

やまぼうし新聞

2024

3月

3月3日は《桃の節句》

3月17日～23日まで《春の彼岸》

3月は冬と春の境目の季節にあたります。

『弥生』と呼び草木がいよいよ生い茂る月とされ

日本では年度替りの時期とされており、卒業式や送別会が行われ、
出会いと別れの時期でもあります。

花粉の色々

仙台は2月下旬から3月にかけて飛散が多いとされます
スギ・ヒノキの花粉の飛散がピークとなります。

花粉対策には

- ① 花粉情報を確認
- ② 花粉の多い日は外出を避ける。マスク、メガネの使用
- ③ けば立った服は着ない
- ④ 帰宅時に衣服や紙を良く払って入室する洗顔、うがい、鼻をかむ
- ⑤ 飛散の多い時はふとんや洗濯物ほ外干しを避ける
- ⑥ 掃除する
- ⑦ 空気清浄機を使う



「どーも。」と、おは
よう握手が日課です♪



体を伸ばして「よいしょ〜っ！」