



ほけんだより

かふんしょう そな 花粉症に備えよう

はや とし あ いっ げつ りっしゅん りっしゅん さむ あ
早いもので、年が明けてからもう一か月です。2月4日は立春。立春とは、「寒さが明け

はる はい ひ はる しよにち さむ ひ つづ おも きせつ
て春に入る日」つまり、春の初日ということです。まだまだ寒い日が続くと思いますが、季節

はる じゅんび はじ じき はる お すこ じゅんび
が春の準備をし始めたこの時期に、みなさんも春に向けて、少しずつ準備をしていきましょう

はや ひと しょうじょう ではじ ひと いま
さて、早い人ではそろそろ症状が出始めている人もいるかもしれません。また、今まで

へいき ひと とつぜん ばあい
平気だった人でも、突然になってしまう場合もあります。

かぜ かふんしょう に しょうじょう たど はなみず かぜ
風邪と花粉症では似たような症状がありますが、例えば鼻水だと風邪

とき ねば きいろ かふんしょう どうめい
の時は粘りがあって黄色っぽいですが、花粉症は透明でさらっとして

かふんしょう ばあい れんぞく なんと で き
います。くしゃみも花粉症の場合は連続で何度も出ます。気になる

しょうじょう びょういん じゅしん
症状があったら病院を受診してみましょう。



2月の予定

たいじゅうそくてい
13(月)～17(金)体重測定

みうらいしらいしよ ないかけんしん
24日(金) 10:30～三浦医師来所/PM内科検診