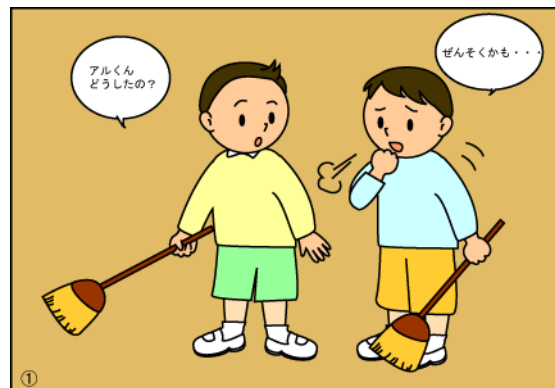


ぜんそくってなあに



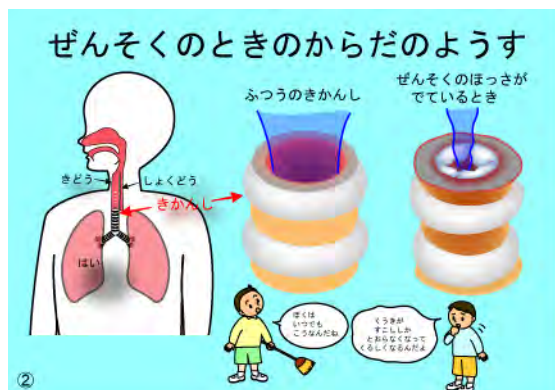
①



マル君といっしょに掃除をしていた  
アル君の具合がよくないようです。  
「どうしたの？風邪をひいたの？」  
「ちがうんだよ。ぜん息なんだ」  
「ぜん息？どんな病気なの？」



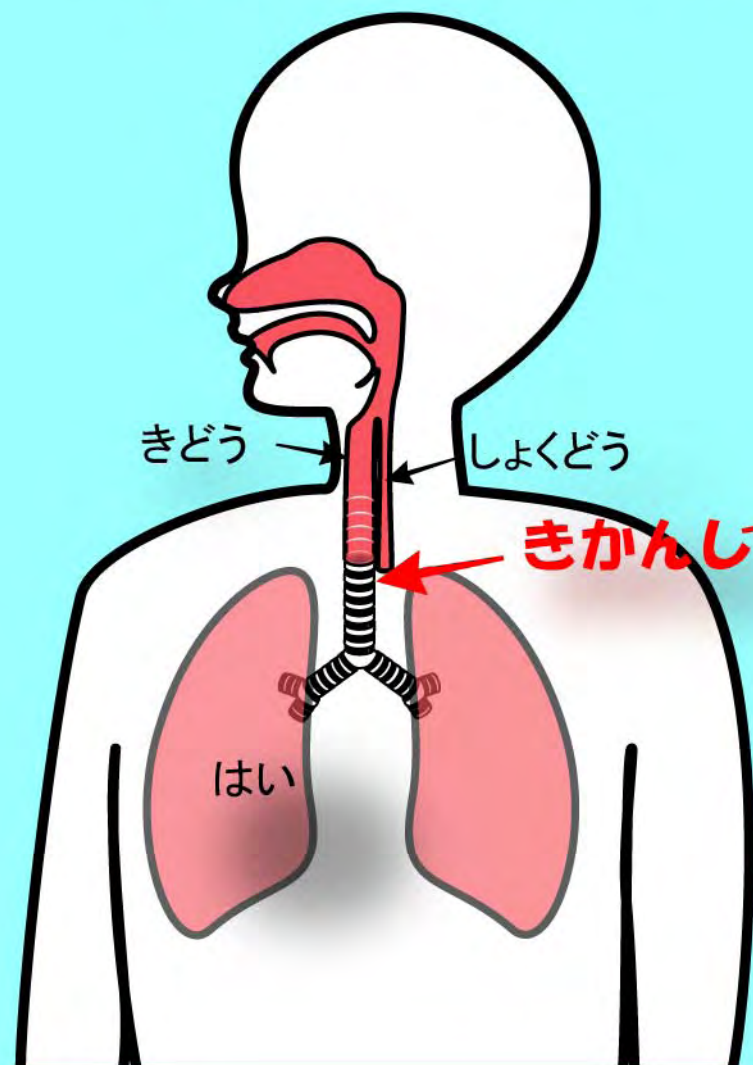
②



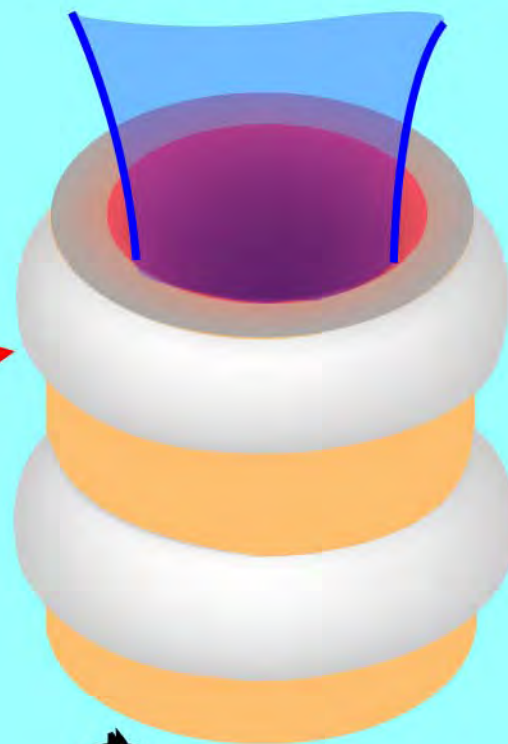
「ぜん息はね、発作がおこると  
咳が出て息が出来なくて苦しくなっ  
てしまうんだ」  
「そうなんだ！  
息が出来なくなるのは  
苦しいよね。」  
でも、ぜん息はどうしてでるの？」



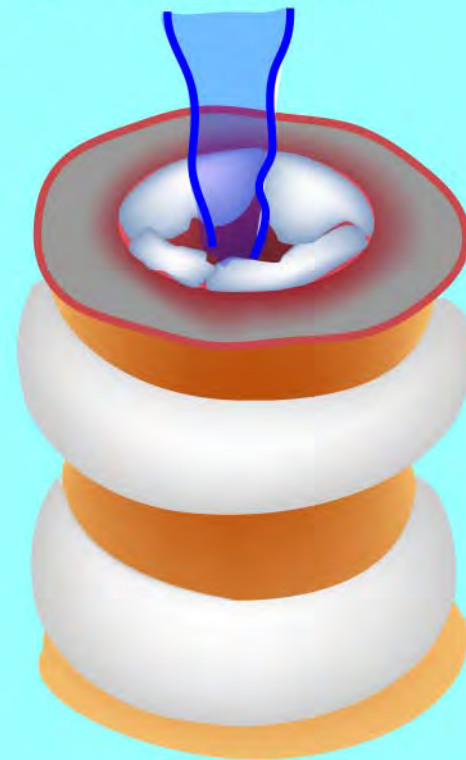
# ぜんそくのときのからだのようす



ふつうのきかんし



ぜんそくのほっさが  
でているとき



③



「アレルギーなんだって。

どうしてなるのか

難しい事は分からないんだけど  
ぜん息の元になる物があるんだよ」

「それはなに？」

「ホコリとか、ダニでしょ、

それにネコや鳥、ハムスターとか。

あと、食べ物もあるんだよ」

「えーっ、そんなにあるの？」

「ひとによって違うんだけど

ぼくはホコリや動物がいけないんだ。

たまごと牛乳も食べない方が

良いんだよ」

「そうか、それでお掃除のときの  
ホコリで苦しかったんだね」

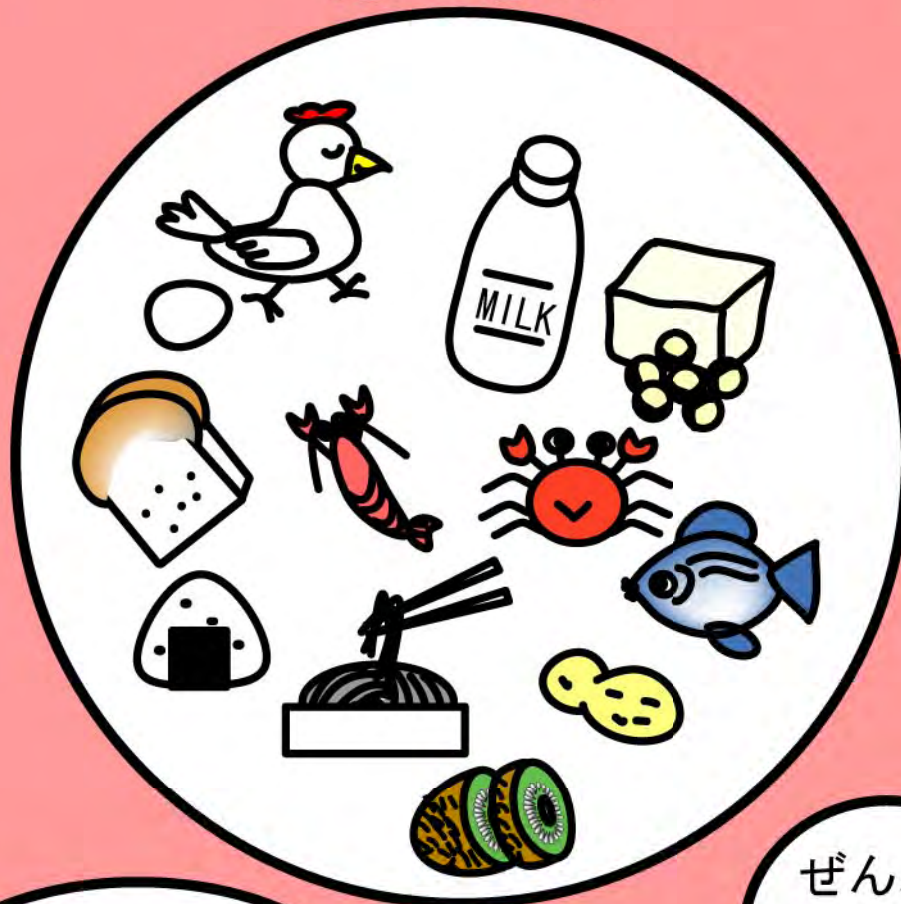


ぜんそくのほっさのもとになるもの

# ダニ・ホコリ

# たべもの

## けやはねのあるどうぶつ



こんなにあるの？

ぜんぶ  
じゃない  
けどね





「そうなんだ、だから学校で皆と  
いっしょに出来ない事があるんだよ」  
「どんな事？」  
「ホコリが出る掃き掃除とか、  
動物の小屋の掃除。黒板ふきや  
体育はマット運動が駄目なんだ。  
給食も食べられないもの  
があるんだよ」  
「うーん、そういう時は  
どうするの？」



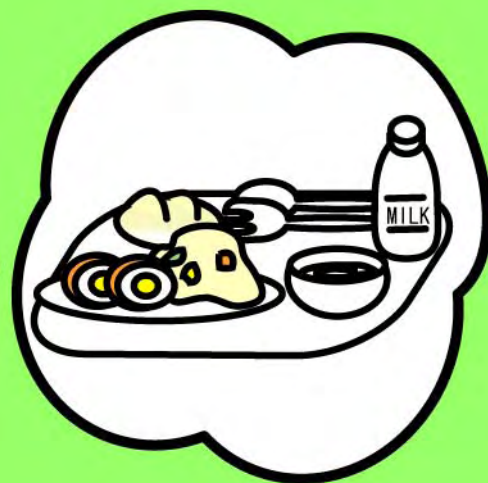
# 学校でほっさをおこさないために できるだけさけたほうがよいこと



それは  
いやだね



みんなと  
いっしょに  
したくても  
できないんだ



⑤



「かわりにできるものを  
すればいいんだけど」

「あ、そうか。わかった。アル君、  
お掃除だと。ホコリのでない  
拭き掃除が良いんじゃない？」

「そうだよね。これからそうするよ」

「それから、マット運動のときは  
屈伸をするとか」

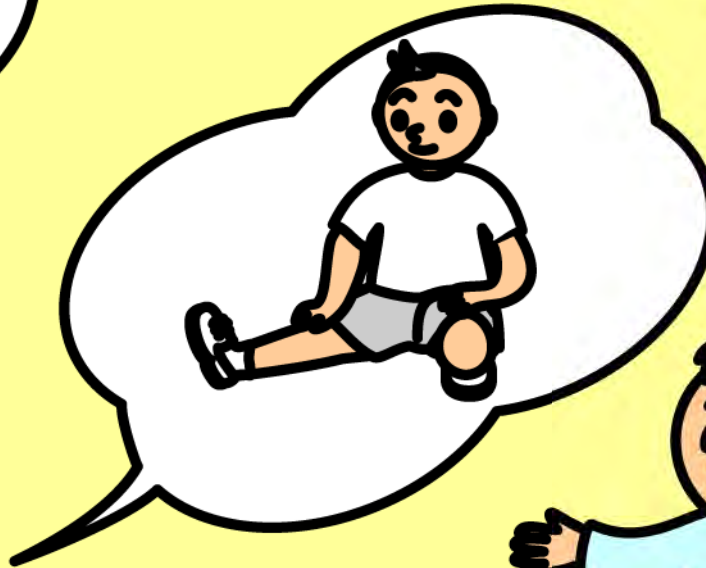
「そうか、そうすれば良いよね  
先生に言ってみるよ。」

給食のときも、たべられないものは  
残したり、お弁当を持っていたり  
出来ると思うんだけど・・・。  
運動も、休んだりするときがあるんだ。  
怠けて見えたり、わがままだと  
思われそうなんだ」

「うーん、でもそうじゃないんだって  
分ければ大丈夫だよ」



# かわいにかけるもの



⑥



「それに、学校ですることがあるんだ」

「それは何？」

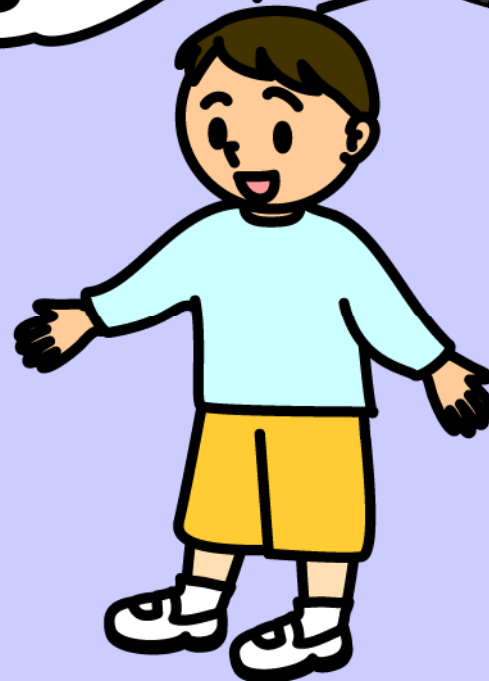
「お薬を飲んだり、ピークフローをふいたり、薬を吸入したりすることなんだ」

「そうなんだ、僕たちよりすることがたくさんあって大変なんだなあ」



# がっこうですること

たいへん  
なんだなあ





「ぜん息のこと、少しわかったよ。  
知らないとながままだとか  
思っちゃったかもね、  
皆にも教えてあげなきゃね」  
「わかってもらえて  
とってもうれしいな。  
じゃあ、僕はお掃除は拭き掃除を  
するよ」

終わり

うん、  
このくらい  
あさめしまえさ  
アルくん  
あとでいっしょに  
あそぼうね

マルくん  
いっしょに  
かんがえてくれて  
ありがとう





## 表紙

ぜんそくってなあに



小学一年生のマルくんはお掃除を  
張り切っています。  
でも、ホコリがたくさん舞い  
上がっています。

監修  
斎藤博久

国立成育医療センター研究所免疫アレルギー研究部部長

制作

アラジーポット「入園・入学マニュアル」作成委員会

イラスト  
米田富士子

制作・発行

アラジーポット・栗山真理子



アラジーポット

特定非営利活動法人  
アレルギー児を支える全国ネット

**アラジーポット**

URL: <http://www.allergypot.net>

Mail: [info@allergypot.net](mailto:info@allergypot.net)

TEL : 090-4728-5421

FAX : 03-5701-4607

〒152-0035 東京都目黒区自由が丘2-17-6

ザ・フロント

1200