

特色

- ◆ 医師をはじめ看護師、薬剤師など小児アレルギー専門のスタッフが多数参加！
- ◆ 専門医にも気軽に相談できる！
- ◆ 同じ病気をもつ友達と一緒に学習することでお子さんの自主性を養います。

今年度は

- ◆ 肺モデル作りに挑戦！
- ◆ 第2回はバスハイク！キャンプ場で飯ごう炊飯を行います。
(雨天時もバスハイクは行いますが、屋内施設でのレクリエーションに変更になります。)



昨年度の実施風景

◆お米を量って、研いで...



◆火おこしにも挑戦！上手に炊けるかな？



◆しっかり遊んで、楽しく学ぼう！



開催日時

第1回：2019年8月25日（日）

午前10：00～午後4：00

バスハイク

第2回：2019年10月27日（日）

午前9：00～午後4：30

第3回：2020年1月26日（日）

午前9：00～正午

*初日はバスハイクの事前説明がありますので必ずご出席ください。

開催場所

名古屋国際センター（中村区那古野一丁目）
第2回は「於大公園、あいち健康プラザ（東浦町）」へお子さんのみ貸切バスで移動します。

対象

名古屋市内にお住まいのぜん息をお持ちの小学生とその保護者40組80名

募集期間

2019年5月7日（火）

～6月28日（金）**必着**

申込方法

（1）はがき・FAXの場合

- ①「小学生ぜん息教室」参加希望と記入
- ②参加児と保護者の氏名・ふりがな
- ③参加児と保護者の性別
- ④参加児の生年月日と学年
- ⑤郵便番号・住所・電話番号 を記入し、

【申込先】〒460-8508

名古屋市中区三の丸三丁目1番1号
名古屋市環境局公害保健課 にお送りください。

（2）電子申請サービスの場合

《パソコン・スマートフォン》

<https://www.e-shinsei.city.nagoya.jp/>

《携帯電話》

<https://www.e-shinsei.city.nagoya.jp/m/>

にアクセスの上、お申込みください。

3 すべての人に
健康と福祉を



2019年度

小学生ぜん息教室

定員
40組80名

参加費
無料



正しく知ろう
楽しく学ぼう
ぜん息のこと

申込・問合せ先：名古屋市環境局公害保健課

TEL：972-2690 FAX：972-4156

「小学生ぜん息教室」は、独立行政法人環境再生保全機構の公害健康被害予防事業に係る助成金を受けて実施しています。
このリーフレットは、古紙パルプを含む再生紙を使用しています。

5つの柱でぜん息治療をサポートします



吸入ステロイド薬は吸入の仕方によって効果が大きく異なるため、医療スタッフが必要に応じて正しい吸入方法の指導をします。



教室では、医師や薬剤師、看護師等がぜん息の基礎知識について、お子さんと保護者の方に詳しく説明します。

勉強だけでなく、腹式呼吸を取り入れた体操や、ぜん息クイズ、バスハイクなどを通してお子さんが楽しく学べるようにサポートします。



- 呼吸機能検査
息の吸い込める量、吐き出せる量を見る検査です。
- 呼気NO（エヌ・オー）測定
アレルギーの炎症によって生じるガスの量を調べます。いずれの検査もぜん息による炎症の程度や重症度を見るための検査で、1年間のぜん息教室の参加により改善が期待できます。

Key
word

● ピークフロー
思い切り息を吐き出した時の最大呼出速度のことです。急性増悪（発作）の時は気管支が狭くなり息を吐き出しにくくなるためこのピークフローが小さくなります。毎日のピークフローを記録することで、現在のぜん息の状態や発作の起こりやすさを大まかに把握することができます。



教室では医療スタッフが個別に体調を確認します。呼吸機能検査や呼気NO測定も実施し、一年間の結果をまとめ、それぞれの主治医の先生に情報提供します。



検査と問診による病状把握

ぜん息日誌による自己管理

保護者の方を対象に専門スタッフを交え、交流会で情報交換します。日頃の疑問をこの場で気兼ねなく質問することができます。



ぜん息は長期的な管理が大切な疾患です。毎日ピークフローの測定結果や発作の状況、薬の使用頻度などをぜん息日誌に書き込むことで、自身の呼吸状態を大まかに把握することができます。ピークフローの使い方や、ぜん息日誌の書き方なども指導します。

7月	7月20日	7月21日	7月22日	7月23日	7月24日	7月25日	7月26日
ピークフロー	200	210	220	230	240	250	260
発作	なし	なし	なし	なし	なし	なし	なし
薬の使用	なし	なし	なし	なし	なし	なし	なし

▲ ぜん息日誌の一例



藤田医科大学
ばんだね病院
小児科教授 近藤康人

【小学生ぜん息教室 医療スタッフを代表して】
正しく理解すれば、ぜん息は必ず良くなります。そのために小児ぜん息の知識を持った専門のスタッフをそろえました。普段の診療では聞けない疑問を解決してください。この教室では、ぜん息の子どもたちが自立できる力を養います。

教室の実施の様子は、後日、名古屋市のホームページやチラシ等に掲載させていただく場合があります。