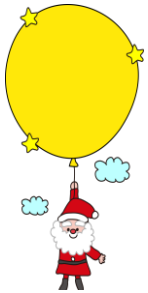
学校給食便り　１２月

今年も残りわずかとなりました。１２月は、冬至やもちつき、大みそかなど、昔から伝わる行事が沢山あります。かぜやインフルエンザなどの感染症に罹りやすい時期でもあるのでしっかり予防して行事を迎えましょう。



子供たちの食物アレルギーの現状

文部科学省が令和４年全国の小中高生 800 万人超を対象にアレルギー調査を実施しました。その結果、前回調査と比較して食物アレルギーは 4.5%から **6.3%**、アナフィラキシーは 0.48%から **0.62%**とそれぞれ増加傾向でした。

食物アレルギーがある場合は、学校に届け出て、家庭や学校において適切な対応をする必要があります。自分自身のアレルギー体質を正しく理解することが重要となります。

１　学校生活管理指導表の保険診療化

厚生労働省は令和 4 年から、学校生活管理指導表の食物アレルギー・アナフィラキシーの記述に関して、必要な情報を学校等に提出した場合、保険診療で賄うことを決定しました。

２　木の実類アレルギーの増加と義務表示

消費者庁は、令和５年３月から、くるみを特定原材料へ義務表示化させました。これは、昨今、急激に木の実類アレルギー、特にくるみとカシューナッツアレルギーが増加しており、それに起因するアナフィラキシーも増えてきていることによります。給食で木の実類の提供を控えることで新規アレルギー発症を未然に防ぐことになります。

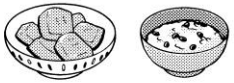
昔から伝わる行事を大切にしよう

冬至

冬至は、一年中で昼間がもっとも短く、夜がもっとも長い日です。この日を境に昼間が長くなっていくことから、太陽がよみがえる日とも考えられています。かぼちゃや小豆がゆを食べたり、ゆず湯に入ったりする風習があります。

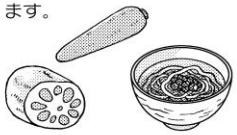
かぼちゃ・小豆がゆ

冬至にかぼちゃを食べるとかぜをひかないなどといわれています。小豆がゆの小豆は、赤い色が邪気をはらうとされています。



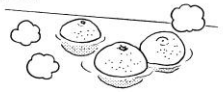
「ん」のつく食品

れんこん、にんじん、うどんなど、「ん」のつく食べ物を食べると幸運につながるといういい伝えがあります。



ゆず湯

ゆずを浮かべた風呂に入ると、かぜをひかないといわれています。ゆずには、血行をよくする効果があります。



もちつき

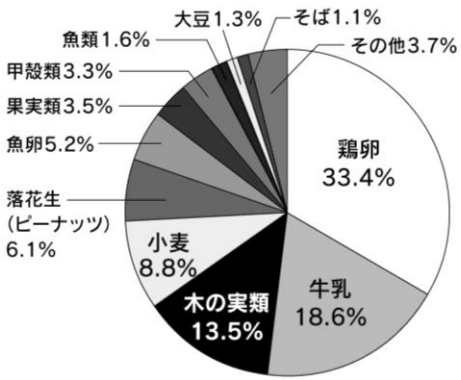
正月に欠かせないもち（鏡もちなど）を年末につく行事です。蒸したもち米を、きねとうすでついてつくります。12月25日から28日までに行うところが多いようです。29日につくのは「苦もち」、31日につくのは「一夜もち」として避けられています。

大みそか

みそか（晦日（みそか）、三十日（みそか））は、月の最終日を指します。大みそかは、一年の最後の月の最終日であるため、大みそかといわれています。大みそかの夜に食べる年越しそばには、細く長い形から長寿を願う説や、金細工師が金粉を集めるためにそば粉を使ったことから、金運を願う説などがあります。

Data で見る食育 ▶▶▶ 木の実類が食物アレルギー原因食物の３位に

即時型アレルギー反応を起こした食物



消費者庁が行っている食物アレルギーの実態調査によると、2017年までの原因食物の上位３品目は鶏卵・牛乳・小麦でしたが、2020年には木の実類の割合が増加し、３位になりました。木の実類の中での原因食物としては、くるみが56.5%ともっとも多くなりました。

こうした状況を受け、消費者庁は、加工食品のアレルギー表示の特定原材料にくるみを追加しました。

出典　消費者庁「令和３年度 食物アレルギーに関連する食品表示に関する調査研究事業報告書」より作成