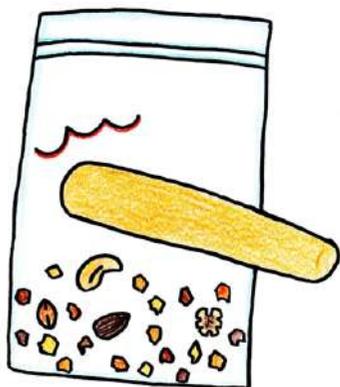


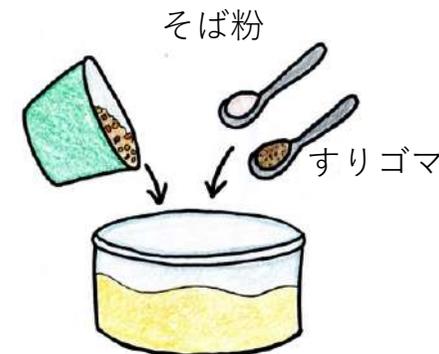
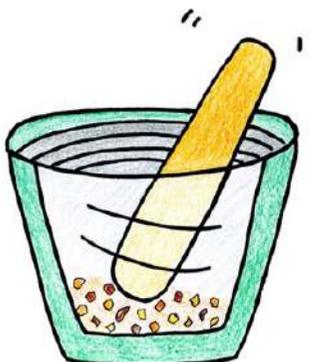
美味しい 食物アレルギーの予防ワクチン

すでに食物アレルギーと診断されている方は、
医師と相談してからご利用ください。

ナッツ・ごま・そばアレルギーの予防にいかがですか？



いただいたナッツの粉をすり鉢に入れ、
さらに細かく擂る。



これでミックスナッツクリームです

市販のピーナッツクリームに、ナッツの粉末、すりゴマ、そば粉を少量入れて混ぜて、できあがり。

※できれば大きい粒の入っていない、クリーミーなピーナッツクリームを選んで下さい。

ミックスナッツを適量、ビニール袋に入れ、すり棒で潰したり、ゴムハンマーなどで叩き、細かくくだく。

すり鉢、棒、ゴムハンマーは100円ショップで売っていますよ。

食べさせ方

赤ちゃんにはじめてあげるときは、少量のミックスナッツクリームを同量ぐらいのお湯に溶いて冷まして、ほんの少しずつ食べさせます。離乳食の初期から、週に2～3回以上、ほんの少しずつでもあげるといいと思います。何ともなければ少しずつ増やして良いです。離乳の初期ならば、ナッツ・ごま・そばのアレルギーになっていることは、ほとんどありませんから、年齢が大きくなってから摂取するよりも安心です。パンに塗っても美味しいので、ご家族でお召し上がりください。

★美味しいものは独り占めしないでね！

食物アレルギーは、皮膚からアレルゲンが少量侵入することからはじまります。一方、少しずつ離乳食の時期に食べさせていけば、食物アレルギーになるのを防ぐことができます。ナッツ、ごま、そばを、家族だけが食べて、床に散らかった食材を赤ちゃんがハイハイしながら皮膚にすりつけていると逆効果です（笑）。

美味しいものは赤ちゃんにも分けてあげればいいですよ。（お酒はアレルゲンになりません）



Hoshikawa
Children's Clinic

賞味期限		
ミックスナッツ	月	日
すりゴマ	月	日
そば粉	月	日