

すぐに役立つくらしの健康情報

# こんにちわ

## 2026年 6 月号

【発行】 医療法人 社団永楽会

# 前田病院

理事長・院長 前田 正博

〒737-0051 広島県呉市中央2丁目6-20

TEL. 0823 (25) 2600

<http://www.hospital-maeda.jp/>

- 診療科目 内科・呼吸器内科・消化器内科・循環器内科  
血液内科・放射線診断科・リハビリ科・歯科
- 診療時間 午前9時～12時30分 午後2時～6時
- 休診日 木曜、土曜の午後及び日曜・祝日



### 梅雨が近づくと



五月連休明けから夏日が続き、中旬以降は湿度の高い日が増えてきました。中国地方は昨年六月九

日に梅雨入り、六月二十日に梅雨明けしました。今年には六月上旬の梅雨入りが予測され、梅雨期間が長くなる可能性があります。気温と湿度が高い日が続くため、体調管理が重要です。

梅雨時期に快適とされる室内湿度は40〜60%で、60%を超えるとカビやダニが急増し、喘息、鼻炎、アトピー、皮膚感染症が悪化しやすくなります。高齢の方は湿度による体温調節の乱れから、倦怠感、食欲低下、脱水が起こりやすく注意が必要です。また食中毒が増える季節で、調理後の食品を室温に置くと短時間で細菌が増殖します。

室内の換気をこまめに行い、エアコンの除湿運転や除湿器を活用することで呼吸器症状や皮膚トラブル、食中毒のリスクを減らすことができます。咳が続く、食欲が落ちる、発熱・下痢などの症状があれば、早めにご相談ください。

令和八年六月

副院長 前田 憲志