

# 災害への備え 食物アレルギー児編

特定原材料（7品目）	卵、小麦、乳、そば、落花生、えび、かに
特定原材料に準ずるもの（20品目）	あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン

 避難所では、原材料が表示されている加工品を使用しましょう。



表示されている加工品



表示されていない加工品  
(個包装されていない手作りのもの)

避難所でアレルギー対応食が配られるとは限りません。原材料が分からないものを食べてしまうと、ショック症状を起こすおそれがあります。



非常用リュック 持ち物リスト

食物アレルギーサインプレート

アドレナリン自己注射製剤



食べられない食材を食べて血圧低下や意識障害などのアナフィラキシーショックが起きた場合、緊急で使用します。



こどもが周囲の人から食べ物をもらうことがあるので、食物アレルギーがあることを分かりやすく伝える工夫が必要です。名札ホルダーに入れて洋服につけるなどしましょう。

# 災害時の食事管理 食物アレルギー児編

- アレルギー対応の食料は、少なくとも3日分以上用意する。
- 本人に、避難所の支援物資は食べられないものがあることを伝えておく。
- 周りの人に食物アレルギーがあることを伝えておく。



あると安心  
食物アレルギー児オススメ商品

## 尾西 アルファ米シリーズ



- この7種類はアレルギー特定原材料27品目不使用です。
- 水またはお湯をそそぐだけでできます。
- 1年に1度は消費期限を確認し、期限が近づいたら家族で試食を試みましょう。



## 尾西 ライスクッキー



- 小麦、乳、卵を使わず、米粉を使用。
- ココナッツ風味のサクサク食感。

## カゴメ 野菜一日これ一本 長期保存用



- 野菜1日分350g分をぎゅっと濃縮し、食塩、香料、保存料無添加。
- アルファ化米を戻すことも出来ます。

## 井村屋 えいようかん



- 1本で手軽に171kcal（ご飯小盛1杯分）のエネルギー補給が可能です。
- 適度に柔らかくスッキリとした甘さ。