日】平成27年3月24日

【検討会議出席者】保護者、園長、副園長、担任保育教諭、管理栄養士、調理会社社員

1 基本事項

クラス	氏 名	性別	生年月日
〇〇 組	〇〇 〇〇	男	平成〇年〇月〇日

2 除去食品とその症状

区分	除去食品	食べた（接触した）時の症状
食物アレルギー （ ☒ あり・ ☐ なし）	鶏卵、牛乳、小麦、キウイフルーツ、ナッツ	湿疹、かゆみが出る。（これまでは軽症の範囲）
アナフィラキシー （ ☐ あり・ ☒ なし）		
接触による症状 （ ☒ あり・ ☐ なし）	牛乳、小麦（粘土）	湿疹、かゆみが出る。（これまでは軽症の範囲）

3 施設における配慮・対応事項

区 分	確認	具体的な配慮・対応事項
給食・おやつ	☒	献立から鶏卵と牛乳を完全除去する。牛乳は代替番茶とする。小麦とキウイフルーツは代替する。ナッツは献立になし。
食物・食材を使う活動	☒	牛乳パックと小麦粉粘土は使わない。原因物質を使う活動時は、他の児童との接触に留意する。
持参薬・エビベン	☒	特になし

4 目標設定（施設や家庭での取組み）

具体的な目標（食物負荷試験の実施、家庭での配慮、就学前までの解除など）
食物負荷試験を受け、できるだけ原因食品を少なくする。（親の協力）家庭では医師の指示に基づき対応する。（食べられる範囲で食べる。）施設では完全除去で対応する。

5 緊急時対応

注意すべき症状	緊急時対応	緊急時搬送医療機関
中等症以上で	☒ 救急車を呼ぶ ☐	☒ 千歳市民病院 ☐

6 保護者連絡先（保護者申出者）

区 分	第1順位	第2順位	第3順位
氏 名	〇〇 〇〇（母親）	〇〇 〇〇（父親）	〇〇 〇〇（祖父）
会社等	〇〇会社	〇〇会社	無職
電話番号	（携帯）090-0000-0000 （会社）0123-24-0000	（携帯）000-0000-0000 （会社）0123-23-0000	（携帯）なし （自宅）0123-22-0000

7 その他（運動や宿泊時の対応、食物以外のアレルギー、家族歴、その他の留意事項）

①運動や宿泊時の制限はない。②食物以外のアレルギーはない。③母親は花粉症、父親はアトピー性皮膚炎とぜんそくがある。④接触するだけでもアレルギー反応が出るがあるので、他の児童との接触に配慮する。（給食時は机を離し、保育教諭等が隣に座る。）

【話し合いの手順】

- ①園における取組を説明する。
- ②保護者から質問がないか、保護者の意見や感想を聞く。
- ③保護者と個別対応プランの項目順にきめ細かに話し合いを行う。→決定事項をメモする。
※ 保護者の不安を解消できるよう、話しやすい明るい雰囲気を作り、優しい表情で保護者に寄り添うことが大切である。
- ④最後に、食物アレルギー対応以外に園に要望等がないか確認して話し合いを終了する。
- ⑤完成した食物アレルギー児個別対応プラン（様式4）は、各施設で確認後、保護者に渡す。

勉強会、研修会の開催

- 食物アレルギー対応マニュアル勉強会

※ 食物アレルギー対応マニュアルは民間施設に配布済み。

- 食物アレルギー研修会（市内の保育士等・調理員が全員参加）

- エピペンと救急救命研修会（市内の保育士等・指導員が全員参加）

- 心肺蘇生・AED・誤飲等の救命講習会（消防署が認定こども園、保育所等で訓練実施）

救命講習会

認定こども園や保育所等で、
個別に実施しています。



心肺蘇生とAEDの操作



腹部突き上げ法



背部叩打法

専門家との連携



- 厚生労働省保育課のご指導をいただきながら、食物アレルギー対策を進めています。
- 昭和大学病院今井孝成先生や市内医師等に意見を伺い、安全対策を進めています。
- 毎年、専門家による保育士や調理員向けの研修会を開催しています。

※ 厚生労働省の「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン」に即して安全対策を実施しており、同ガイドラインを全ての保育所、各クラスに配布済です。



●市ホームページで、「なかよし給食」のレシピを公開
しています。(平成27年7月の1か月分)

※1か月分の基本献立表・月平均給与栄養量・材料表

市ホームページ:<http://www.city.chitose.hokkaido.jp/>

●市立認定こども園では、「なかよし給食」をブログで紹介
しています。(毎日のメニュー・給食の写真)

市立認定こども園ひまわり:<http://ameblo.jp/chitosehimawari/>

市立認定こども園つばさ:<http://ameblo.jp/chitosetsubasa/>

ありがとうございました。