

### 花粉症(季節性アレルギー性鼻炎)

川口市立医療センター  
薬剤部 **鈴木 真由美**



花粉症とはスギやヒノキなどの花粉が原因となり、くしゃみ・鼻水などのアレルギー症状を引き起こす病気です。日本では約60種類の植物が花粉症を引き起こすといわれています。花粉が目や鼻から私たちの体に入ると、異物(アレルゲン)と判断し、リンパ球がIgE抗体(アレルゲンと反応する物質)を作り、肥満細胞にくっつきます。再び花粉が侵入すると目や鼻の粘膜にある肥満細胞のIgE抗体に結合し、肥満細胞から化学物質(ヒスタミンなど)が分泌され、くしゃみ・鼻水・目のかゆみなどの症状が出ます。

これらの症状を抑えるために、抗ヒスタミン薬・抗ロイコトリエン薬・遊離抑制薬・ステロイド薬・血管収縮薬などの治療薬や舌下免疫療法があり、薬の剤形は飲み薬・点鼻薬・点眼薬があります。

- 抗ヒスタミン薬**: 最もよく使われる薬で、特に第二世代抗ヒスタミン薬は眠気などの副作用が起こりにくい薬です。薬局などで処方箋無しで購入できます。
- 抗ロイコトリエン薬**: 鼻づまりの原因となるロイコトリエンと呼ばれる物質の作用を抑える薬です。
- 遊離抑制薬**: ヒスタミンやロイコトリエンなどアレルギーの原因となる物質の分泌を抑える薬です。
- ステロイド薬**: 副腎皮質ホルモンとも呼ばれ、炎症を抑える働きを持つ薬です。
- 血管収縮薬**: 粘膜の血管を収縮させて腫れを抑えて鼻づまりを解消する点鼻薬です。
- 舌下免疫療法**: 花粉飛散時期前から少しずつアレルゲン物質を摂取することで免疫力を高めていく治療です。

花粉症の症状を効果的に抑えるには、医師や薬剤師に相談し自分に合った薬を服用することが大切です。

### 3月は自殺対策強化月間です

就職や転職、転居など、生活環境が大きく変動し、自殺者数が増加する傾向にある3月を「自殺対策強化月間」と定め、国、地方公共団体、関係機関・団体などが連携し、自殺予防に取り組むこととしています。市では、「大切な あなたの命は 宝物」をキャッチフレーズにして横断幕を駅などに掲示し、普及啓発しています。



#### 自殺者数の現状

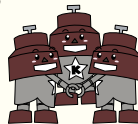
令和3年中の市内の自殺者数は93人で、自殺死亡率は人口10万人あたり15.3人です。全国の自殺死亡率は16.4人、埼玉県は14.9人です。

#### 悩みを抱えた人には?

悩みを抱えた人を支援するために、身近な人(ゲートキーパー)の力が必要です。ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人です。

#### ゲートキーパーの役割

- 気づき**: 眠れていない、口数が少なくなったなど家族や仲間の変化に気付く
- 声かけ**: 悩んでいる人への声かけの仕方に迷ったら...「どうしたの?」「何か悩んでいるの?」などと声をかける
- 傾聴**: 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける(まずは話せる環境づくりから)
- つなぎ**: 早めに専門家に相談するよう促す
- 見守り**: 温かく寄り添いながら、じっくりと見守る



問疾病対策課 ☎048-423-6748 FAX048-423-8852

### イベントスケジュール

**4日(土)**  
第65回川口市朝の街づくり運動推進大会  
場リリア 音楽ホール

3月

**5日(日)**  
川口市消防防災フェア2023  
場リリア メインホール・川口西公園

**8日(土)・9日(日)**  
第95回春の安行花植木まつり  
場川口緑化センターほか

4月

**18日(火)~5/14日(日)**  
端午の節供~五月人形の展示公開~  
場旧田中家住宅

川口市 広報課職員による  
「ラジオ広報も  
その名の通りおもしろい」  
ちょっとくだけた!? 市政情報番組

**85.6 MHz** **City Information**  
FM Kawaguchiで放送中  
放送日:平日の10分間...10:00、13:50、17:50、20:00

LINE ID @kawaguchi.city

**川口市 公式アカウント**

※さらに川口情報メールと同じ内容の受信も可能

暮らしに役立つ ぜひご利用ください

**きらり川口情報メール**



### 多くの人の笑顔の先に

有限会社安行緑化仲徳園  
代表取締役 **中山 栄次さん**

実が大きく、高い糖度とみずみずしさが特徴の梨「彩玉」。この埼玉県オリジナル品種を市内の農業者で唯一生産している中山さんはなんと植木屋の4代目。「一生懸命作った梨美味しいうて喜んでもらえてうれしいな」とはにかむ。

木を染しめるよう、自宅の庭を開放した。訪れた人が自分の育てたものをうれしそうに手に取る姿に、「人に喜んでもらえることを軸にいろいろ仕掛けてみようと考えました。こうして彩玉の栽培が始まった。「昔、市内で梨の実がなっていたのを思い出し、それなら枯らさずに栽培できるんじゃないかって。初めは簡単なかなと思っただけだね」。いざ始めるのとこれが難しい。試行錯誤の末たどり着いた初収穫。いざ収穫してみると、実が全滅しちゃって...と当時を振り返り苦笑い。主に県北で栽培される彩玉。同じように育ててみたが、川口はより温暖な気候のためか、日に当たりすぎて本来の味が失われていた。それでも収穫時期を見直すなど地道に改良を積み重ね完成した梨をふるまっ

てみると大人気。噂が人を呼び、にぎわいが生まれたことに自身も手応えを感じた。現在では川口農業ブランドに推奨認定されるまでに至っている。さらに、より多くの人に安心して食べてもらいたいと、農場に関わるさまざまな安全性を埼玉県が細かく評価し認証するSIGAPを市内の農業者で初めて取得するなど、消費者を思い、現状に満足することなく、常に改善に取り組んでいる。「皆さんに喜んでもらえるものであれば、梨以外にもどんどん挑戦していきたいね」。中山さんが育てているのは、人々の笑顔の先に広がる安行と農業の未来だ。(集)

