

相談支援事業障がい者生活支援センターあっとわん  
春日井市からの委託事業です  
相談支援電話 **0568-91-5557**

面接・電話相談のどちらも対応いたします。面接をご希望の方は、事前に予約をいただくとゆっくりに時間を確保できます。新学期ももうすぐですね。2学期は行事も多くなりますので、気軽にお電話いただけるとうれしいと思います。

アレルママの

## 子育て親育て

2

田中香織



こんにちは。今回は食物アレルギーについて知っていただきたいなと思います。皆さんの周りに、ある特定の食物を食べたりすると痒くなったり、咳や蕁麻疹が出たりする方はいらっしゃいますか？食物アレルギーとは、体の免疫反応が過敏に働いて本来無害な食べ物に対してそのような反応をしてしまうことだそうで、人によっては呼吸困難や意識障害が起こるほど重症な場合もあります。原因食品(主に小麦・甲殻類)を摂取しただけでは症状が出ず、摂取後に運動をして症状が出る場合(学童期に発症しやすい)もあります。花粉症の方は生のフルーツや野菜を食べると口内がピリピリしたり、耳の奥がかゆいこと

もあるかもしれません。乳幼児期での軽症の食物アレルギーは摂取できるようになる確率が高いそうですが、重症の場合は長い治療と原因食物除去の継続が必要になることもあり、保護者や本人にとっては精神的負担も大きくなります。今は情報が多すぎて間違ったものや古いものもあり、正しい情報を見極めるのが難しいこともありますよね。アレルギー症状もそれぞれ個人差があり、顔が違いうように体質も違うので、アレルギー専門医(日本アレルギー学会に登録している)のもとで、それぞれに合った対処療法を見つけていくことが大事だと実感しています。

### 講座のお知らせ

## わたしと子どものためのこころが軽くなる子育て講座(3回連続講座)

9月11日(木) 10月16日(木) 11月20日(木) 10:15~11:55 講師:かわのゆみこ 100分×3回

受講料: **10000円** ご希望により個別カウンセリングがオプションで付けられます。(60分8000円、90分10000円)

会場: NPO法人あっとわん(春日井市中央台) 定員8名(残4名)

講座の内容: 私と子どもの自己肯定感・強みを見つける・行動分析の視点で家庭を整える・ほめ方叱り方の極意・子育てと私の人生・感情の扱い方・子どもの発達と自立・わたらしい生き方と子育て・自主性を伸ばす子育てとは?・子育てのもやもやを解消する・未来に向かって!...などの内容を3回でお伝えし、個別の取り組み課題も考えていきます。フォローメールも講座と講座の間にお送りいたします。(講座内容以外での個別カウンセリングはオプションとなります)

講座のお申し込みはホームページよりお願いいたします。お問い合わせは、あっとわん事務局へ **0568-92-5481** (月~金10:00~17:00)

## 水玉ぴとちゃん



いまい やみこ

No.129

## 子どもの未来のための ソーシャルプランナー育成支援講座

第3期

地域で何か活動を始めたいかたや、社会の仕組みを知りたい方。すでに地域で活動をしているけれど、地域のことをもっと知ったうえで活動していきたいという方を対象としています。すぐに活動することはないけれど、いずれ何かしたいなあという方ももちろんOKです。

9月12日、26、10月10、24、11月14、28、12月12、  
平成27年1月9、23、2月13、27、3月13、27 (全金曜日)

全13回 受講料: **39000円** (保育希望の方は別途1日1000円)

定員: 10名(残4名) (保育は定員となりました)

時間: 10:00~14:00 (90分×2コマとお昼休み60分)

会場: NPO法人あっとわん事務局内(春日井市中央台サンマルシェ南館地下一階)

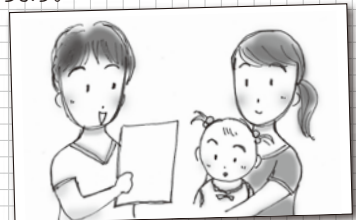
カリキュラムの確認とお申し込みはあっとわんのホームページをご覧ください。

## わたしの強みから始まるカウンセリング

「強みを見つける」ことをきっかけにしたカウンセリングをメニューとして実施しています。「強み」を見つけて生活や子育てに活かしてみませんか? いろんな悩みだけのカウンセリングもお受けしています。「強みを見つける」ところからのカウンセリングではお申し込み後に質問シートをお送りし、記入していただいたうえで実施させていただいております。

60分 8000円  
90分 10000円

日程が限られていますが、お申し込みはホームページからお願いいたします。



## スペシャルキッズの会

予約の必要はありませんので当日お越しください。

★時間: 11:00~12:00(交流会の場合のみ10:30~12:00です) ★参加費なし  
★会場: サンマルシェ南館地下一階 NPO法人あっとわん内

### 平成26年度のスペシャルキッズの会ミニ講座

- ★ 8月27日(水) 子どものことどうやって伝えよう。親から園や学校の先生へ上手な伝え方講座
- ★ 10月29日(水) 【交流会】同じ悩みを持つママ、集まって話そう~療育について~
- ★ 11月26日(水) 児童発達支援、放課後等デイサービスって何やってるの?
- ★ 1月28日(水) 【交流会】先輩ママから話を聞こう
- ★ 2月25日(水) 『からだの発達』と『ことばの発達』

未定の部分はメルマガなどでも紹介します

耳より情報

相談支援事業の一環として、メルマガを不定期で発行しています。NPO法人あっとわんのトップページの「情報メルマガ」のところから登録していただければ、講演会や講座などの情報を、指定いただいたアドレスに不定期でお送りいたします。良ければ、登録してみてくださいね。

※場所の関係上40名を超える場合は入場制限する場合がありますのでご了承ください。

## カードセラピーまつり

9月22日(月) 10:30~12:30

あっとわん事務局内にて

「ポコアポコカード」「ダヤンのフォーチュンカード」などを使って、カードセラピーをやりま。カードを通じて聞いてみたいことなど、楽しみながらやってみませんか? 15分でワンコイン(500円)です。この収益も、ハッピーライラック企画に使わせていただきます。

### お知らせ

NPO法人あっとわんは、今年15周年を迎えます。11月12日(水)11:30~13:30で15周年の記念パーティを会費制で行うことになりました。次号でまた詳しくお知らせいたします。



**NPO法人あっとわん** は、「自立する市民の場づくり」を基本理念とする、子育て親(女性)支援とまちづくりを主な事業とする法人です。

子育て中の女性を応援し、少しでも元気と安心・自信を持っていただけると嬉しく思います。障がいのあるなし、年齢に関わらず子育てを考えます。

事務局 春日井市中央台1-2-2 サンマルシェ南館B1F ラポール親と子の支援センター TEL&FAX 0568-92-5481 (月~金 9:30~17:00 土日祝休み)

春日井市東部子育てセンター 春日井市中央台2-5 サンマルシェ・アピタ館B1F TEL&FAX 0568-92-7757 (月~土 9:00~17:00 日祝休み)