

# 保健室より No.20

2025/2/20

花粉が飛び始めました。

今年の花粉は、例年よりも多い傾向があるようです。特に、西日本では、かなり多くなりそう・・・（日本気象協会より）。旅行に行く人は、対策をとりましょう。

花粉は、マスクやめがねを使ったり、つるつるした素材の服を着たりして、体につくのを防ぐことが大切！家に帰ったら、中に入る前に払い落とすようにしましょう。顔を洗うことも有効です。

花粉症は、ひどくなると熱がでたりして、かぜと見分けがつかなくなる時があります。ひどくなりそうだったら、早めにお医者さんに診てもらいましょう。

先生も、今年は早めに薬を飲み始めました。

