

みのかも さぼさぼカフェ 第35回 レポート



～こどものアレルギーについて話そう～

- ◇ 開催日：11月15日（金）午後1時半～3時
- ◇ ゲスト：丹羽恵子さん
（美濃加茂市周辺のアレルギー児の親の会代表、食物アレルギーマイスター）



今回のさぼさぼカフェに参加して、私の行動が変わりました。お菓子の袋の裏側の成分表示を確認するようになったのです。今まで全く気にしなかった私が、なぜ品質・成分に気を付けて見るようになったのでしょうか

えっ！？これはかゆそう…。

えっ！？
アレルギーって時間が経っても出るの？

それでは、食物アレルギーの基本的なことを学んでいきましょうか。
資料と一緒に載せています。ぜひご活用くださいね。

知りたい！

知りたい！



【今回のまとめ】

今日食べたものが未来の自分をつくり、食は体にも心にもつながる。

自分ができることから無理のない範囲ではじめよう。

※食物アレルギーに気を付けることはもちろん、体に良いものを食べると、体も心も元気になります。〇〇は食べたらダメ！ばかりでは辛くなると思うので、食材を買う時には品質表示を見る、産地を確認するなど自分にできることから始めて、より充実した幸せな食生活にしたいと思いました。



今回のテーマ内容に興味を持たれた方、もっといろいろ知りたいと思われた方は、市民活動サポートセンターまでご連絡ください。

TEL : 0574-28-1979

子どもに関するテーマを取り上げています！どうぞ期待☆



来てね☆

次回第 36 回テーマは、「不登校の支援について話そう」です。

令和 2 年 1 月 29 日 (水) 午前 10 時~11 時 30 分 みのかも市民活動サポートセンターにて開催！

ゲストは、鈴木美樹さん ~「YOUR ROOM」(あなたらしくいられる場所) ~ 大勢の方のご参加をお待ちしております(*^-^*) 12 月はお休みです。よろしくね。