



2023年5月号

検査室だより

風薫る5月。新緑が光にキラキラ映えてきれいです。新しい環境で頑張っているみなさん。疲れも出てくる頃ですが、無理していませんか。緑に目をやってみてください。そして深呼吸です。心を落ち着かせて「一歩ずつ」です。

春といえば花粉症に加えて今や「黄砂」が問題になっています。「黄砂って昔からそんなに騒いでたっけ」なんて思います。黄砂の歴史は古く、鎌倉時代の歴史書『吾妻鏡』に「晩に泥の混じる雨降る。希代の怪異なり。」と記されています。700年以上もの時を経て2002年には1967年の観測開始以来最も多い黄砂を記録しています。黄砂の発生が増加傾向にあるのは、地球の温暖化や砂漠化が原因ではないかと言われていますが正確なところはわかっていません。黄砂とは中国大陸内陸部のタクラマカン砂漠、ゴビ砂漠、黄土高原などの土壌・鉱物粒子が強風によって巻き上げられ、偏西風に乗って日本に飛来し大気中に浮遊したり降下したりする現象です。年間を通して日本各地で観測されますが、特に2~5月に多く飛来します。黄砂が浮遊すると視界が悪くなります。洗濯物や車が汚れるだけではありません。日照にも問題が出てきます。日当たりが悪ければ農作物の生育にも影響が出てきます。また、人間や家畜も黄砂を吸い込むことで健康に影響を及ぼします。目のかゆみや結膜炎、鼻水、くしゃみなどのアレルギー症状を引き起こしたり、気管支ぜんそくや肺炎などの呼吸器系疾患の症状を悪化させたりすることが確認されています。黄砂から身を守るには花粉症を防ぐのとよく似ています。洗濯物は外に出さない。外出時にはマスクをする。窓の開閉は最小限にする。室内で空気清浄機を使うなどが有効な手段だとされています。最近では「黄砂情報」といって黄砂予測が気象庁から発表されています。それを確認しつつ日常生活を快適に過ごしていけたらいいですね。



マスクの着用が自己判断になりました。ようやく待ち望んだことなのになんだか少し気恥しいような気がします。けどやっぱり「のどちゃんこ」が見えるくらい大笑いするのは楽しく幸せなことです。

公衆保健協会 検査室

