

平成25年7月吉日

PTA 会員各位

静岡市 PTA 連絡協議会
第2ブロック母親委員会
担当校 千代田小学校・東中学・竜南小学校

母親委員会だより 『ひだまりお母さん』

6月19日(水)に第1回研修会「アレルギー講座」が行われました。
講師には「おぐす皮ふ科クリニック」医院長 小楠浩二先生をお迎えして、
「アレルギーについて～皮膚疾患を中心に～」と題した講演をして頂きました。
母親委員長、副委員長を含め、各校から33名が参加し、約2時間に渡りお話を聞きました。

★お話は “アレルギーとは” (=特定の物質に対する必要以上の免疫反応) に始まり、アレルギーの型の説明、疾患の例(気管支喘息 アレルギー性鼻炎 アレルギー性結膜炎 アトピー性皮膚炎 食物アレルギー)等を、その症状や判断の仕方、治療の内容迄、細かく丁寧にお話して頂きました。

★後半には、これからの季節に気になる 『夏のスキンケア』 についてもお話し頂きました。

- 汗 について 体温調節の為、「かくこと」自体は必要。むしろ汗をかかないことは問題がある。「かきっぱなし」にしておかない。
可能ならシャワー、無理ならふき取るように。
- 入浴洗浄 固形石鹸やボディソープの使用は基本的に問題ない。
なるべく低刺激のものがお勧め。洗浄の際、ナイロントオル、ボディブラシはあまりお勧め出来ない。
ガーゼ、綿タオル、柔らかいスポンジなどを推奨。
- 紫外線 日焼け止めのSPF：日常には15以上あれば充分。
赤くなるタイプの人、アウトドア等の場合には30以上が望ましい。
※泳ぐ時のラッシュガード：子供には特にお勧めとの事。
(人間の一生のうち、日焼けは蓄積され、リセット出来ないから！
だそうです。もちろん大人も紫外線防止は必要です。)

★小楠浩二先生のプロフィール

浜松市出身。福井医科大学(現 福井大学医学部)卒。
静岡市立静岡病院、富士宮市立病院、榛原総合病院など
県内総合病院の皮膚科常勤医を勤めた後、2008年静岡市
城北に「おぐす皮ふ科クリニック」を開業。



◎次回の予定・第2回研修会『静岡学園見学』 9月12日

《アレルギー疾患について～皮膚疾患を中心に～》

- ★ 横内小学校 : ・アレルギーにもいろいろある事が解りました。
 - ・アトピーにつける薬やにきび薬など、新しい薬がある事が解りました。
 - ・項目ごとに分かれていて、解りやすかったです。
 - ・子どもに関する疾患の話もして頂き、理解出来なかった事もよく解った。

- ★ 安東小学校 : 講師が皮膚科の先生という事で、アトピー性皮膚炎や蕁麻疹のお話を詳しく聞く事が出来ました。ふだん聞く機会のないようなステロイド剤の副作用や夏に向けて気になる「汗」や「紫外線対策」についてもお話していただき、とても勉強になりました。

- ★ 城北小学校 : いろいろな種類のアレルギーについてのお話が聞けて、とても勉強になりました。実践してみたいお話もあり、参加出来て良かったです。

- ★ 伝馬町小学校 : アレルギーの専門的なお話から 夏のスキンケア、子供の皮膚疾患など身近な事まで大変ためになりました。にきびを気にしている子供に、今日教わった事をさっそく話そうと思います。ありがとうございました。

- ★ 城内中学校 : ・とても分かりやすく説明して頂き、ためになりました。
 - ・赤ちゃんも水虫になるという事にびっくりしました。

- ★ 東中学校 : アレルギーの種類や原因、判断の仕方など、大変細かくお話し頂き とても勉強になりました。これからの季節のサンケアの知識やニキビの新しい薬のことも教えて下さり、興味深い講座でした。

- ★ 葵小学校 : アレルギーの詳しい説明も大変参考になりましたが、「紫外線は、人生の半分を成人までに摂取するので、子供のころから紫外線対策は必要である」という皮膚科からのご意見が、とても印象に残っています。

- ★ 千代田小学校 : 専門的な事から日常の事まで、とても分かりやすい講演でした。薬の使用、夏のスキンケアなど、聞いた事を役立てていきたいと思います。

- ★ 竜南小学校 : 子供の頃に出たアレルギーよりも、成人過ぎてから発症してしまったアレルギーの方が治りにくいという事を知りました。それと、水いぼはプールの水でうつるわけではなく、ビート版 etc での感染だそうです。最後に、ニキビ治療にはアダパレンという薬が効果的との事でした、色々と勉強になりました。

- ★ 安東中学校 : アレルギー疾患や紫外線のお話を、とても分かりやすくして頂きました。ステロイド剤も正しく使えば危険な薬ではないことがわかり、とてもためになるお話でした。ありがとうございました。