

特集 創り、支え、広げる「わたしたち」のくらし

04

食物アレルギーのある人もない人も
— 誰もが安心して過ごせる場を創る組合員活動 —

原田 英美 (くらしと協同の研究所 研究員)



有地淑羽氏

1. はじめに

(1) 現代の食物アレルギー

食物アレルギーとは、「食べものを『異物』ととらえることによって起こるアレルギー反応」であり、「免疫の過剰な働きによって起こる有害症状」である¹⁾。近年、食物アレルギーの子どもは増えているとの報告があり、医療の進歩と共に法的な整備もなされてきている。2011年には「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン」が策定され、2015年には「アレルギー疾患対策基本法」が施行された。

食物アレルギー対応の基本は、「医師による正しい診断にもとづき、必要最小限の原因食物の除去をおこなうこと」だとされる²⁾。加工食品や外食の利用が増えている現代日本ではなかなか大変である。加工食品にはアレルギーの原因物質が使われたものも多いが、食品表示法で表示義務があるのは、えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生の7品目で、これらの特定原材料に準ずる20品目は表示が推奨されているものの義務ではない。

(2) 生協の組合員活動「ばーばの手」

京都生活協同組合テーマ・コミュニティ「ばーばの手」は、「アレルギーのある子もない子も安心して集える場づくり」をテーマに2016年5月に設立され、主に京都府京田辺市で活動している。ありちよしは有地淑羽さん(60)が代表を務め、約10人がメンバーと活動している。

設立のきっかけは、有地さんの9人いる孫の1人に、卵や牛乳などに食物アレルギーを持つ子どもがいたことである。アナフィラキシーショックと呼ばれる重い症状を引き起こして救急搬送されたこともあり、盆や正月などに子や孫が集まるときには、全員にお菓子の持ち込みを禁止し、食事はすべて手作りしている。こうした経緯から、食物アレルギーについて仲間を募って勉強しようと思ひ、会を立ち上げて生協のテーマ・コミュニティ

に申請したという。

発起人は、有地さんを含め3人。生協の地域のニュースに、「アレルギーのある子もない子どもの安心して来られるカフェをつくろうと思います」と載せてもったら、10人余り集まったという。有地さんのような「ばーば」世代が3人、あとは子育て中のお母さんたちである。食物アレルギーのある子どもの親だけでなく、本人にアレルギーがある人や、子育てサークルの仲間に誘われて参加した人もいる。

当初は、アレルギーの子が安心して食べに行ける場所がないと聞いてカフェをつくろうと考えていたが、アレルギーの子どもや家族を支援するNPO法人に「カフェなんて早い。まずは勉強から始めるように」と助言された。そこで、勉強会から始め、料理教室へと活動を広げてきた。料理教室で作ったおやつレシピ集も出版した。

「ばーばの手」の特徴は、食物アレルギーのある子どもとその家族への対応ではなく、アレルギーのある人もない人も共に参加できることを重視している点である。料理教室では、参加者のアレルギーの有無を確認して食べられる材料を選び、和気あいあいと調理する。安心しておいしいものを食べられるから、参加者に笑顔が広がる。以下、具体的な活動内容を紹介しながら、「ばーばの手」の活動の意義や課題、食物アレルギー問題に生協ができることについて考えたい。

2. 「ばーばの手」の活動

(1) 勉強会

「ばーばの手」の活動の一つは勉強会の開催である。最初の年に4回の勉強会を開催した後も、年に1回程度は専門家を招いて最新の情報を学ぶ機会を作り、広く参加

を呼び掛けている。

1年目は、京都府立医科大学のアレルギー専門医らを呼び、4回の勉強会を実施した。勉強会では、「アレルギーとは何か」から始まり、発作が起きたときの救急対応までを、専門医からわかりやすく講演してもらった。アレルギーの子どもや家族の支援活動をする人からは、親の心構えや親が不安から孤立しがちであることなどを学んだ。参加費を取って開催したが、多い時には約50人の参加者があったという。

こうした勉強会を通じて、食物アレルギーの原因となる食べ物は多様で人によっても異なり、発症する量にも個人差があることや、必ず医師の診断を受けて対応することの重要性を、メンバー自身も学んだという。大人になってからパイナップルやリンゴが食べられなくなったメンバーは、「アレルギーの仕組みを、医学的観点から知ることができて良かった」と話していた。

勉強会は、仕事で子どもと接する人も参加しやすいように日曜日に設定し、案内は保育所や子供会、市役所などを通じても行った。保育所向けには、厚生労働省が2011年に「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン」を作成して望ましい対応の仕方を示しているが、小さな保育所などでは勉強の機会も少ない。このため、保護者の中には保育所の対応に不安を覚える人もいた。また、子供会の行事に参加したら、いきなりお菓子が配られて困ったという人もいる。食物アレルギーの子どもが増えていると言われながらも、理解や配慮は十分ではない。悪意のない行為が、子どもの健康や命にかかわることもあるのである。また、インターネットなどには不確かな情報もあふれているといい、食物アレルギーの研究も進んできているため、専門的な知識を持つ医師らから正しい情報を得ることが

重要だという。

(2) 料理教室

親子で楽しむ料理教室も、「ばーばの手」の主要な活動である。活動場所は、京田辺市の龍馬館である。1 階が書店、2 階が喫茶店だったが、オーナーが亡くなり空き家になっていたのを、近くの同志社大学の学生が立ち上げたまちづくりサークル「きゅうたなべ倶楽部」が借りている。学生と市民が共に活動する団体で、有地さんはその市民スタッフでもある。きゅうたなべ倶楽部は龍馬館を活動拠点としているが、空いている時間は他の団体に場所を貸している。「ばーばの手」も、ここを借りている団体の一つである。

活動の中で注目したのが、地元の農村女性グループ「京都府田辺町生活改善郷土食伝承グループ」による郷土料理の本『伝えたい たなべの味』(1992 年)である。この本で紹介されている昔ながらのおやつは、小麦粉も卵も使わないため、アレルギーの人もそうでない人も一緒に作って食べられるものが多い。「ばーばの手」では、同グループを前身とする「京田辺市生活研究グループ連絡協議会」から講師を招いて、「よもぎだんご」や「ちまき」作りを地元の文化と共に教わったりもした。

ちまきの材料は、米粉、もち粉、砂糖、塩、熱湯。ちまきを巻く葦の葉は、木津川の土手や休耕田に生えているのを採ってきて、ゆがいて下ごしらえをしておいたものを使う。ちまきは、農繁期のおやつとして、昔はどこの家でも作られていたという。

アレルギー対応の食事に詳しい料理講師を招いた料理教室では、白玉粉を使ったたこ焼きやパンなど、味にも見た目にもこだわった料理を学んだ。いずれも「楽しい」「おいしいものが食べられる」と人気だ。

アレルギーの子どもは普段、「これ食べていい？」と聞いてから食べるのが身に着いているが、ここでは安心して食べられるものばかり。メンバーからは「おやつを自分で作るのは大変だけど、手分けすれば意外に簡単」「小豆からあんこを炊くのも、ハードルが下がった」といった声が聞かれた。また、子連れで参加できる料理教室は少ないため、それも喜ばれる要素だという。

2018 年度は、アレルギーを持つ親子の課題である「お弁当」「パーティー料理」「ワンプレートランチ」を広く参加者を募集して公民館で開催したほか、芋掘りと掘った芋を使った料理教室を実施した。

芋掘りは、食物アレルギーの子どもや保護者への支援を行う NPO 法人と一緒にに行った。子どもたちが自分で畑のさつま芋を掘って、洗って、ゆでて、つぶして、片栗粉を混ぜて、こねて焼いた料理は、材料にアレルギー物質がないのがわかるので、親から見ても安心できる。子どもも親も大喜びして、楽しく作って食べたという。

(3) レシピ集『ばーばのおやつ』

『ばーばのおやつ』は、卵、小麦、乳製品を使わないおやつレシピ集である。ちまき、よもぎだんご、いちご大福、ぼたもち、大学芋、白玉粉のたこ焼きやパン……



写真1 卵・小麦・乳製品を使わない
レシピ集『ばーばのおやつ』

などのおやつ作り方を、写真付きで紹介している。中心は、『伝えたい たなべの味』を今風にリニューアルしたものである。この小さな本は2017年12月に完成した（写真1）。

ここで紹介されているレシピは、これまでの料理教室で作ったものである。写真は、料理教室で撮ったもので、鍋や調理の手元を写したもののほか、料理教室の和気あいあいとした雰囲気が伝わってくるものもある。また、勉強会で学んだアレルギーの子どもへの接し方なども載せている。「なんでも食べたら抵抗がつく」とか「一口だけなら」と勧めてはいけないこと、「かわいそう」と言わないでほしいことなどが、かわいいイラスト付きで紹介されている。文章も写真もイラストも、すべてメンバーの手によるものだ。

この本は、京田辺市制20周年事業に応募して、20万円の補助金を得て制作した。500部作成し、200部は関係者や京田辺市の学校や図書館に配布し、300冊は1冊300円で販売した。ラジオやインターネットニュースでも紹介されたため、全国から問い合わせがあり、残部はわずかだという。

3. 「ばーばの手」の組織運営と関係団体

(1) 組織運営

「ばーばの手」には、子育て中のお母さんたちが多い。毎年2、3人が出産するため、活動メンバーは固定しないという。

料理教室の前日のミーティングにお邪魔すると、予定の午前10時を過ぎた頃からメンバーが集まり出した。この日集まったのは、有地さん、眞部祐子さん（38）、松下順子さん（35）、保日部聡実さん（32）、中野亜紀奈さん（36）、年岡裕子さん（41）

の6人。うち2人が子連れでの参加だ。

子どもがいると時間通りに動くのが難しいため開始時間は遅れがちだし、用事がある人は先に帰るが、全員の理解がある。保日部さんがホワイトボードにタイムスケジュールと必要な役割を書くと、メンバーの申告によって次々に役割分担が決まっていく。この日は小麦不使用の醤油が調達できていなかったが、買いに行ける人がいない。すかさずグループのLINEに流すと、欠席のメンバーから買いに行けると返信があった。野菜の皮むきなどを事前にどこまで済ませておくかが講師に確認できていなかったが、話し合っているうちに着地点が見つかった。最後に、決定事項が書かれたホワイトボードを写真に撮ってLINEで共有する。ミスや足りない点があれば、気づいた人がLINEで指摘する。それぞれの事情に合わせて参加できる緩やかさも、活動が長続きする秘訣になっている（写真2）。



写真2 京都生協テーマ・コミュニティ
「ばーばの手」のミーティング風景

(2) 生協による活動支援

「ばーばの手」は、京都生協の組合員活動のテーマ・コミュニティである。

テーマ・コミュニティは、社会的なテーマについての自主的なグループとして位置付けられている。活動を通じた「地域でのつながりづくりや他団体やNPOなどとの

連携」が期待され、「年 4 回以上の取り組みを計画・実施し、1 回以上は店舗での掲示やブロックニュース等で広く参加を呼びかける企画を実施」することが求められている。活動は 1 年単位で、最長 5 年までとなっており、組合員 5 人以上で構成することになっている。組合員が 5 人以上いれば、組合員以外の登録も可能だ。組合員の中からリーダーと会計を決めて、自主的・民主的に運営し、報告書を提出する。京都生協に 5 つあるブロックのいずれかに申請し、審査を経て全体で 25 を上限として登録される。登録されれば、会議費や会場費、講師料、材料代などに使用できる活動援助費が、年間 5 万円を上限に支給される。

代表の有地さんは京都生協の組合員として、1980 年代に廃油石けんを作るなどの環境保全活動に熱心に取り組んだ。その後、平和運動にも携わり、平和担当理事も経験した。京都生協で様々な活動をしてきた中で、食物アレルギーを勉強するという目的で活動するならテーマ・コミュニティとして運営するのが活動しやすいと考えた。同じように関心を持つ知人 2 人と一緒に立ち上げ、メンバーを募った。生協の地域のニュースや口コミで呼びかけた。その後、イベント参加をきっかけにメンバーに加わった人もいる。

「ばーばの手」の活動は、登録する南ブロックがサポートしている。地域のニュースに勉強会や料理教室の募集記事を掲載したり、電話受付の窓口になったり、イベント時の託児者の手配やおもちゃなどの備品のレンタルなども行う。メンバーは、こうしたサポートをありがたいと感じている。

生協は、仲間づくりの場であり、社会的な活動の育成の場にもなっていると言える。テーマ・コミュニティの活動は 5 年までであり、スタートアップを応援するとい

う意味合いもあるようである。2019 年度に 4 年目に入る「ばーばの手」は、NPO 法人となることを目指している。

(3) 他団体との連携

「ばーばの手」の活動当初から協力してもらっているのは、食物アレルギーの子どもと保護者の支援を行う認定 NPO 法人 FaSoLabo (ふぁそらぼ) 京都³⁾ である。「ばーばの手」の活動への助言や、勉強会への講師の派遣のほか、料理教室などのイベントの共同開催など、これまで連携して活動を進めてきた。

まちづくりに取り組むきゅうたなべ倶楽部も協力関係にある。龍馬館や地域の夏祭りには、「ばーばの手」も卵と小麦を使わないたこ焼き屋やヨーヨー釣りを出店したりするが、そうした活動をきゅうたなべ倶楽部の学生スタッフが手伝ってくれる。

4. NPO 法人を目指して

「ばーばの手」は、京都生協テーマ・コミュニティを卒業後、NPO 法人として活動していくことを目指している。2019 年度は、組織力の向上を図りながら、NPO 法人設立の申請手続きを目指す方針だ。

今後取り組みたい活動については、すでにメンバーから色々な案が出されている。食物アレルギーの研究は進んでいるため、最新の情報を学ぶ勉強会は継続して開催する。『ばーばのおやつ』に続き、アレルギー対応の『ばーばのおかず』のレシピ集を作りたいという声も上がっている。料理教室の企画と教室の開催を定期的に繰り返しながら、レシピ集に載せるメニューを積み上げていくという。また、アレルギー対応の商品は増えているため、メーカーを呼んで学習会をする案もある。初めての商品を使

い勝手がわからないため、説明を聞きながらみんなで使ってみたいという。このような商品は、要望すれば京都生協でも扱ってくれるが、あまり売れないとすぐにカタログに載らなくなってしまうという。

また、『ばーばのおやつ』にも載っている、卵も小麦もたこ焼き器も使わない「たこ焼き」は、生協に商品化してもらいたいと考えており、商品部に働きかけてみるつもりだという。アレルギーのある人向けの商品としてではなく、アレルギーのある人もない人もおいしく食べられる商品として定番化を目指したい考えである。

NPO 法人の設立に向けた最大の課題が、財政的なマネジメントである。収支の採算が取れないと持続できないが、料理教室は現在、赤字だという。主な原因は、託児費である。参加費 1000 円に加え、1 家族 500 円で 1 歳以上の託児を実施しているが、17 人を預かったこともある。保育士経験のある人を頼むが、1 歳児が多ければ必要な人数も増えて赤字になるという。

「ばーばの手」の主な収入源は、生協の活動援助費のほか、各種補助金、イベントの参加費である。主な支出は、会場費、講師料、材料費、事務費、託児費などである。勉強会や料理教室の講師を招くには、生協の活動援助費では足りないため、食育やまちづくりに使える地方自治体などの補助金を申請して活用している。自治体の補助金を活用した事業となることで、公共施設に勉強会のチラシを置かせてもらうこともできたという。『ばーばのおやつ』の売り上げは、アレルギーの専門家が開催する学習会にメンバーが参加する際の受講料の補助に使ったという。補助金と参加費で採算が取れるような運営をまずは目指している。

5. むすび

食物アレルギー疾患は、現代の日本においては決して珍しい病気ではない。しかし、原因となる食べ物や食べられる量は個人差があり、症状も多様だ。成長するにつれて食べられるようになることがある一方で、大人になってから発症するケースもある。食物アレルギー対応も一人ひとり違うため、当事者は少数派であるという意識を持って孤立することもあるように思う。こうした中で、アレルギーの子どもの親たちは、加工食品を使わず料理をすべて手作りしていたり、子ども 2 人が異なるアレルギーを持っているため違う献立を用意していたり、原因物質の表示義務がないものがあるため怖い思いをしていたりする。

「ばーばの手」のメンバーは、子どもたちにお菓子を渡すときに「〇〇が入っているけど食べられる？」などと聞いてから渡すという。卵アレルギーの人が多いことから、子どもにお菓子を持って行かせる時には卵の入っていないものを持たせるという人もいた。私たちは、アレルギーの多様性を理解し、そういう人たちの存在を想像することが重要だろう。「アレルギーのある人もない人も」視野に入れた「ばーばの手」の活動は、多様性を認め合って誰もが暮らしやすい社会につながる一助となっている。

注)

- 1) 海老澤元宏・林典子監修 (2014) 『食物アレルギーガイドブック』メイト、34 頁。
- 2) 同上、36 頁。
- 3) 認定 NPO 法人 FaSoLabo 京都は、2018 年 8 月にアレルギーネットワーク京都びいちゃんねつとから名称変更した。