



ご卒園・ご卒業おめでとうございます

春といえば…花粉症の時期ですね



花粉症とは植物の花粉が皮膚や粘膜に接触することによって くしゃみ、鼻水、鼻詰まり、目のかゆみなどいろいろなアレルギー症状を引き起こしている状態です。もう症状が出ている方がいらっしゃるのでは…？

花粉症を引き起こす代表的な植物



スギ：2月～4月

ヒノキ：3月～5月

カモガヤ：5月～7月

ブタクサ：8月～10月

花粉症の症状は、原因となる花粉と接触したときに現れるので、症状が出てから対策を行うのではなく、症状が出る前から予防的にケアを開始することが有効です。また、アトピー性皮膚炎や小児喘息をもつ子は、花粉症を併せもつことが多いため、特に早期からの対策が必要となります。

日常生活で気を付けること



- ・花粉の飛散が多い時は、外で遊ぶなどの外出を控える
- ・外に出かけるときはマスク・花粉用メガネを着用する
- ・花粉情報に注意する
- ・帰宅時衣服や髪をよく払ってから入室する
- ・うがいをして、鼻をかみ、顔をあらう
- ・飛散の多い時は、窓・戸を閉めておく
- ・飛散の多い季節は、ふとんや洗濯物の外干しは避ける
- ・掃除を励行する。特に玄関・窓際を念入りに掃除する



お知らせ 平成30年度MRワクチンⅡ期対象者

平成24年4月2日～平成25年4月1日生まれの方です
(就学前の1年間二年長さんの年度

H30/4/1～H31/3/30までの間に接種しましょう)

