



医療法人社団 古川医院

# にこにこ通信



〒734-0023  
広島市南区東雲本町1丁目1-2  
TEL 082-281-7889  
FAX 082-286-0100

ホームページ  
<http://www.furukawa-iin.com/>



## 令和4年3月号No.161

### 花粉症は初期治療が大切です！

花粉シーズンは2月上旬に九州や四国、中国、東海、関東の一部からスタートします。

今年の広島県は2月20日くらいからスギ花粉が3月上旬にヒノキ花粉が飛びはじめ、  
広島県の花粉飛散量は例年、昨年と比べやや少ないと予測されています。

花粉症は一度症状が出てしまうと鼻の粘膜がどんどん敏感になり、

悪化していきますので症状がひどくなる前から早めの治療をおすすめします。



一般的な花粉症の薬というと抗ヒスタミン作用のある抗アレルギー薬といわれる薬のことが多いです。これらの抗アレルギー薬には内服後数十分から数時間で効果発現する作用と1~2週間継続的に内服してゆっくり効果を発現する作用とがあります。

ということは1~2週間続けて飲んで薬の効果が100%出るのです。

花粉飛散開始日の1~2週間前から花粉症の薬を飲んでおくのが効果的です。点眼薬も同様ですので毎年、眼の症状が辛い方は点眼薬も合わせて花粉が飛び始める前から点眼する初期治療を始めましょう。今年のスギ花粉のピークは広島は3月上旬から中旬。ヒノキ花粉は4月上旬となる見込みです。



### お誕生日コサージュ



古川医院デイケアでは今年からお誕生日会の日  
その月の誕生者の方に職員手作りのコサージュを  
つけさせていただいております。もしお誕生日  
会の日コサージュを付けている方を見かけたら  
「お誕生日おめでとう！」とお声掛けいただけ  
ればと思います。コサージュはプレゼント予定  
ですのでみなさまご自身のお誕生日を楽しみに  
しててください！！



## 【3月（弥生）のレク予定】



日	月	火	水	木	金	土
	1 健康体操 作品づくり	2 エクササイズ 作品づくり	3 ひなまつり 	4 笑って巻き巻きゲーム 習字教室	5 サッカーボウリング 作品づくり	
						6 お休み
13 お休み	14 誕生日会 	15 健康体操 作品づくり	16 エクササイズ 卓球	17 フラワー教室 	18 スリッパでドン 作品づくり	19 カラオケ 作品づくり
27 お休み	28 健康体操 作品づくり	29 健康体操 絵手紙教室	30 エクササイズ 作品づくり	31 折り紙教室 カラオケ	寒さ厳しい日が続いていますが、梅の花が咲き始めました。春の訪れはもう少し先のようにですが、ひな祭りの行事で一足先に春の気分をお楽しみいただけたらと思います。	

\* 諸事情によりレクリエーションを変更する場合がございます。その際はご了承の程お願いいたします。