

# 保健だより 5月号

令和6年度  
丹原高等学校  
生徒保健委員会



花粉症の原因として真っ先にあがるのはスギ花粉。5月は、スギ花粉の飛散量が減る時期ですが、症状が続く場合はヒノキやイネの花粉が原因かもしれません。

他のアレルギーがある人は花粉症にもなりやすく、逆に花粉症があると喘息等にもなりやすいといわれています。アレルギーの原因となる植物の群生地を避け、なるべく体内に入れないようにすることや、生活リズムを整えて体の免疫システムを正常に保つことが、症状の発現や悪化を防ぐために有効です。

また、ヨモギやブタクサ等の植物の花粉は、秋に症状を引き起こします。春先だけでなく、一年中注意が必要です。

3年3組保健委員（藤原大）

## 保健委員がピックアップ【健康ニュース】

### 「子どもの自転車事故 4月～6月増加傾向 交通ルール順守を 警察庁」

NHK NEWS WEB 2024.4.6

警察庁が2023年までの5年間に自転車に乗った小学生や中学生、それに高校生が死亡したり、重傷を負ったりした事故について分析したところ、月別の死亡・重傷者数は、

▼1月から3月にかけては、合わせて947人だったのに対し

▼4月から6月にかけては、合わせて1479人に上ったということです。

警察庁は、春から自転車で通学を始める人がいることや、暖かくなって自転車を利用する人が増えることが影響しているとみています。また、時間帯別では、高校生が午前8時台に537人と突出して多くなり、登校を急いでスピードを出したり、信号を無視したりするなど、交通ルールが守られていない可能性もあるとしています。（以下略）



春に重大事故が多いのは、進学して新しい通学路に変わることが理由の一つだと思います。1年生の皆さんは、新しい通学路にも慣れてきた頃ではないでしょうか。慣れてきた時に注意力が散漫になり、事故が起こりやすいので、気を引き締めて通学してください。

また、時間に余裕をもつことが大切です。毎日8時30分までには登校できるよう心掛けましょう。

3年3組保健委員（岡田心）