



暑さが落ち着き、過ごしやすい気候になってきました。秋は外遊びが楽しめるいい季節。秋晴れの日には外で十分に体を動かして遊び、元気な体作りをしていきましょう。また、朝晩と日中では寒暖差が大きいため、脱ぎ着しやすい上着などで調節し、半袖と長袖をうまく使い分けていきましょう。

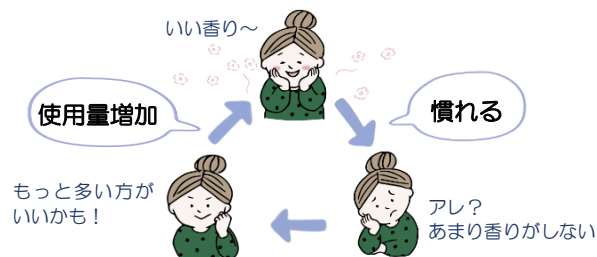
その香り 困っている人もいます

香りは私たちの生活にとって身近な存在です。柔軟剤や洗剤、香水などの香りを楽しんでいる方も多くいます。

しかし、近年こうした日用品に含まれる合成香料（化学物質）の香りによって体調を崩してしまう方がいることが知られるようになり、「香害」という言葉で問題となってきています。

嗅覚順応と香りが強くなる 負のスパイラル

嗅覚順応とは、同じ匂いを嗅ぎ続けると、慣れてだんだん感じにくくなる現象です。



そのため、「香りが強すぎる」と感じる人がいる一方、本人はあまり香りを感じていないこともあります。

【文献】 1) 一般社団法人化学物質過敏症・対策情報センター：化学物質過敏症と香害 2) 福猫屋：嗅覚順応と香りが強くなる負のスパイラル

症状



化学物質過敏症

症状の一つに香害があり、学校や職場にいけなくなる・他人に近寄れなくなるなど、生活に支障をきたしている人もいます。

子どもへのリスク

- ・強い香りが「普通」になる（嗅覚の鈍化）
- ・無臭を「臭い・不安」と感じる
- ・頭痛・鼻炎・集中力低下
- ・香りがないと落ち着かない

できる工夫

- ・使用量を増やさない
- ・香りを重ねて使わない
- ・無香料・微香タイプを選ぶ

「香り」は見えないからこそ、周囲への配慮が大切です。



第23回 相模原協同病院
健康まつり 2026

11/3(火)
10:00~15:00

模擬店・キッチンカーも来るよ！

みどりっこ
ゲームで遊ぼう

みんなが楽しめるゲームを用意しているので、家族やお友達と一緒に遊んで、盛り上がりましょう！
どんなゲームがあるかお楽しみに〜♪

たくさんのイベントを企画しています！
あそびに来てね

先月の利用状況

合計 28名

利用疾患(症状)

- ・インフルエンザA型
- ・胃腸炎
- ・RSウイルス



10月の相談窓口のご案内

10日(土)

24日(土)

- ① 9:00~ ③ 10:30~
- ② 9:45~ ④ 11:15~

各回1家族のご案内です。

施設見学も行っています。
お気軽にご利用ください♪

★予約制の為、お電話にて
お問合せください。

病児保育室「みどりっこ」

☎ 042 - 713 - 3745

[受付時間] 平日 8:00~17:30

詳しくはみどりっこ
ホームページへ

