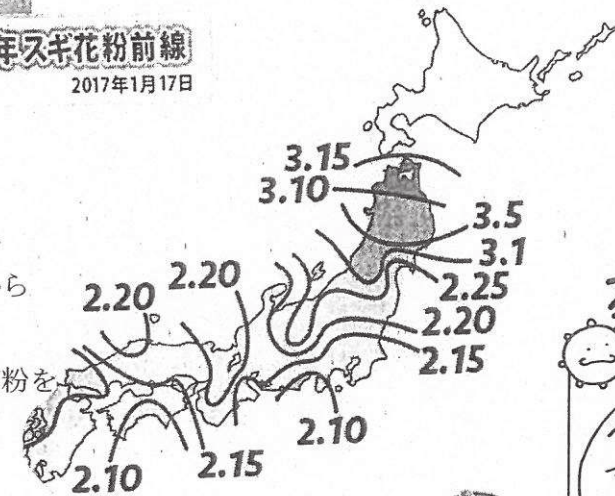


ついこの前、新年を迎えたところなのに、もう2月も半ば過ぎ。1月は行く、2月は逃げる、3月は去るなんて昔から言われていますが、月日の経つのは早いものです。一人一人目標を持って、一日一日有意義に過してください。また、2月は雨水の時期でもあります。それまで積もっていた雪が溶け始め水になっていきます。溶け出した水はやがて蒸発し、空に上って雲となり再び地上に春の雨を降らせませす。春はそこまで来ています。

予測
2017年スギ花粉前線
2017年1月17日



【2017年春のスギ花粉飛散開始予測 前線図】

今年も花粉症の季節がやって来ました。

1 全国の概況

(1) 飛散開始時期・・・スギ花粉の飛散開始は例年並みの見込み

2月上旬に九州地方北部や中国・四国・東海地方の一部から花粉が飛散し始めます。

※飛散開始は1平方センチメートルあたり1個以上のスギ花粉を2日連続して観測した場合の最初の日

(2) ピーク予想・・・3月に入ると各地でピークを迎える

スギ・ヒノキ花粉の飛散数がピークになる時期は、花粉シーズン中の気温に大きく左右されます。2月の気温は、ほぼ平年並み、3月の気温は平年並みかやや高い予想ですので、ピーク時が早まることはないと思われます。東北地方のピークは3月中旬から下旬にかけてとの予想です。

(3) 2017年飛散数予測

2017年は、九州・四国・近畿・東海地方で非常に多い見込み 関東甲信越ではやや少なく、東北地方と北海道では少ない見込みです。

日本気象協会2017年春の花粉飛散予測（第3報）より

2 花粉症対策

(1) 花粉症の症状が現れるまで

- ① 花粉症の起こる第一段階は、花粉が人の鼻や目の粘膜に付着することです。
- ② 粘膜にあるリンパ球が花粉を異物（抗原）と認識すると、抗体が作られます。
- ③ 再び花粉が粘膜に付着すると、抗体が反応を起し、肥満細胞といわれる細胞を刺激してヒスタミンなどの化学物質を出して花粉を追い出そうとします。
- ④ ヒスタミンは鼻粘膜の神経を刺激するためくしゃみを起させ、鼻水で花粉を洗い流そうとします。

(2) 花粉症の症状が重い人やあまり症状の出ない人がいます。

体質的に症状が強く現れやすい人がいますが、遺伝的な違いと考えられています。

(3) 風邪と異なる花粉症の症状

花粉症の三大症状は「くしゃみ」「鼻水」「鼻づまり」のように鼻に現れますが、目のかゆみ、涙目、結膜の充血などにも多くみられます。風邪との違いは、鼻水が無色でさらさら流れるように出ることや、発熱や喉の痛みがないことです。

飛んでいます スギ花粉

花粉症対策の基本は とにかく花粉を避けること!

こまめにうがい・手洗い 洗顔・洗眼

とにかく花粉を洗い流そう

かぜをひかないように 注意しよう

症状が悪化します

かぜだけ花粉症だかわからない! もうぐちゃぐちゃ...

マスクをつける マスクの中のガーゼをしめらせておくに効果大!

帽子をかぶる 髪の毛に花粉がつかないように

メガネをかける 顔とのすきまがせまいものが良い。専用のものも売ってます!

ツルツル素材のコートを着る 服に花粉がつくのを防げます

室内に入るときに 頭や洋服についた花粉を払い落とそう

周囲の人達の協力も必要です

薬を服用する際は、決められた用法・用量を守って服用するようにしましょう