

照会先 関市保健センター ☎24-0111

いよいよ

花粉シーズン到来です!

春は、スギやヒノキの花粉が多く飛びます。花粉症は、それらの花粉が原因のアレルギー疾患です。

症状は、くしゃみや鼻水が出る、鼻がつまる、眼がかゆくなる、充血する、涙が大量に出るなどがあります。さらにひどくなると、風邪のよくな頭痛、咳、喉のかゆみといった症状も現れます。

【花粉を寄せつけない工夫】

外出する時は、眼鏡やマスクをし、原因の花粉を少しでも体の中に入れないようにする努力が必要です。

帰宅後は、衣類についた花粉をよく払って、家の中へ持ち込まないようにしましょう。洗濯物や布団は、外に干さないようにしましょう。そして、うがい、手洗い、洗顔をしましょう。

その他、規則正しい生活を送ることは、免疫機能を保つために重要です。風邪をひかないことや、酒・たばこを控え、鼻の粘膜を守ることが大切です。鼻粘膜の炎症が進んでいない初期に治療を開始すると、炎症の進行を止め重症化を予防できます。

鼻のムズムズや眼のかゆみなど、花粉症かな?と思ったら、早めに医療機関を受診しましょう。

功績をたたえて
児童生徒の皆さんを表彰

照会先 教育総務課 ☎23-7722

教育委員会では、全国大会などに出場し、輝かしい功績を収めた児童生徒の皆さんを、3月に行われる卒業式にあわせて表彰します。

表彰を受けられるのは、次の皆さんです。
…敬称略…

◆関商工高等学校

【ラグビー部】

安田録正、加藤拓真、富田一樹、各務智研、山口正樹、宮原悟志、池田尚哉、香村隆介、乗富凌、波多野奨馬、大坪力、安西亮、森川大蔵、浅野友哉、長尾光二、岡本拓磨

【野球部】

大野嵐、亀山秀平、長田龍也、和田将哉、大前勇人

【女子バレーボール部】

小林愛佳

【卓球部】

森隆政

【柔道部】

藤原健吾、加藤雅人

【弓道部】

田口颯二、難波和希、山口立暉、長尾昌昇、安藤千尋

【バトントワリング部】

上垣五緒吏、藤吉優佳、加藤彩美、石井穂乃香、山本奈津穂、加藤麻衣世

【ワープロ部】

足立栄美子

◆下有知小学校

【ピティナ・ピアノコンペティション金賞】
木村有我

住宅の耐震化と
家具の転倒防止

照会先 関消防署 ☎23-0119

地震はいつどこで起きるかわかりません。阪神・淡路大震災の死者のうち、8割以上が住宅の倒壊などによる圧迫、もしくは倒壊した住宅や転倒した家具から逃れることができないまま、火災に遭われ亡くなられています。

このような被害を少しでもなくすために、住宅の耐震化や家具の転倒防止などの地震対策をしましょう。

■住宅の耐震化

昭和56年5月以前に建築確認を受け建築された建物の中には、現行の耐震基準に適合していない場合があります。住宅の耐震診断を受け、耐震性がないと判断された場合は必要な補強をしましょう。

■家具の転倒防止

◆安全空間を確保する

▽寝室、幼児・高齢者のいる部屋にはなるべく家具を置かない。

▽部屋の出入口付近や廊下、階段などに物を置かない。

▽家具の上にガラス製品など壊れやすい物を置かない。

◆転倒防止器具などで固定する

▽タンスや本棚などをL型金具や支え棒で固定する。

▽上下が分割している家具は、金具で固定する。

▽壁への固定が難しい場合は、天井との隙間を埋める。

◆家電製品の配置を工夫する

▽高い所や不安定な所、部屋の出入り口、避難通路付近には大型の家電製品を置かない。

▽家電製品の置き場所を決める時は、万が一転倒、落下、移動したときのことを想定して決める。