

わたしの選択

免疫アレルギー疾患を もちながら歩む人生

令和5年度
免疫アレルギー疾患患者に係る治療と仕事の両立支援モデル事業
国立病院機構 三重病院

はじめに

アレルギー疾患があっても、学び、働き、生き生きとした生活を

アレルギー疾患をもちながら、頑張っておられる皆様、ご家族の皆さま
アレルギー疾患の患者さんの治療とケアに尽力されている医療従事者の皆様
よりよい医療体制作りのためにご努力いただいている行政機関の皆様

国立病院機構三重病院は、厚生労働省が公募された「令和5年度免疫アレルギー疾患患者に係る治療と仕事を安心して両立支援モデル事業」を受託いたしました。

この事業は、免疫アレルギー疾患の患者さんやそのご家族が治療と学業・仕事を安心して両立できるための支援のあり方を考え、これからの新しい仕組み作りに役立つ提案をしようとするものです。この1年間、私たちは実態調査を含めて、様々な取り組みをさせていただいたところですが、なかでも大きな成果の一つは、それぞれ様々な課題を抱えながらも頑張っておられる患者さん方の姿を知ることができたことです。そこで、これをもっと多くの方に知ってもらいたいと願い、各地の患者会の皆様にご協力をいただき、広い地域で患者さんをお願いしまして、おひとりおひとりの「声」を集めさせていただきました。

この小冊子は、皆様の生の「声」が記されています。実際の思いを届けるため、個人を特定できるような情報を除き、回答いただいた内容そのものを載せています。

「わたしの選択」というタイトルをつけましたが、皆様がアレルギー疾患と生きる中で、どのようにそれぞれの人生の「選択」をされてきたかにフォーカスしました。

解決された課題も、解決されないままの課題もいろいろあります。

この小冊子をお読みいただくことで、同じ疾患をもっている患者さんやご家族の方々に少しでも助けになるのではないかと、医療従事者の皆さんには患者さんのお気持ちを知り、治療やケアにお役立ていただけるのではないかと、そして行政機関の皆様にはこれからの新しいシステム作りの参考にしていただけるのではないかと、そんな願いを込めました。私たち自身、これを読むことで日頃の診療では気がつかなかった視点をたくさんいただきました。

ぜひご一読いただき、ご感想をいただければ幸いです。

この冊子作成のために一生懸命書いていただいたお一人お一人、ご寄稿の方々をご紹介いただいた患者会の役員の皆様とアレルギー専門施設の先生方に心からお礼を申し上げます。

令和6年3月31日

国立病院機構三重病院 両立支援調整委員会・アレルギー科
長尾 みづほ 藤澤 隆夫

目次

今回、全国から52人の方の「声」をいただきました。

アレルギー疾患はいろいろな臓器におこります。例えば、皮膚ではアトピー性皮膚炎、呼吸器では喘息など、多くの患者さんはいくつもの疾患をお持ちで、それぞれの疾患が互いに影響し合っ
て、症状が起こるといった経験をされています。

この小冊子では皆様の「声」をまとめるにあたり、ひとつの整理の方法として、それぞれの患者さんが最もお困りと想定される疾患で分類をさせていただきました。どれが中心か、などと言えない場合も多く、誤分類もあるかと思いますが、どうかお許してください。

1. アトピー性皮膚炎	1
2. 食物アレルギー	8
3. 気管支喘息	38
4. アレルギー性鼻炎	41
5. その他	43

Q1: どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー、ダニ、ホコリ、花粉。

Q2: 選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

特別支援学校高等部。

Q4: 実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

家庭科の調理実習で、皆と別の鍋で調理をさせてくださったこと。

野菜の切り方が大きいと火の通りがわるくなりアレルギー反応がでないか心配だということを先生に伝えたら、手順書の切り方よりも小さく切っても良いとあって、私が普段家で料理するときの切る火の通りやすい大きさを切らせてもらったこと。

目玉焼きやスクランブルエッグを皆が作るときに、わたしには代わりに豆腐ステーキのレシピを渡して私も別のおかずが作れるように案を出してくださったこと。

お酢の混ぜたドレッシングが普段食べていなくて慣れないので、私だけはお酢抜きでドレッシングを作らせてもらったこと。

昼食を教室で食べるときはいつもその日の日直が皆の机を拭くが、私の机は別の台拭きで拭くため、日直もちゃんと分かっている私の机だけ拭かずに通り越してくれています。ただし、自分の机は自分で拭いています。

周りの人がアレルギーについて聞いてきたときは、分かりやすく自分の言葉で説明しています。周りの人には理解を頂けているので、ありがたいです。

Q7: 就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

特例子会社はアレルギーなど基本的に理解があったので、弁当を昼に持参しておりとくに問題はありませんでした。実習で一般の普通の企業に行ったときは、特例子会社や介護施設などを除き、ほとんどの職場では差し入れをいただくことがありその時に断っても、いいよ、貰うだけもらって!と差し入れを少しいただくことができましたが、もちろんその時に差し入れは口にせず家に持ち帰って家族に食べてもらっていました。 ひとり暮らしの場合はたぶんしばらくとっておいてから捨ててしまうと思います。

Q8: 実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

ない。ただし、昼食は社食もアレルギーでほとんど食べれないだろうと思うので、自分がひとり暮らしになった場合は、弁当のおにぎりを毎朝握ることになると思います。

Q9: 後輩へのメッセージをお願いします。

自分のアレルギーは自分のこととして、周りの人には自分の言葉でしっかり丁寧に伝えられることが大切なんじゃないかと思います。自分にアレルギーがあることは別に仕方ないことなので、自信をもって伝えられたらいいなと思います。

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー、アトピー性皮膚炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

請負契約会社。

Q7:就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

アトピー性皮膚炎によって休日になる時があったから自分の通いやすい範囲で通える仕事場にした。

Q8:実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

休日を調整できるようになった事で、アトピー性皮膚炎をあまり気負わなくなった。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

辛いこともあるだろうけど、向き合う意識で変わるから頑張る。

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

アトピー性皮膚炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

トリミング専門学校、就職先動物病院。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

真夏の体育の後は皮膚が痒くなり大変だった。

Q7:就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

犬猫アレルギーがあり就職先に悩んだがやりたい仕事を優先して選んだ。

Q8:実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

犬種によっては痒くなることもあったが専門学校時よりはかゆみが落ち着いていた。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

やりたいことは諦めずやってみる。

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー、アトピー性皮膚炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

定時制高校。4年制大学+大学院(医療福祉系)。福祉保健センター。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

保湿剤を塗ることを許可してもらった。日差しが強い日の体育は屋内で受けることを許可してもらった。

Q5:専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

医療福祉系に興味を持ち、進学先・就職先に繋がった。

Q7:就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

通院のための休みを貰えるかどうか確認した。

Q8:実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

痒そうにしている時に優しい言葉をかけてもらった。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

ストレスや季節によって悪化するので自分の肌のコントロールに気をつける。保湿は大事だと思います。



Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー、アトピー性皮膚炎、気管支喘息は小児の頃患っていました。(現在は完治)

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

私立高校に進学。私立大学に進学。4年の大学生活を経て、医療系の民間企業に就職。

Q3:高校に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか。

幼稚園・小中は給食であったため大変苦労しましたが、高校は給食がなく弁当だったため、誤食などのリスクは限りなく減ると思い、とても安心したのを覚えています。高校進学にあたり、あまり食物アレルギーで悩んだ記憶はありません。

問題は、アトピー性皮膚炎でした。公立高校だと、エアコンが完備されておらず、汗をかくことがアトピーを悪化させてしまうと思い、比較的エアコンが完備されている私立高校への進学を考えました。当時、公立高校⇨お金がない・設備が最低限というイメージでした。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

運動することは好きでしたが、汗をかいたあとの対処に困りました。高校時代に、アトピーが一時的に著しく悪化した時期があり、汗をかいたあとにシャワーを浴びることやすぐ保湿剤を塗らなければなりませんでしたが、もちろんシャワー室を貸してもらえることもなかったですし、汗拭きシートみたいなもので全身拭いてから保湿剤を塗ろうとするとかなり時間がかかってしまうため、同級生や先輩たちと比べてかなり準備が遅くなってしまい、怒られたこともありました。

下級生だと、使った道具の片付けやコートの整備(当時はテニス部)をしなければならないので、そうすると肌の管理は二の次になっていました。

部活の後の下校途中に銭湯などが無いかも調べましたがもちろん無く、結果的にはどんどんアトピーが悪化しつづけたため、大好きだったテニス部を「持病の悪化のため」という理由で退部しました。

授業で体育があった後は、肌の管理をするほどの時間はなかったので、体育のあとの授業の1時間だけはなんとか我慢して授業を受け、次の休み時間にトイレに行き、個室の中で汗拭きシートで体全身拭き、保湿剤を塗っていました。

食物アレルギーに関しては、文化祭のときの出店の当番で苦労しました。クラスでは、チョコバナナをやることになったのですが、チョコに触れないように気を付けていました。

幸い、男女共学だったため、キッチンでチョコバナナを作るのは女子が担当してくれることが多く、私はお金の会計係りを率先して手上げて、あまりチョコバナナに触れない役回りをしようと思いましたが、なんの店を出すかをクラスで決めるとき、自分のアレルギーのせいでみんながやりたいことが出来なくなるのは迷惑だと思ったため、「自分がアレルギーであるから店で扱う食べ物に配慮してほしい」とは到底言えませんでした。

正直申し上げると、アトピーと食物アレルギーがあって、高校時代で嬉しかったことは何ひとつありません。

Q5:専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

大学は、食物アレルギーに関してあまり悩まなかった気がします。大学では体育の授業などはないので、アトピーについても同じく、あまり悩みませんでした。

ただ、高校・大学については、あまり遠くの高校・大学には通わないようにしました。アレルギーが出た時などの万が一の為です。又、救急車で運ばれる可能性はあまり無いと思いますが、救急病院などの大きい病院が近くにあると安心だと思い、結果的に高校も大学も都市部の高校・大学に進学しました。住んでいたところからは、片道1時間以内くらいでした。

学部等に関しては、医学部に入れるほど頭は良くなく、まだ将来のやりたいことがそこまで決まっていなかったため、無難に法学部に就職しました。悩んだ記憶などはありません。

Q7: 就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

就職先は、就活をはじめた時から、「医療系の職に就きたい」と思っていました。

自分が物心つく前から病院に通い、治療をしていたため、非常に身近な業界で、「いつか自分の食物アレルギー経験や、アトピーの経験も活かしたい」と思っていました。

「健康」という側面で食品会社なども就職を考えましたが、「食物アレルギーがあると商品開発や食べ物に触れる機会が多いと難しい」と思いました。事実、応募条件に「食物アレルギーが無い人」と書かれた募集要項も見た事あります。

さらに、一番危険なのは「接待」でした。接待があるような就職先は選ばないようにしました。自分だけでなく、得意先との都合などもあり、お酒や食事を断れないケースもあるだろうなと思い、接待が連想されるような職業は、そもそも候補から外れました。

結局は、医療系の会社に就職しましたが、入社して思ったことは、「食物アレルギーがあります」と言うと、聞いたことのある疾患であったり、多少聞きなじみのある言葉のせいか、私自身に周囲が理解を示してくれたことが大変嬉しかったです。「医療に携わっている人間が、何かアレルギーの食品や飲み物を強要してきたり、私の事情もわかってくれるだろう」という思いもありましたが、その通りでした。

営業職で入社しましたが、営業車を使うことが出来たため、夏は車のエアコン最大風量にして外回りをしましたので、あまりアトピーなどの悪化もなかったです。

Q8: 実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

会社の忘年会・新年会などで、お店を考慮していただけたことが何よりうれしかったです。

ただ、営業職の仕事内容として、得意先主催の忘年会・新年会への参加をしなければならない時がありました。

しかし、得意先主催な上、「私食物アレルギーがありまして・・・」と言うことができず、そういった会が始まる前にコンビニや牛丼屋でご飯をある程度食べてから参加し、会の中ではお酒だけいただき、食べ物には手をつけないようにしていました。

しかし、入社2年目くらいの時、ある得意先の忘年会で、酔った同業他社の方が私にカニクリームパスタを無理やり食べさせてきて、私は嘔吐してしまいました。

それを、遠くのほうにいた得意先の経営者の方が見ていて、「あいつ、何もめてるんだ。こんなめでたい席で!」と言い、その後私の会社の売上げがどんどん下がっていきました。

その後、その同業他社の方から謝罪なども一切なく、「酔ってて覚えていない」と一点張りでした。

会社内では、私が食物アレルギーであることは伝えていましたが、得意先や同業他社には伝えていませんでした。

Q9: 後輩へのメッセージをお願いします。

アレルギー疾患があると、様々な生活の場面で制限を強いられ、辛い事や苦しい事、泣きたくなるような場面がいっぱい出てくると思います。私は高校時代に両親に「なんでおれをこんな体で産んだんだ!お前たちのせいだ!」と怒鳴り、怒りをぶつけてしまったこともあります。今はずっと反省しています。でも、そういう背景があるからこそ、自分以外の人で、何か苦しん出る人や悲しんでる人がいたら、その人の気持ちをわかってあげられる力があるはず。他の人よりも、プラス1つ、心優しい部分をもっているはず。なので、決して悪い事ばかりではなく、小さな幸せをいっぱい見つけながら、人生を楽しんでください。「何か困ったら、僕の所においで!話全部聞いてあげる!」と言ってあげられるような人になってください。そうした振る舞いは、自然と自分の周りに人を集め、いつしか皆から尊敬される存在になります。お互い、頑張りましょう!君たちは一人じゃない!

Q1: どんなアレルギー疾患がありますか？

アトピー性皮膚炎, アレルギー性鼻炎。

Q2: 選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

進学校。国公立大学。一般企業。

Q4: 実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

①アトピーがあり、日焼けするため水泳禁止だったため、ずっと見学だったが、周りからの理解が得られず、陰口をよく言われた。単位をとるため、雨の日に個別で水泳をした。

②思春期で肌が荒れている汚くて周りから見られるため夏でも長袖で過ごした。

③肌が汚いが日焼け防止のために、日焼け止めだけ塗っていたら、担任に呼び出され、化粧はするなと何回か注意を受けたが、化粧をすると肌が荒れるので一切していなかった、日焼け止めを塗るのも外で体育がある日など限られた時にしか使ってなかったがアトピーを理解してもらえなかった。

Q6: 実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

不思議なことに、大学ではアトピーが一旦マシになっていった。

Q7: 就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

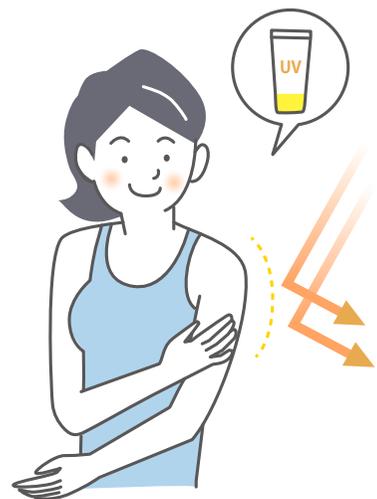
アトピーがあったので、接客とか人としてなるべく関わらない職種を、考えた。

Q8: 実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

就職してアトピーが悪化した。一時には包帯を巻いて会社に行くほどになった。そんな外見が嫌で人と関わるのがしんどくなった。

Q9: 後輩へのメッセージをお願いします。

自分がアトピーになり、女性ということもありあまり楽しい人生ではありませんが、病気とどうすれば上手に付き合っていけるのかを自分で探すことが1番なのだとは思っています。



Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー、アトピー性皮膚炎、気管支喘息。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

普通高校、私立大学、保育園。

Q3:高校に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか。

受験の時期は精神的肉体的に疲労が強く、不眠と痒みに悩まされました。集中して学習に取り組むことが困難でした。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

年齢的にも人の目が気になる頃でしたので、通学時は足早に登校していました。電車内で知らない人にアトピーを指摘されたこともありました。学校では特に配慮など必要なく過ぎていました。

Q5:専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

特にアレルギー疾患には関係なく、進路を選びました。

Q6:実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

学校の授業は単位を取るために必要な授業に「泥遊び」があり手のひび割れがひどすぎて見学をしました。また、調理実習も手のひび割れが酷いためほぼ何も手伝わず参加している状態でした。配慮などは、特になかったので、自分で選び考え、できる範囲内のことを行いました。

Q7:就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

就職にアレルギー疾患が影響することはありませんでした。

Q8:実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

保育士は水作業も多く、自分がサブの保育担当週は手荒れが酷くなっていました。しかしやりがいがある仕事だったのと、就職する頃には意識が自分のアトピーのことよりも子どもたちの育成成長に着目していたので、忙しすぎて正直、自分の身体より仕事優先で暮らしていました。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

私は小学生の頃から保育士になりたかったのですが、アトピーがあることよりもなりたい夢を叶えることに集中して高校、大学と進学しました。アトピー重度だったので、外見的には痛々しい姿ではありましたが、自分の持ち味だけはどうか持っていたくて、イラストを描く、歌を歌う、文章お便りを分かりやすく書く…など、他の人よりも一つ頭出るように努力していました。アトピーの人間は…個人的な意見ではありますが、負けん気は強いと自負しています。見た目勝負できなければ中身で勝負しかありません。自分の武器を出来るだけ増やし、少しでも胸を張って社会に出ていけるように、治療の合間に何かしらの自分磨きタイムを積み重ねていければ自信が付くのではないかと思います。

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー，アトピー性皮膚炎，気管支喘息，アレルギー性鼻炎，アレルギー性結膜炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

私立大学国際高等学校。

Q3:高校に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか。

自分のしたいことを第一に考えて進路先を考える時はアレルギーのことは気にしていなかった。修学旅行は海外の予定で結局コロナウイルスで無くなってしまったけど自分が生きたいと思っていたから行くつもりで今の高校を選んだ。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

友達がお飯を食べて遊ぶ時などにアレルギーのことを知っててもまずは誘ってくれて「ここでご飯食べるんだけど行けそう？」と聞いてくれることがすごく嬉しかった。

調理実習の時はできないこともあったけど一緒にやっていたら特別扱いせずに「ここできたらお願い!」と一緒に対等に接してくれたことがありがたかった。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

自分のしたいことをアレルギーを理由に諦めないでください。家族やお友達や先生に相談したらいい方法が見つかるかもしれないので1人で諦める選択はしないでください!

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー，アトピー性皮膚炎

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

私立高校 進学校。文系大学。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

教師に「アレルギーって好き嫌いでしょ?」と言われ、アレルギーに関して知識のない人はまだに居るのだなと、虚を突かれました。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

食べたいものが食べられない、飲みたいものが飲めないなど、自由が縛られ生活が豊かではないと感じても、努力はきっと裏切らず、頑張ったら頑張った分だけ、自分の人生が豊かになります。なので、途中で諦めず最後まで頑張ります。あなただけではありません。私もあなたもみんな同じです。

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー，アトピー性皮膚炎，気管支喘息，アレルギー性鼻炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

隣町の全日制高校。

Q3:高校に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか。

部活でプロテインの問題や合宿での食事の対応に影響があった。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

修学旅行の自由行動での昼食を食べる場所。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

アレルギーに対する理解度は昔よりも深まっているから変に不安にならなくてもいいよ。

18歳 女性

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー，アトピー性皮膚炎，気管支喘息，アレルギー性鼻炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

市内の高校、福祉系の大学。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

エピペンを持っている為、先生方がエピペンの勉強をくださった事が嬉しかった。

修学旅行の時、皆のように豪華なお弁当ではなく、質素なおにぎりのお弁当を食べ無ければいけないことが悲しかった。

Q5:専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

医療福祉に関する大学に進んだ。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

アレルギーがある事で我慢した事や、悲しかった事など色々な事があったと思います。ですが、アレルギーがある事で家族や友達、先生方の優しさに気づけたり、他の人よりアレルギーに対しての理解がある事は絶対に強みになります。これからも大変だと思いますが、頑張ってください。

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー，アトピー性皮膚炎，気管支喘息，アレルギー性鼻炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

県立高校 普通科。国立大学 農学部。

Q3:高校に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか。

公立高校の普通科を志望していたので、アレルギーに関しては何も問題はなかったです。

すべりどめに受験した私立高校は、修学旅行が海外でしたので、食事の面で困るなど思い絶対に公立高校に行きたいと思っていました。

公立高校を第2志望まで受験出来るので第1志望の高校が不合格だったとしても、第2志望には合格出来るだろうと安心していました。その点ではこの県に住んでいて良かったと思います。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

エピペン持ちとすることで、修学旅行の成分表は学校からもらいました。アレルギー対応も人任せではなく、自分で出来て良かったです。

大学受験前に、共通テスト、大学受験当日に吸入薬、エピペンを持参しリュックのポケットに入れてあることを高校が申請してくれました。それが嬉しかったです。

Q5:専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

合格発表がまだなのでまだ進学出来るかどうかわかりませんが、学部は農学部志望で生物、環境を学びたいと思い選んだのでアレルギーに関しては何も考えていません。

生き物が好きなので獣医も考えましたが、アトピー性皮膚炎のため難しいかなと思いました。でもその前に学力が足りなかったのが、ただの笑い話になりました。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

高校はお弁当持参なのでみんな同じ。誤食もないし安心だよ。



Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー、アレルギー性鼻炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

私立大学 理工学部 建築学科。

Q3:高校に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか。

高校入学時は生卵が食べれない状況にありました。自身の食物アレルギーに対する理解は十分にあった為、特に学校生活で困ることはありませんでした。ただ、外食等が増える高校生活においては自分が食べていいものと食べてはいけないものをしっかり区別し、それを相手に伝える事が大切だと思います。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

クラス会や文化祭の打ち上げの際、ピザを頼んだりみんなでご飯に行くような事がありました。自身が食物アレルギーを持っている事を伝えていた友達が、これは大丈夫？と聞いてくれた事があり、とても嬉しかった事を覚えています。全員に知ってもらうことよりも距離が近い人に知ってもらえる事がより大切だと思いました。

Q5:専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

大学では体育会に所属しており、同期の1人に重度の卵アレルギーを持った人がいます。合宿所での食事で1人だけいつも分けてマネージャーさんに作って頂いているようです。私たちの部活では食物アレルギー患者でも歓迎するという事になっていて、一緒に活動ができているのを嬉しく思っています。

Q6:実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

同期から聞いた話ですが、やはり自分のアレルギーについて色々配慮してもらったり手間が増えてしまっていることが申し訳ないと感じているそうです。ただ、食物アレルギーの認知度が上がっていることもあるのか、食物アレルギー患者に対してずい等の不満を持っている人は誰もいません。食物アレルギーへの理解も浸透してきているのではと思います。

Q7:就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

私はまだ学生なので分かりませんが、職場の衛生環境や営業職などはその仕事内容やスケジュールをよく確認したいと思います。アレルギー患者にとってそういったものは些細なことに見えて意外と重要な要素だと思います。

Q8:実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

特に喘息やアトピーなどの疾患については周りの方にしっかりと伝える事が大切だと思います。自分は〇〇という理由でもしかしたら迷惑をかける時があるかもしれないなど、一言でいいから伝えるともしもの時に助けてくれるかも知れません。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

まずは自分がアレルギーについて理解する事が大切だと思います。アレルギーとは何なのか、何で起こるのか、何がどう駄目なのか、相手に理解してもらうには説得する必要があります。説得する為には自分の理解とプレゼンが必要です。言葉で伝える事ができれば、もしもの時にきっと役に立つと思います。

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

外国語を重点的に学ぶ大学である外国語大学。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

配慮してもらって嬉しかったことは、修学旅行に行った際、自分が食物アレルギー持ちであることを、予め申告していたため、朝、昼、夜の食事を自分が安全に食べられる献立に調整してくれていたこと。負担になったことは、調理実習で、自分が卵アレルギーが幼少期よりも、軽減しているとはいえ、卵に触れることを、自分の意思とは関係なく、躊躇してしまったことが多々あったこと。

Q6:実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

負担となったことは、大学では、学食で卵を使った料理がかなり出されてしまうため、特にどんぶりものの料理であると、卵が使われることがほとんどであるため、卵料理を食べてしまうと、昼休憩の後に受ける、授業で蕁麻疹などの症状が起きてしまうため、食べられる料理が限られてしまうこと。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

大学では、担任の教師がいなくなり、自分を管理する人間が自分しかいなくなってしまうため、食事の管理は特に気をつけてください。



Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー，気管支喘息，アレルギー性鼻炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

私立大学。

Q3:高校に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか。

食物アレルギーがあるため修学旅行のない高校を選んだ。また保健室に看護師が常勤しているかどうかも学校選びの際の重要な要素となった。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

食物アレルギーを未だに好き嫌いの延長線と勘違いしている人がいることに不安を覚えたが、一方で学校側はエピペンの管理などをはじめとしたアレルギー対応に真摯に取り組んでくれて安心して学校生活を送ることができた。

Q6:実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

友人と食事に行く際に自分にはアレルギーがありこの店には行けないと伝えることに多少精神的負担を感じることがある。逆に食事に行った際にこれくらいなら摂取しても大丈夫と少し無理をしようとするのを止めてくれる友人の気遣いが嬉しかった。

Q7:就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

牛乳・乳製品のアレルギーがあるため職業選択（アルバイト）の際にカフェなどの飲食店は避けるようにした。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

経口免疫療法などすぐには効果が見られないためやる気を失ってしまうこともあるかと思いますが、毎日の努力がいつか結果に繋がるので諦めずに頑張ってください。

19歳 女性

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー，アトピー性皮膚炎，気管支喘息，アレルギー性鼻炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

4年生の国立大学。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

〇〇が食べられないのは人生損してると言われて腹が立った、自習室が乾燥していて定期的に薬を塗らないといけなかった、調理実習の際に友達が気を使ってくれてとても嬉しかった。

Q6:実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

居酒屋でアレルギー表示がないところが多く、食べられるものがあまりなかった、プレゼントを買う時にアレルギーに配慮してくれて嬉しかった。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

アレルギーを気遣ってくれる人と一緒にいましょう。

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー，アトピー性皮膚炎，気管支喘息，アレルギー性鼻炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

私立の全日制高校、4年間の国立大学。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

負担になったこと：自習室がほこりっぽく、長時間いると肌が乾燥したり咳がでたりした。調理実習のときに家庭科の先生がコンソメに牛乳が入っているのを知らずに、危うく食べるころだった。肌が乾燥して定期的に薬を塗らなければならなかった。〇〇食べられないのは人生損していると言われた。

嬉しかったこと：調理実習で同じ班の子が前日にLINEをくれて食材を確認してくれた。私がアレルギーあるから遊びに行くのが申し訳ないと言ったら、友達は全然気にならないから大丈夫と言ってくれた。

Q5:専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

食物系の学科がある大学に進学しようとしたが、調理実習が多く、食べられないと思ったのでやめた。(美味しい店に行くのが好きな子が多いと聞き、私は一緒に行けないのではないかと思った)

Q6:実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

負担になったこと：大学生になりオシャレなお店(カフェ含む)に行く人が増えたが、そのようなお店は食べられないことが多い。居酒屋にアレルギー表がないことが多い。

嬉しかったこと：大学の友達が、高校のときに友達もアレルギーあったから気にしなくて大丈夫だよと言ってくれたこと。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

アレルギーのことを理解してくれる子と一緒にいましょう。バカにしてくる人とは一緒にいる必要ありません。辛いと思いますが、一緒に頑張りましょう。



Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー、アトピー性皮膚炎、アレルギー性鼻炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

海外に留学ができる私服の高校、4年制の看護大学。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

コロナだったので、調理実習は1度もなく困ることがなかったので良かった。

アレルギー疾患があることで負担になったことは、当時自分にアレルギーがあることを多数の人に口外したくなかったので校外学習、修学旅行の時は気を使った。配慮してもらって嬉しかったことはさりげなく気をかけてくれて声をかけてもらっていたこと。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

私は幼稚園の時に米、小麦、牛乳、卵の減感作を行い、減感作が終わったあとも牛乳と卵は7年くらい毎日食べ続ける生活をしていましたが、毎日苦痛で一生食べられなくてもいいという覚悟で辞めました。辞めたあともたまに運良く今も4つとも普通に食べることができます。当時は牛乳を飲んだ子が隣で喋っているだけで蕁麻疹が出ていたのに今では、とあるカフェで働き、牛乳を使ったバイトをできています。ケーキをみんなと一緒に食べれて、外食も基本気を使うことなく生活出来て両親や病院の方々にはとても感謝しています。

もしアレルギーがあって普通の人と同じように生活できなくて悩んでいたら、治療を行ってこんなふうに生活している人もいるんだなと考えて少しでも前を向いてくれたら嬉しいです。

私はつい最近まで自分にアレルギーがあり、魚介甲殻類全般食べられないことを人に言うことが恥ずかしいと感じていました。小中では修学旅行に親が付き添ってくれていましたが、それも絶対にバレないようにして、とお願いしたり先生にもクラスメイトには内緒にしたいと考え協力してもらっていました。しかし、ある時普通ってなにと考えるようになり、私にとってアレルギーがあることが普通なので恥ずかしいことでは無いと思えるようになりました。

今までも今もずっと、友達にアレルギーがあることを言っておいていざと言う時に助けてもらわないといけなから言いなさい。と言われ続けているけれど、自分から言えるようになるタイミングがくるので無理しなくていいと思います。言われていることは正しいけれど、それで自分自身が生きづらくなるならそれは違うと思います。

私はアレルギーを持って生まれたことで看護師という夢ができたし、たくさんの事を経験できてよかったです。たくさん辛いことや悲しいこともあるけれど、様々な人の優しさや親切に触れることもできます。十人十色という言葉があるようにアレルギーも1つの個性だと思って楽しく人生を歩んでいけばいい事があると信じています。

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー、アトピー性皮膚炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

接客業。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

食物アレルギーでみんなが心配してくれた事。

Q7:就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

喘息とアナフィラキシーがあったので、自衛官を選ばなかった。

Q8:実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

アレルギーの病院で休みが取りやすくなった。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

しんどいと思うけど頑張ってください。



Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー、アトピー性皮膚炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

芸術大学。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

友人達と外出する機会がしばしばありました。しかし私は乳製品に食物アレルギーがあるため、周りの子たちが普段よく行くような洋食店やカフェには行けません。友人には外食の度私のアレルギーを考慮してお店を合わせてもらうのですが、私が友人の選択肢を制限してしまっているような気がして申し訳なくなってしまいます。またお店選びの際はメニューを吟味する必要があるのですが、公式サイトが無く検索しても食べログしか出てこないようなお店(ビルの中に入っているような飲食店)はメニューが分からないことも多く苦労しています。これらのようなことから、外食に少し苦手意識があります。周りの子たちがアレルギーに配慮してくれる分 気を遣わせてしまっていることへの申し訳なさや募ったり、外出の予定ができる度昼食はどうしようかと今でも少々気遅れしてしまったりします。

また、アトピー性皮膚炎のため宿泊行事の際は夜中に身体を掻いてしまわないか、その音で起こしてしまったりしないだろうかという不安が常にありました。

Q5:専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

初め進学先の候補には、県外の大学も含まれていました。しかし、「万が一重度のアレルギー症状が出た場合を考えると一人暮らしをさせるのは心配」「大人の食物アレルギーを診てもらえる病院を新たに探すよりは、小児の時から通い続けている病院で診てもらい続けた方が安心」という母親の言葉を受け、私自身も納得した上で実家から通うことのできる県内の大学を選びました。

Q6:実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

高校時代と比べると、友人達と食事をしたり同窓会など大人数での会に参加したり機会が増えました。しかし大人数での食事会となると、たくさんの人に私のアレルギーに合わせてもらうことになるためさすがに申し訳なく、アレルギーだからという理由は伏せて他に理由をつけ専攻での忘年会を断らせてもらったこともあります。またアレルギーということもあり一般的な外食経験に乏しいため、サイゼリヤなど皆が知っているような飲食店の所謂あるあるネタが分からず友人に「世間知らずだよね」と言われてしまったこともある等、周りとの認識の差がときどき感じられます。でも、アレルギー持ちということを話すと好意的な理解を示してくれる人たちがばかりなので、その都度安心できます。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

重々承知のことかもしれませんが、食物アレルギーは命に関わることなので周りの人たちには堂々と自分のことを話して行ってほしいです。私の場合は、自分で思っているよりも周りの人達が理解をしてくれたりアレルギーを覚えていてくれたりして、その度にちゃんと話して良かったと思えます。

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー、アトピー性皮膚炎、気管支喘息、アレルギー性鼻炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

私立高校卒、私立大学在学。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

学校自体新築で衛生環境は保たれていたため、その点不自由はなかった。しかし、学食や購買ではアレルギーに気をつけて購入する必要があった。また、文化祭では飲食をテーマとしているクラスが多くあり、楽しいイベントであるにも関わらず、普段よりも気をつけなくてはならなかった。

Q6:実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

進学してみて感じたことは、高校に比べて理解のある人が多いと感じた。私は私立大学体育会ヨット部に所属しており、年間約150日の合宿を通して活動しているため、「合宿飯」を食べる機会が多くある。しかし、マネージャーがアレルギー患者のリスク管理として年度はじめに「アレルギー調査」を行っていた。内容としては食物アレルギー患者の把握と部員全体への理解だった。この行動に関しては後輩ながら感銘を受けた。在籍3年近くなるが、いまだに部活動で発作を起こしたことはない。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

どんなに親切的な国に住む日本国民でも、知らないことには行動できない。まずは当事者である私たちが自分のために理解を促し自分自身で守る必要がある。そうすれば、噂が一瞬で広がるのと同じように、最初は自分のためにしたつもりでも、実はそれが他人にも助けとなっていることがあるでしょう。



Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー，アトピー性皮膚炎，気管支喘息，アレルギー性鼻炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

私立中学高等学校、私立大学文化構想学部。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

修学旅行先がカナダで、中学でも海外への修学旅行を諦めた経験があったために、今回もまた行けずに教室で自習することになるのだらうと思っていたが、担任の先生とアレルギーに詳しい保健の先生がご厚意で熱心に動いてくださり、結果旅行会社の方などと密に連携をとった上で、安全な渡航を実現していただけたことが非常に嬉しい出来事だった。

Q6:実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

負担になったのは、ゼミの韓国合宿にアレルギー持ちであることが要因で参加できなかったことだ。万が一の事故の可能性が捨てきれないため、教授も渡航には後ろ向きな姿勢であった。さらに、大学の規定でもこの場合渡航不可であることが判明した。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

アレルギーがあることで飲み会などに参加できなかったり、学校での合宿や旅行といったイベントに参加させてもらえなかったりといった試練に直面するかもしれません。自分ではどうしようもないことも確かにありますが、一方で制限におとなしく甘んじるだけでなく、できるだけ自分の意に沿うことをやれるように努力することも可能です。例えば私は卵・乳製品アレルギーはあっても、友人たちと美味しいお店でご飯を食べることが大好きなので、安心できるお店のリストを作り、外食の際は必ずその中から選ぶようにして誤食のリスクを下げるようにしています。辛いこともあるかと思いますが、より自分らしく、楽しく、やりたいことに向かって皆さんが進んでいけるよう応援しています！



Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー，アトピー性皮膚炎，アレルギー性鼻炎，花粉症。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

私立中高一貫校・私立大学（教育学部）。

Q3:高校に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか。

お弁当持参の中高一貫校に入学しました。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

食物アレルギーの生徒が複数いたので、嫌なこともなく自然に過ごすことができました。

Q5:専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

アレルギーのある子にも自然に配慮できる小学校の先生になることを目指しています。

Q6:実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

自分自身には特にありませんが、教育実習前にエピペン・救命救急講習会に参加したり、給食のアレルギー対応について学ぶ機会があったのはうれしかったです。

Q7:就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

小学校低学年のうちは給食が除去食またはお弁当持参だったので、同じような子どもの気持ちがかかる、適切な配慮のできる先生になりたいと考えています。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

兄弟で食物アレルギーがあって除去をしていましたが、母が食事作りを頑張ってくれたおかげで二人とも身長は180cmを超えました。母がアレルギー大学で習ってきた料理をよく作ってくれたことが思い出されます。アレルギーがあると我慢しなければいけないこともありますが、「配慮されている」＝「大切に思われている」ことなので、未来を信じて生きていきましょう！



Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー、アトピー性皮膚炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

県立高校(全日制)→私立大学(工学部)。

Q3:高校に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか。

進学の際、普段通院している病院に近い場所にある高校を選びました。病院の診療日が学校の授業がある平日のみで、可能な限り早退等による学業への影響を避けたいと考えたためです。

昼食については、業者による購買もありましたが、アレルギーである卵が入っているものが殆どだったので、自宅から弁当を持参することにしました。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

修学旅行の際に、事前に保健室の先生からホテルやレストランで提供予定のメニューの内容や成分について連絡があり、食物アレルギーである卵を除去・代替した食事を提供していただいたのが嬉しかったです。また、家庭科の調理実習の際も、調理器具を通して卵が混ざることがないように配慮していただきました。

アトピー性皮膚炎については、炎症でよく顔や手などが赤くなってしまうことがあったのですが、それをクラスの同級生や部活の部員に指摘された時は、やはり気にしてしまいました。食物アレルギーと比較すると、アトピー性皮膚炎は他の病気との区別がつきにくく、まだ世間の理解が深まっていないのかなと感じることはありました。

Q5:専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

2ヶ月に一度、アレルギー症状の経過観察で通院をしなければいけなかったので、高校と同様、実家から通学できる範囲の大学への進学を考えました。しかし、大学は高校と比較して病院から離れた場所になったので、通院の曜日・時間帯には履修を入れないなどの対応をする必要はありました。

また、アルバイトを始めようと思ったのですが、特に飲食店の業務だと卵を扱う可能性が高くなると思ったので、自主的にそのような職種は避けて選びました。

Q6:実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

大学は高校に比べて行動範囲が広がり、外食に行く機会も増えました。初めて行く店ではアレルギー表示を確認したり、表示がない店やメニューを調べて食べられなさそうな店は避けたりなどの対策をしています。周囲は、自分の食べられるメニューのある店に合わせるなどして可能な限りで配慮してくれますが、本当は行きたい店ではなかったのかなとか、迷惑を掛けてないかなとやはり周囲の反応を気にしてしまうことはあります。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

進学などの際にはご自身のアレルギー疾患について思い悩むこともあると思いますが、まずは家族や友人をはじめとする周囲の人々の理解を得ることが重要であると思います。周囲の理解を得ることができれば、悩みも減りますし、治療と学業の両立の鍵にもなると思います。これからの人生において、ご自身の進みたい将来を歩むことができるよう応援しています。

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

私立高校、国公立大学医学部。

Q3:高校に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか。

食物アレルギーを持っており、入院も多くしていたため医療の世界に憧れがあり、将来は医療系の仕事に就きたいと考えていました。そのため、県内で最も医学系の学部に近い高校を選びました。高校では同じように医学部を目指す同級生が多く、アレルギーに関して友達同士でいろいろなことを話せたのは幸運だったと思います。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

食物アレルギーを持っていますが、幸いなことに周りの友達がとても親切で大きな苦勞等はなく過ごすことができました。調理系実習ではアレルギー食材に触れないように配慮してもらい、修学旅行等でアレルギー食材が出された場合は、隣の席の人に食べてもらっていました。

Q5:専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

昔から頻りに病院へ行っていたこともあり、医療の世界へ憧れがあったため、医学部へ進学しました。また、同級生や将来の職場に、食物アレルギーに関して理解のある人が多いだろうという考えもありました。大学の選択としては、かかりつけの先生を変えたくなかったため、近所の大学に進学することにしました。

Q6:実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

先生方や、部活の先輩等に食事に連れて行ってもらう時に、食べることができない食材が多く大変申し訳なく思っております。せっかくだしていただいた料理を、一切手をつけることができずに残してしまう、といったこともあります。今後就職にも響いてくるのではないかと心配しております。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

苦しいことも多いと思いますが、それ以上に楽しめることを探して生きてください。

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

保育。

Q3:高校に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか。

アレルギーは落ち着いていたため特にない。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

家政科だったため調理実習や授業内のマナー講座で外食をする場面があったが、先生も店側もアレルギーの配慮をしてくださっていたため特に困ったことは無かった。

また、高校生の時はアレルギーがそこまで酷くなかったことや、高校は弁当だったため親が配慮してくれていたため特になかった。

Q5:専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

アレルギーはほとんどなく、大学生となり自分で判断できるようになったため、食物アレルギーによって制限されたことはない。

Q6:実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

実習で給食が出たが園側の配慮があったため特になかった。

大学で調理実習などはなく、食事をする場面は、お昼が無かったので自分で判断してお昼を買ったりおやつを買っていいので特になかった。

Q7:就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

保育園では給食があるが、自己判断と園側が配慮をしてくれるため特にない。

Q8:実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

4月から働くためまだ分からない。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

食物アレルギーによって生じる困難もたくさんあると思いますが、周りにサポートしてもらえるようにアレルギーをもっと知ってもらいたいですね。



Q1: どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー、アトピー性皮膚炎、アレルギー性鼻炎。

Q2: 選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

地方国立大学医学部。

Q3: 高校に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか。

高校進学時には治療を始めていて、アナフィラキシーショックはあまり起こらない程度まで治っていたため、具体的に何か支障があったということはありませんでした。ただ、高校を選ぶ際に、(それだけで高校を選んだわけではもちろんないですが)アレルギーのことやエピペンのことを理解してもらいやすい環境にいたいということで勉強を頑張ったという面はありました。

Q4: 実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

修学旅行では、みんなと全く同じスケジュールで回らせていただいて、食事も除去の配慮をしていただいて嬉しかったです。まわりもアレルギーやエピペンについて理解してくれる友人が多く、とても過ごしやすく、自分自身も高校生になり、過度にアレルギーがあることを隠したいという思いもなくなり、比較的のびのびと、いい意味でアレルギーのことを気にし過ぎず生活できていた気がします。

Q5: 専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

アレルギーがあったことで、小さい頃から病院が比較的身近な存在だったこともあって、大学では医療系に進学しました。現在の主治医の先生と出会えて、医師になりたいという夢がより明確になったように思います。また、高校進学時の理由と近いですが、自分のアレルギーのことを理解してもらえる環境にいたいという思いも現在の進学先を選んだ理由の一つです。

Q6: 実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

大学に進学して、という所からは少しずれてしまうかもしれないのですが、大学に進学し、一人暮らしを始めて、食費の高さに驚きました。アレルギーがあると、食材も選ばないといけないですし、学食(とても安い)も食べられないものがほとんどだからです。また、友人との外食も気を使います。自分の都合で店を変えてもらったこともあり、それが少し負担です。

Q7: 就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

アレルギーがあったことで、医療と関わりたいと思ったため、医師という職業を選択しました。現在はアレルギー疾患の治療ではない部分に興味があるのですが、きっかけになったのは自分自身のアレルギーが1番大きいと思います。

Q8: 実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

まだ就職はしていません。現在4回生をしています。

Q9: 後輩へのメッセージをお願いします。

アレルギーは、好き嫌い勘違いされたり、食べなければ元気だから、特に小さいころは誤解されることが多く悲しい思いもたくさんしました。でも私はアレルギーだったから出会えた素敵な人がたくさんいて、その人たちに将来をいい方向に変えてもらって、今はアレルギーがあっても良かったまではさすがにいけないけれど、アレルギーあつての自分だなくらいまでは思えるようになりました。学業と治療の両立はとても難しいですが、完璧を求め過ぎないことがコツかなと思います。毎日きっちりできなくても続けること、やりたくなくてお休みする期間があったとしてもやめないこと、これが私が両立を続けられた理由かなと思います。

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー、アレルギー性鼻炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

私立高校（女子校の普通科）、私立大学（女子大の文学部）、運送会社。

Q3:高校に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか。

修学旅行の時、同じアレルギーを持つ子がいたことを知り、仲間を見つけられた。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

事前にアレルギーがあることを伝えてあったためか、行事の際なども配慮してくれて、こちらから何か心配になることは一度も無かった。

過度な声掛けなどもされずに、自然にみんなと同じように学校生活を送ることができ、自分がアレルギーであったことを忘れそうなくらいだった。

Q5:専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

大学でも同じアレルギーを持つ子たちに出会い、自分が思っているよりも多くの方がアレルギーを持っていることに気がついた。

Q6:実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

大学は自由なことが多かったので、自分で判断して行動でき、何かを心配するようなことはなかった。

行事で何かを食べることになった時も、先生がアレルギーの有無を必ず確認してくれていたため、安心して楽しむことができた。

学食もピュッフェ形式だったので、自分が食べれるものだけを取ることができた。

Q7:就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

特に気にしていなかった。

Q8:実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

懇親会の会場が蕎麦屋さんだった時は少し焦ったが、うどんに変更してもらえたので参加できた。このときにアレルギーがあることを伝えられたので、ちゃんと話せるタイミングにもなって結果良かったのではないかと思った。

先輩方と仕事と一緒にごはんに行くときも、食べられないものがある？と皆さん聞いてくださるので嬉しかった。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

アレルギーは見た目だけでは分からないことも多いので、しっかりと自分の性質を伝えることがとても大切だと思います。

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー，アトピー性皮膚炎，気管支喘息，アレルギー性鼻炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

私立中学、私立高校、国立大学。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

負担になったこと

・高校進学前と変わらないが、部活の遠征や学校の合宿等の食事であレルゲンを摂取しないようにしていたこと

→上記に関して、私は卵アレルギーですが、加熱卵は食べれたので、完全に卵を除去することでみんなと同じ食事ができないことが嫌だったこともあり、食べれないメニューがあること承知で同じメニューにしていました。

→小学生時は、よく別メニューにしてもらっていましたが、それがコンプレックスでもあり負担でした。

・友達と遊ぶ際に、みんなが食べたいものが自分だけ食べれないことがあったこと。

→私のアレルギーに配慮してもらってはいたが、それで友達が好きなものを食べれないことも負担になるので。

嬉しかったこと

・これは小学生時からですが、案外周りがアレルギーに対して理解を示してくれること

→一度アレルギーのことを言ったことがあると、自分から言わなくても気を遣ってくれる方が多かったです。

・保健室の先生も、学校で症状が出たときにとても良くしていただけたこと

→母が、保健室の先生が変わるたびに先生にアレルギーのことや薬のことを説明してくれるので、実際症状が出て保健室に行った時に、適切な対応をしてくださいました。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

小学4年時に入院治療(免疫療法)ほぼ成功した私は、もちろんですが、治療したことがとても良かったと思っています。何か大きなことを成し遂げたかのように言っていますが、1度挑戦してみることもありだと思えます。また、今治療されてる方につきましては、この期間で人生が変わるかもしれないと思って、頑張してほしいと思います。私も3ヶ月の入院で人生が変わりました。

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー，アレルギー性鼻炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

製造業（半導体部品）。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

各教師エピペンの正しい使い方などの講習はありました。アレルギーという病気を持っていても普通の極一般人と受け入れてもらえる所です。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

アレルギーの悩みがあるなら周りを巻き込んで相談。

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー、アトピー性皮膚炎、気管支喘息。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

進学私立高校、看護大学、医療事務専門学校、医療事務。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

高校の海外研修の際、エピペンを飛行機に持参するために主治医の診断書が必要でした。主治医から反対されるのではないかと不安だったけど海外はアレルギーの理解があるから大丈夫と背中を押され、海外研修に参加することにしました。その結果高校生のうちにアメリカと台湾の2カ国に問題なく行くことが出来ました。その時の旅行会社の添乗員さんも親切にしてくれました。

Q8:実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

職場の食事会で食べられないものがあるのが困る。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

大きくなるにつれ、食べ物の選択を自分で出来る機会が増えるので大丈夫です。

24歳 女性

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー、アトピー性皮膚炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

普通科高校、看護大学。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

配慮してもらってうれしかったこと：調理実習では自身のアレルゲンとなるものを省いたメニューに変えてくれたこと。またそれが自身のチームだけでなく全員そうだったこと。

Q7:就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

自身幼いころから病院に通っていたため身近な職業となっていた。また自分を支えてくれたように自分と同じような思いをしている子どもを支えたいとおもい看護師になった。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

自分の経験が入試や就職で生かされることもあったり、他人にはわからない視点に気づけることがあります。つらいことだけでなくそれ以上に得るものがあることもあるので頑張ってください。

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー、アトピー性皮膚炎、アレルギー性鼻炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

国立大学、国立大学大学院、国立大学医学部附属病院。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

高校で初めてお昼がお弁当になってアレルギーがあることがあまり気にならなくなった。中学までと比べてアレルギーある子だという先入観もなくなってるだろうと思うと嬉しかった。

Q5:専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

アレルギー検査の研究がしたかったので、それができる大学に進んだ。

Q6:実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

臨床検査技師を目指す専攻で周りにアレルギーを正しく理解している人が増え、劣等感を持つことが減ってうれしかった。

研究ではウサギ、卵、牛乳のアレルギーなのでウサギのいた動物舎には入らなくてもいいようにしてもらったり、研究で使う卵牛乳のアレルゲンの扱い方を一緒に考えてもらったりと過ごしやすい研究生活だった。

ただ手袋やアルコール消毒で手荒れがひどくなり綿手袋を下に履いて実験していたのは不便だった。

Q7:就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

アレルギー検査を院内でおこなっている病院に就職したかったが、たまたま就活していた年に募集がなく、国立大病院に就職した。いずれは転職したいと思っている。

Q8:実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

手荒れがひどいことに気づいてくれた上司が関係部署に連絡してくれて、自分専用のノンアルコールの消毒液を支給してもらえることになった。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

周りに理解ある人はいるので、配慮してほしいことは自分から相談しにいうとうまくアレルギーと付き合えるといいと思います！

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー、気管支喘息。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

公立高校、管理栄養士資格を取得できる大学、特定保健指導を行う健康保険組合に就職。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

昼食がお弁当持参の高校だったため、学食で食べれないなどの心配をすることなく毎日楽しく過ごしていました。エピペンは自分1本所持、保健室に1本保管させてもらっていました。調理実習で

はクラス全員が小麦粉不使用のメニューに変更してもらえたため不自由に感じることなく、みんなと同じものが食べれなくて悲しい気持ちになったりもしなかったです。変に嫌な思い出が残っていることもなく、良い意味であり実習や学校生活について覚えていることはなかったです。

Q5: 専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

もともと食物アレルギーの免疫療法のためにかかっていた病院で出会った管理栄養士に憧れて栄養学科の大学に進みたいと思ったため、将来なりたい職業のきっかけがもらえたことは、食物アレルギーがあるからこそその天職だと思えることができている。進学については、県外の大学に行きたかったが、両親が食物アレルギーの発作が出た時の処置が1人でできるか等体調面で心配していたこともあり、自宅から通える大学に進学しました。

Q6: 実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

食物アレルギーについては入学する際に、高校教員から大学栄養学科ということもあり、週1回程度で調理実習がありました。小麦粉アレルギーだったが、小麦粉や小麦製品を使用する実習は何回もあったため、主治医と相談し対策をしながら受講していました。各実習担当の先生内心発作を起こさないか心配だった面もあったが、先生やまわりの友達も沢山配慮してくれて、小麦製品を扱うときは遠くに離れる、違う作業を任せてもらうなどで対策していた。アレルギーが入っていて実習で作ったものを食べれない時は寂しかったが、代用のものを作らせてもらっていたためその点は良かったです。(餃子を作る実習の際は、小麦粉ではなく米粉で作らせてもらえてた等)

Q7: 就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

アレルギー(小麦)を扱う食品会社は選ばなかった。両親が心配することもあり、県内の会社を探すようにしていた。就職活動の際にアレルギーが不利になるようなことはなかったため良かったと思いました。

Q8: 実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

管理栄養士として栄養指導を行う仕事に就いたので、体調面で不安な業務内容は特にありません。栄養指導では、自分が食べたことあるものとなないものなど、実体験を元にお話をすると説得力が増すことがあります。その点でアレルギー(小麦)製品をほとんど食べたことがないのにオートミールの話になったりするときは、間違っただけの情報を伝えないようしっかりと勉強してお伝えするようにしています。

出張の際、同僚や上司と食事を外でするときは食べれる店に限られるので店選びが難しく少し申し訳ない気持ちになることがあります。

ただ、お子さんにアレルギーがある親世代の上司が多く、アレルギーにはとても気を遣ってくださっています。お土産一つにしても成分表を見せてくれたり、配慮したものを買ってきてくださったりと嬉しいこともあります。だんだんアレルギー持ちが普通な事に変わりつつあるのかなと感じることもあります。

Q9: 後輩へのメッセージをお願いします。

不安になることや、嫌な気持ちを感じることは少なからずありますが、自分になりたかったものに慣れた環境があった事にまずは感謝しています。自分のなりたいものを自分の体調のせいで諦めずに、頑張りたいです！

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー、アトピー性皮膚炎、アレルギー性鼻炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

公立中学、県立高校、国立大学（自宅通学）、営業職、私立専門学校（医療系・自宅通学）。

Q3:高校に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか。

通学が容易で、長時間歩いたり自転車をこがなくて良い高校。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

制服がかゆくて嫌だった。女生徒の制服しか着られなかった。顔・首の痒み・赤みを保護するために包帯等を巻いて目立つのが嫌だった。

修学旅行では食物アレルギーの配慮をしてもらった。調理実習では事前に担当の先生と話し合った。

Q5:専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

湿度が高い地方の大学への進学を躊躇した。

Q6:実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

あまりない。自衛が基本になった。

Q7:就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

飲食関係は選ばなかった。2つめの仕事：医療職：「食べたい、でも食べられない」という悔しい気持ちを理解できると考え、嚙下に関わる仕事にした。

Q8:実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

今のところない。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

学生の時、飲食のアルバイトするなら、素手で触るか否か、確認しておいた方が良い。

26歳 女性

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー、アトピー性皮膚炎、アレルギー性鼻炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

外構業者。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

体育の服がかゆくなりやすい素材だったため、こちらで用意した綿の服にしてもらった。

Q8:実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

差し入れをもらったり、ご飯を食べに行ったりしたときに過剰に配慮されたり、逆に理解がなかったりと説明が難しいと感じる。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

先生と相談して自分なりの対処でゆったり、マイペースに!!

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

看護大学へ進学し、大学病院へ就職。

Q5:専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

アレルギーがあることによって、小さい頃から通院・入院することが多く、医療関係者と接する機会も多かった。その際の自分や周りの患者への声掛けや接し方が丁寧で優しく、不安なく過ごすことができたため、自身もそういった医療者になりたいと思い、医療系へ進学した。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

社会全体のアレルギーへの理解は昔に比べると高まっていると思いますが、こういったアレルギーがあるので、こういう物が食べられない・こんな環境が厳しいなど、予め周りへ説明していくことが双方の理解に繋がると思うので、自分からどんどん発信していきましょう!!



Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー、アトピー性皮膚炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

県立高校 普通科。公立大学 薬学部。病院薬剤師。

Q3:高校に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか。

高校の選択には直接関係しないが、肌の状態が悪くなるので外の部活は辞めた。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

嫌だったこと：修学旅行が飛行機移動だったが、エビペンを持っていくため、機内の席を指定されて友達と離れてしまった。また、遠足などの自由行動があるとその都度、一緒に行動する友人に養護教諭と担任の先生から私のアレルギーについて説明された。自分の口から説明できるのに、と思った。同じクラスの男子に急に肌のザラザラな部分を触られて、露骨に嫌な顔をされて、びっくりした。

嬉しかったこと：肌が悪化するため、診断書があればプールの授業の見学OKだった。

Q5:専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

幼い頃から通院しており、病院は身近な存在だったため、将来は病院で働く人になると決めていた。学部にはこだわりはなかったため、薬のあんなに小さい一粒で、こんなに効果が出るなんて凄いなと思い、最終的に薬学部に進学した。

Q6:実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

嬉しかったこと：医療系学部のため、アレルギーに対して理解ある人が多い。

負担になったこと：一人暮らしをしていたので、研究や勉強が忙しいときは自炊ができず外食が続くと、すぐ肌が荒れたり、普段だったら食べても大丈夫な量でも蕁麻疹が出たりした。

残念だったこと：卵と牛乳に食物アレルギーが残ったため、女の子が好きなスイーツ巡りやおしゃれフード（だいたいチーズや卵）に積極的になれなかった。

悩んだこと：広く浅くの交友関係も多くなるため、どの人にどの程度まで話すべきか悩んだ。交際相手にどの程度まで、幼少期の話をするか悩んだ（アレルギー体質は遺伝する印象があるので）。

脱毛は肌が荒れるのか？肌に優しいメイク用品は？どうしたら、アトピーの痕は薄くできる？などなど、親には少し聞きにくいですが、インターネットでは情報が溢れすぎていることについて、信頼できる先生に相談できたらとても良いと思います。

Q7:就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

前述のとおり、病院就職が夢だった。小さい頃は見た目（肌の汚さや赤み、掻きこわし痕）がボロボロで、辛い思いをした。自身の経験と適切な外用薬の選択や内服方法、生活習慣の指導などで、アレルギー患者やその家族の助けになればと願っている。

Q8:実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

特になし。

外用ステロイドの塗り心地と分類は完璧に説明できるので、経験を生かせる仕事についてよかった。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

アレルギーを持つ事は、時に劣等感や疎外感を生みがちですが、私達を構成する要素の一つに過ぎません。自己肯定感を高く持って、楽しく生きていきましょう！

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー，気管支喘息。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

田舎の大学。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

友達とご飯に行く時に行くところが限られた。

Q5:専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

呼吸器内科に進もうと思った。

Q6:実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

医療系の大学だったのでアレルギーに関して友達みんなが寛容であった。

Q7:就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

手袋がラテックスフリーを採用しているところにした。

Q8:実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

就職してみるとアレルギーは特に気にならない。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

頑張ってください。



Q1: どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー、アトピー性皮膚炎、気管支喘息。

Q2: 選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

私立高校、医療事務の専門学校、調剤薬局事務で就職、医療事務へ転職。

Q3: 高校に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか。

気管支喘息があるので、調子悪くても通いやすい自宅付近の高校を選んだ。ホコリがアレルギーなのでキレイな高校にした。気管支喘息があっても入れるところがあるかもしれないので部活数が多い高校にした。

Q4: 実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

食物アレルギーのため調理実習で完成したもの食べられない。レポート提出は作る過程（皿洗いなど）の内容で先生は評価してくれた。けど同級生に気を使われるので授業はあまり好きではなかった。運動場を使う授業（体育祭）、プールの授業は喘息と消毒液がダメで参加できず。

しかし、先生が違うこと（授業にあたり先生の手伝い）で評価してくれたのでさほど成績に影響なし。修学旅行は個別にご飯が用意してあり先生の近くで友達と食べれず嫌だった。

Q5: 専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

就職にあたり医療系がよく、看護師は体力に自信ないため医療事務を選択して専門学校に行った。

Q6: 実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

高校と違い、医療事務の勉強しかないため授業では負担なし。行事はあったが自分でご飯用意するので気は使わないが、出先で食べるものがなくて困った。結局そんな食べれず。

Q7: 就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

履歴書に持病を書くわけではなく、面接でも聞かれないので自分から言わないと職場で配慮してもらえない。就職先によっては研修で弁当の配布が多いので、職場に食物アレルギーがあることは伝えておいた方がよい。知らないと好き嫌いで片付けられてしまう。調剤薬局では薬を調剤する過程で粉薬がまうので気管支喘息の調子悪くなることあり、医療事務へ転職した。

Q8: 実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

アレルギーで体調不良になっても、上司に伝えておけば体調不良として有給とれる。しかし職場のメンバーの評価は年代が広いと厳しい。

Q9: 後輩へのメッセージをお願いします。

昔より食物アレルギーは浸透しているので好き嫌いで片付けられることは少なくなりました。人柄によって伝えた評価は違いますが、喘息、アレルギーを考慮しても問題ない就職先なら職場の人に伝えるのは大事だと思います。学生生活は食べれない、プールに入らないなどあっても違うこと（作業過程）で成績の評価はしてもらえるので安心して下さい。楽しい学生生活と希望の就職先につけるよう応援しています。

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー、アトピー性皮膚炎、アレルギー性鼻炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

普通科高校、文系四年生国立大学、自動車会社。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

修学旅行では母が事前に先生や宿泊先と相談し、食事メニューを細かくチェックして代替のものに変えるなど配慮いただき、親も自分自身も安心して旅行を楽しめた。

友人には食物アレルギーがあることを言っていたので一緒に食事を取る際も気にかけてくれた。

Q5:専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

大学の長期休暇で卵と牛乳の負荷治療を行うことを決めていたため、治療が終わったら夢だった海外留学をしたいと思い、外国語学部に進学した。完全除去生活でも家族と海外旅行をしていたが、一人で長期留学となると大変不安。アレルギーが少しでも緩和すれば自分の目指す道も諦めなくていいと思った。

Q6:実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

大学の授業は基本講義のためアレルギー関係なく問題なく過ごした。

大学の長期休暇中に食物アレルギーの減感作治療を実施。サークルやバイトを1ヶ月×2回休む必要があり個人的には嫌だったが、カナダへの長期留学のために我慢。完全除去から、治療のおかげでアレルギー食品を少量なら食べられるようになり、世界が広がったことに感動。

留学時は主治医に相談しエピペンや薬を用意し、英語でアレルギー症状の紹介文を作成いただいた。

Q7:就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

減感作治療後でアレルギーやアトピーともうまく付き合っていたため、職業選択時はあまり気にしなかった。就職活動でもアレルギーの話はしなかった。(就職に万が一不利になるのは避けたかったし、ある程度自分で食べるものを選べば営業職でも問題ないだろうと思っていた)。

Q8:実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

事務職でPC作業がメインのため特に負担無し。有給も取りやすく在宅勤務が多いため、万が一体調がひどい場合は休んだり自宅で様子を見ることができのありがたい。特に職場にはアレルギーであることは言っていない。

海外出張の際は自身で食べられそうな料理を選んでいたので問題無し。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

進学、就職など新しい環境になると不安になると思いますが大丈夫です。最近はアレルギーも広く認知されているので周りの配慮に感謝しつつ、上手く自分の身体と付き合ってポジティブな気分です。

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー，アトピー性皮膚炎，アレルギー性鼻炎，アレルギーからくる副鼻腔炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

飲食に関わらない、また外での作業がない職業を選びました。

学生時代に甲殻アレルギーになりました。

就職先を飲食系にということは、一切考えられませんでした。

Q7:就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

製造業や飲食は必ず避けました。

Q8:実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

送別会や飲み会など、甲殻アレルギーがあると伝えることで、店選びや食べ物の配慮をして頂きました。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

治療し、諦めず自分の体と向き合うことで少なからず良くなります！

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー，アトピー性皮膚炎，気管支喘息，気管支喘息は既往。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

中高一貫校、大学は医学部、就職先は病院。

Q3:高校に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか。

食物アレルギーがあったので、医師を目指したいと思い、医学部進学率の高い中高一貫校に進学しました。中学から同じメンバーなので、アレルギーがあることの理解は得られやすかったと思います。これは結果的にですが、アトピー性皮膚炎があったので、プールがない学校だったのは良かったです。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

家族以外との外食の機会が少しずつ増えて、悩むようになってきたのが高校生の頃だったと思います。どんな物が食べれるかきかれたときに、すぐに思い浮かばず、家では母がなんでも私が食べれるように作ってくれていることに気付き、改めて感謝の気持ちが湧きました。友人と外食の際は、食べれるお店を考えて配慮してもらえたり、「気にしなくていいよ」と言ってもらえたのが嬉しかったです。お菓子なども食べれるか確認してからもらえたり、食べれないときはわざわざ文房具のプレゼントをもらったりしたことも嬉しかったです。

高校に限りませんが、授業が黒板にチョークだったので、調子が悪い時は前の方の席だと息苦しくなるのがしんどかったです。勉強などストレスがかかると手を掻いてしまい、手湿疹が特にひどかったのがコンプレックスでした。

Q5:専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

食物アレルギーやアトピー性皮膚炎があったので、医学部に進学しようと思いました。自分の身体なのに、なぜその症状が起こるかわからないことは人体への興味をもつことに影響したと思います。誤食などでなにかあったときに安心かと思い、自宅に近い大学を受験しました。

Q6:実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

高校のときは外食の頻度があがるのがとても不安でしたが、周囲の方は理解してくれて、食べられるお店を一緒に考えてくれたり、コースだと食べられるものを追加で頼んだりしていいよと言われてもらえたり、食べれたか気にしてもらえたりして嬉しかったです。

仕方がないですが、スイーツビュッフェなどに行くことが難しいのは悲しかったです。

また当時お付き合いしていた彼に「アレルギーがあってもなくても好き、これは食べられるかな？って考える時間が増えることも幸せだと思う」と言ってもらえたことが、とても嬉しかったです。今までを振り返っても、付き合うにあたっては、食物アレルギーがあることを、自分が気にするほど相手は気にしていないのかもしれないと思います。

留学に興味はありましたが、食物アレルギーがあるので、難しいかなと諦めてしまっていました。旅行もですが、海外に行くことのハードルが高いと感じていました。

Q7:就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

最初の職場はあまりアレルギーの影響で選択はしませんでした。アレルギーについてもっと学んだり研究がしたいと思ったので、今の職場を選びました。診療科の選択は、私自身はアトピー性皮膚炎もありましたが、食物アレルギーを診る頻度が高い小児科を選びました。

Q8:実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

大学と同じく、周囲の方は理解して配慮していただき、とても有り難かったです。

大学より年配の方と接する機会が増え、昔は食物アレルギーがある人が少なかったこともあり、一部の方ではありますが、理解してもらいにくいと感じることもありました。

海外に行くハードルは自分の中で高かったのも、職場の方と海外の学会に行けたことは、貴重な体験になりましたし、自信にもなりました。

当直業務はアトピー性皮膚炎が悪化することが多かったのも、少し負担でした。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

「なんで自分だけ...」と思うことや、悩んだり将来が不安になったりすることはあると思いますが、なんとかなります。アレルギーがあることで得ることもあると思います。



Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー，気管支喘息，アレルギー性鼻炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

医療系大学。

Q3:高校に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか。

体調面の関係で自宅から通える高校を選んだ。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

体育の持久走の時、みんな走っている中で歩くのは少し抵抗があった。通院するのに2時間くらいかかるので、学校を早退しなければならず単位が取れるか心配だった。

Q5:専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

医療系に進学しようと思った。体調面の関係でなるべく自宅から近いところに進学しようと思った。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

体調のことで制限するのではなく、様々なことに挑戦してください。

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

気管支喘息，アレルギー性鼻炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

医療系の仕事に就きたかったため、私立理系の高校へ進学し、医療系の大学に進んだ後、病院に勤めました。

Q3:高校に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか。

気管支喘息があるため、運動部は避けた。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

卒業旅行等、宿泊が伴う場合、気管支喘息の発作やアレルギー性鼻炎が出ないか不安を伴いながら過ごした。宿が布団の場合は、ストレスを感じた。

Q5:専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

小さい頃から病院に通い、医療従事者の方に助けてもらった経験から、自分も医療系に進んで困っている人を助けたいと思うようになった。

Q6:実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

疾患の病理病態が分かり、予防法を把握できた。

Q7:就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

夜勤があり不規則な生活となるため、喘息のコントロールに影響を与えるか不安があったが、自分と同じ境遇の子どもたちの力になりたく、病院に勤めた。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

アレルギー疾患を持ちながらも、自分の夢を叶えることは絶対できます。諦めずに、夢を追ってください。応援しています。

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー、アトピー性皮膚炎、気管支喘息。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

芸術大学、舞台芸術を学ぶ、舞台の技術職に就職。

Q5:専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

埃が多い場所で、よく体調不良を起こした。

Q6:実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

埃の多いところ、油絵具の匂いに負担を感じた。

Q7:就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

喘息があることを理由に、働く場所が埃っぽく、また生活が不規則になる仕事だったため希望の職種で就職をするかを悩んだ。

Q8:実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

埃の多い場所ではマスクを二重にして、きつめの薬を飲んで、仕事をしました。

生活が不規則だったため、アトピーの塗り薬の量も増えた。

最終的には7年で、過呼吸を起こすようになり退職。(喘息との因果関係は不明です)

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

やってみる。挑戦する。でも、無理はしない。



Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー，アトピー性皮膚炎，気管支喘息，アレルギー性鼻炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

看護学校に進学。看護師となった。

Q3:高校に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか。

喘息はありつつも、吸入をしつつ運動部で活動していた。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

体育館での運動中、発作が出て保健室に何度か行った。

Q5:専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

実習先にも喘息などアレルギーがあることを伝えておいた。

Q6:実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

訪問看護の実習で、猫がいるお宅に行かねばならず、鼻水が出たり目が痒くなったりした。

Q7:就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

子供の頃からアトピーやアレルギーで悩み、医療関係者になりたいと思うようになった。

Q8:実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

夜勤中に喘息発作が出て、すぐにERでみてもらえた。

逆に、夜勤や連勤で変わることができず、肋骨にヒビが入るほど喘息が酷い時期があった。

食物アレルギーがあるが、理解があり食事会などは食べられるお店にしてもらったりと、世間よりも理解がある事がとても救われた。



Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー，アトピー性皮膚炎，気管支喘息，アレルギー性鼻炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

公立高校普通科卒業見込み。公立大学臨床検査科入学予定。

Q3:高校に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか。

高校選びに対しては特に影響はありませんでしたが高校入試の際に、花粉症が酷いことを高校に連絡したところ、別室での受験を許可して頂けました。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

負担になったことは修学旅行での食事でした。周りの友人とメニューが異なっていたり、事前に先生や食事・宿泊先と何度も確認を取らなければいけなかったことは大変でした。学校内では無いですが、友人と出かける際、友人たちが食事のことを気かけ、私に合わせてくれたことはとても嬉しかったです。

Q5:専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

アレルギー疾患により通院や入院で医療従事者の方々にお世話になる機会が多かったため、私も医療に貢献したいと思いました。採血等で関わった臨床検査技師になりたいと思い、臨床検査科のある大学に進学することを決めました。

Q6:実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

4月より大学入学のため、現在はまだありません。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

私は小学校までで食物アレルギーの本格的な治療は終わっていたのであまり参考にならないかもしれませんが…私がこれまで治療と学業を両立出来ていたのは親や友人含め周りの方々のおかげだと考えています。治療の中でアレルギーの反応が苦しかったり周りと同じことが出来なかったり我慢することや辛いことは少なからずありました。しかし治療によって食べられる物が増える喜びを知ることだけでなく、人の優しさに触れたり感謝の気持ちを大切にできたりと良いことも多かったです。今は辛いことがあるかもしれませんが、きっとそれ以上に嬉しいことや良いことがこれから待ってるので治療や学業、頑張ってください！

18歳 女性

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー，アトピー性皮膚炎，アレルギー性鼻炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

教育系の大学。

Q3:高校に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか。

アレルギー性鼻炎があるので、できるだけ綺麗な学校を選んだ。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

ほこりっぽい部屋での授業はくしゃみや鼻水が止まらなかったことが負担だった。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

薬を塗りたかったら遠慮なく先生に言った方がいい。顔は塗ると避けられるから家帰ったら直ぐにお風呂に入って保湿するとかした方がいい。腕や足はできるだけ長袖を着る。爪を長くしない。

Q1: どんなアレルギー疾患がありますか？

アトピー性皮膚炎, アレルギー性鼻炎。

Q2: 選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

私立高校(普通科)、私立大学(心理学部)、IT企業。

Q3: 高校に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか。

高校の時間割が毎日8時間あったため、ばんたね病院やかかりつけの耳鼻科へ行けず、高校の近くの駅の皮膚科や耳鼻科へ通うことにした。

Q4: 実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

アレルギー性鼻炎の人が多く、特にスギやヒノキの花粉の時期はテスト中でもティッシュを使用させてもらった。また、アトピーで痒みが出た時は保健室で保冷剤を使用させてもらった。

Q5: 専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

学部でも選んだが、通学しているとかかりつけだった耳鼻科に通えなかったので、大学付属のクリニックに耳鼻科も入っていたこともありその大学に決めた。

Q6: 実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

埃っぽい資料室などでの作業は負担だったが、マスクをさせてもらったりしていた。また、アレルギー性鼻炎の薬を飲んだ際に眠気が酷く授業を聞くのに苦労した。

Q7: 就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

営業職や飲食などストレスが溜まりやすそうな職業はアトピー性皮膚炎が悪化しやすいと考え、就職を避けた。

Q8: 実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

アレルギー性鼻炎の薬を服用している期間は眠気が酷く、上司に心配されるほどだったが、理解があり、合う薬が見つかるまで頑張るといってもらえたことが嬉しかった。

Q9: 後輩へのメッセージをお願いします。

持病があることで、制限されることも多かれ少なかれあると思いますが、理想や夢を叶えるための選択肢や方法はあると思うので、模索して欲しいと思います。



Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー、自己免疫系疾患。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

普通科高校、看護専門学校、福祉心理系四年制大学。

Q3:高校に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか。

アレルギーが悪化したのは高校3年生時だったため、進路決定に影響が出た。看護専門学校に行くことを反対されたが、反対を押し切って進学した。

Q4:実際に高校に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことなどはどんなことですか。

宿泊行事の際に、保険の先生が同行しなく提供された昼ごはんの弁当でアナフィラ（嘔吐、倦怠感、発熱）が出たが山の中で麓までおりないと病院がなく、そのまま何もせずだったこと。エピペンを打つ相談も保健の先生がいなかったできなかった。

Q5:専門学校・大学に進学するときに、アレルギー疾患があることで、何か影響を与えたものはありますか？

看護専門学校に進学したが、アレルギーの他にも自己免疫系の疾患がありそのようなことに配慮できないと言われて、実習に連れていけません、と言われて、なかなか退学し、大学に再入学した。福祉心理系の学部なので、合理的配慮などを使いなんとか就学しているが、合理的配慮がないと通院も難しいと思う。ただここでも実習の受け入れ先がなく探してもらっている状況。

Q6:実際に専門学校・大学に進学してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

合理的配慮に該当しますと言われて、通院の際の出席免除、入院時のオンライン授業の配慮をしてもらっていること。

Q7:就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

2週に1回の通院のことを考えたり、アレルギーという病名では、職場で通院を続けることは困難だと思った。一般企業だと内定後に通院が必要なことを言った後に内定取消しされる可能性があるので公務員を目指すことにしている。病院で働く、MSWになることも考えたが国試合格が必要なこと、院内勤務はかなりの体力を使うことから諦めようと思っている。

Q8:実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

バイトで雇用してもらっている学習塾では、急に入院してしまってもその後復帰できますと話すすぐに仕事を入れてもらった。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

アレルギーや、通院が必要な病気があることなどで周りの子よりも悩むことや諦めなければいけないことがあると思います。ですが、私達にしか体験できなかった事もあると思います。そんな素敵な世界が生きる糧になる事を願ってます。

Q1:どんなアレルギー疾患がありますか？

食物アレルギー，気管支喘息，アレルギー性鼻炎。

Q2:選んだ進学先、就職先はどんなところですか。

経理、事務所。

Q7:就職する際に、アレルギー疾患があることで、悩んだり、職業選択に影響を与えたものはどんなことですか。

働き方を重視して探して、就職した。ストレスで悪化する事もあるから。

Q8:実際に就職してみて、アレルギー疾患があることで、負担になったこと、配慮してもらって嬉しかったことはどんなことですか。

通院する日を休みにして貰ったり、体調が悪い時は休ませて貰ったりしました。体調が悪い時に休んで、休み明けに休んだ事を色々言われて傷ついた。

Q9:後輩へのメッセージをお願いします。

職場環境はとても大事、身体に気を付けて過ごして下さいね。



ご協力いただいた患者会の皆様

NPO 法人 アレルギーを考える母の会	園部 まり子 様
アラジーポット	栗山 真理子 様
大阪狭山食物アレルギー・アトピーサークル「Smile・Smile」	田野 成美 様
アレルギー支援ネットワーク	中西 里映子 様
アレルギーっ子の会ぽかぽか	吉原 美江 様

国立病院機構三重病院 両立支援調整委員会

委員長	藤澤 隆夫 (アレルギー専門医、名誉院長・特別診療研究役)
委員	長尾 みづほ (アレルギー専門医、臨床研究部長)
	篠木 敏彦 (リウマチ専門医、小児科医長)
	高村 純子 (医療ソーシャルワーカー、医療社会事業専門職)
	須藤 鈴佳 (看護師、外来看護師長)
	三山 朋子 (管理栄養士、栄養管理室長)
	高橋 英男 (事務職、企画課長)
外部委員	脇 美由紀 (特定社会保険労務士 / 社会福祉士 / 精神保健福祉士、社労士事務所ウイル)

令和5年度
免疫アレルギー疾患患者に係る治療と仕事の両立支援モデル事業

「わたしの選択：免疫アレルギー疾患をもちながら歩む人生」

発行 2024年3月31日

発行者 国立病院機構三重病院 両立支援調整委員会
〒514-0125 三重県津市大里窪田町357

制作・印刷 阿竹印刷工業株式会社 〒510-8004 三重県四日市市富田一色町1-13
