

秋の花粉症について

秋になると目が痒い! くしゃみがでる! という人いませんか?

それ、秋の花粉症かもしれません!

花粉症は春だけのものではありません。秋の花粉症は、夏の終わり頃から10月にかけて目や鼻の症状が出ます。

秋の花粉症の原因として多いのはブタクサ・ヨモギ・カナムグラなどの草の花粉です。



ブタクサとヨモギはキク科、カナムグラはアサ科の植物で、どれもありふれた植物です。これら草の花粉は、スギやヒノキの様な樹木の花粉と違って遠くまで飛ぶことはありません。しかし、花粉の粒子が小さく、身体の奥深くまで侵入することがあり、気管支にまで入ってくると喘息のような症状を起こすことがあるので注意が必要です。

*秋は風邪と間違えやすい!

秋になると気温が下がり、乾燥してくるため風邪の原因となるウイルスの活動が活発になって風邪が流行り始めます。

くしゃみや鼻水が出ると、多くの人「風邪かな?」と思うかもしれませんが、花粉症の可能性もあることも忘れてはいけません。

熱もないのに咳が続くときは花粉症かもしれません。風邪と花粉症では治療が全く異なります。咳などの症状から風邪と自己判断せず、病院で診察を受けるようにしましょう。

ちなみに、秋の花粉症の予防策も、マスクや花粉用メガネの着用、帰宅時には玄関先で花粉をはらう、洗顔やうがいなど、春の花粉症対策と変わりません。

2024秋号



九十九園だより

社会福祉法人 幸生福祉会 九十九園 〒610-0343 京都府京田辺市大住池平99番地1 TEL.0774-63-0804 FAX.0774-62-7534

ごあいさつ

「人生は自分で作るもの」

いつの間にか朝夕は涼しくなり、秋の気配を感じるようになってきました。秋になると、夏とは違った旬の食材をたくさん使った家庭料理を楽しんだり、観光地で食べ歩きをしたり、食欲も旺盛になってきます。良い機会なので、敬老の日にはお祝いを兼ねて、外食や家庭料理を囲いながら、みんなで一緒に楽しく過ごして欲しいと思います。施設では、運動会や文化祭などの行事も多くなり、中でも多年にわたり、社会につくしてきた入所者さんを敬愛し、長寿を祝う敬老の日が一番の行事になっています。私たちは、ひとつひとつの選択が人生の運命であるという事を、多くの入所者さんから学びました。過去の出来事を変えることはできませんが、過去の解釈は変えられるので、あの事があったから失敗だったと思わず、あの事があったから今があると前を向いて歩むことで、長い人生をどう生きていくかを自分で作れると思います。これからも、皆さんと共に楽しめる明るい施設が築けるように、一歩ずつ未来への階段を上って行きたいと思いますので、よろしく願い致します。

施設長 大本 顕

「九十九園だより」は下記アドレスのホームページでもご覧になれます。

<http://www.tsukumo-en.or.jp>