



## 「スギ花粉が本格飛散に入ります」

3月になりました。今年は予想より少し花粉飛散開始時期が遅くなっているようですが、3月上旬からは関東地方でスギ花粉がたくさん飛び始める予報です。神奈川県の飛散開始日は今年は2月15日（環境省ウェブサイトより）だったそうです。今年のスギ花粉飛散期間は長くなる見込みで、またヒノキ花粉の飛散量も例年より多くなるようです。今、それほど症状が出ていない方でも、これから症状が強くなると考えられますので、そろそろ治療を開始しておきましょう。また、天候の影響などで一時的に飛散が少なくなっても、治療を中断せずに続けておくほうがよいです。抗アレルギー薬の血中濃度を保っておくと、飛散量が増えても症状がそれほど悪化せずにすみます。一日のうちで花粉の飛散量が増えるのは、**昼の12時頃と夕方18時頃**となります。

夕方、帰宅途中に上着や頭部などに付着した花粉が室内へ持ち込まれると、家の中でも目のかゆみや鼻症状に悩まされてしまうため、玄関でかたくはたき落としたり、着替えをしたり、早めにお風呂に入るなどの対策をしてくださいね。

2022年 スギ・ヒノキ花粉のピーク予測

2022年2月17日発表

地点	種類	2月			3月			4月		
		上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬
仙台	スギ									
	ヒノキ									ピークなし
東京	スギ									
	ヒノキ									
名古屋	スギ									
	ヒノキ									
金沢	スギ									
	ヒノキ									ピークなし

tenki.jp

## オギジビ豆知識



卒業シーズンです。言語聴覚士による「構音訓練」のために通っている年長さんのお子さんたちは、就学に向けて訓練が終了となる時期です。きれいな発音を手に入れて卒業となったお子さんもいれば、小学校で引き続き練習を続ける方もいます。みんな、オギジビに楽しく通えたかな？おつかれさまでした。4月から年長さんの学年になるお子さんは、構音訓練が本格的に始まります。がんばりましょう。

## オギジビの輪

- お友達・お知り合いに、是非おぎはら耳鼻咽喉科をご紹介ください。
- 神奈川県では珍しい、言語聴覚士のいる耳鼻咽喉科です。難聴や補聴器については大学病院レベルの診察・検査体制を整えています。
- ちょっとした不安の解消から専門的な診察まで、幅広く行っています。