



## ワセリンで花粉症対策してみよう☆

「国民病」とも呼ばれるほど、春先になると多くの方が悩まされる花粉症。よく知られているスギやヒノキ以外にも、アレルギー反応を引き起こす花粉は50種以上もあるといわれています。発症するとくしゃみや鼻水などが引き起こされますが、そうした花粉対策の一つにワセリンが活用できることをご存じでしょうか。

### ●ワセリンとは

ワセリンは天然成分である石油を精製して作られた保湿剤です。肌に油膜を作り、肌から水分が蒸発するのを防ぐため、顔や体の保湿ケアに用いられることが多いです。石油を原料としていますが、精製する際に不純物はほとんど取り除かれているため、肌に使用してもアレルギー反応が引き起こされることは少ないといわれています。

ワセリンには、精製度が低く安価な「黄色ワセリン」と、黄色ワセリンをさらに精製した「白色ワセリン」がありますが、顔に使用する場合は刺激が少ない「白色ワセリン」を使うようにしましょう。特に肌がデリケートな人が使う場合は、白色ワセリンの中でも精製度が高く、防腐剤や香料が含まれていないものがよいでしょう。

### ●花粉対策としての活用法

上述の通り、保湿剤として多用されるワセリンですが、鼻の入り口や目の周りに塗れば、花粉対策もできると考えられています。というのも、ワセリンの油膜が花粉をキャッチし、花粉の侵入を阻止すると期待されているのです。

### <鼻の周りへの塗り方>

ワセリンを綿棒に取って、鼻の入り口付近に薄く塗ります。症状がひどい場合は、入り口付近だけでなく鼻の穴の中まで塗るのもよいでしょう。その際、綿棒を使って鼻腔内の表面にくりと塗り、あまり奥まで綿棒を入れすぎないように注意してください。

### <目の周りへの塗り方>

清潔な指にワセリンを取ったら、目の周りを一周するように目の下とまぶたに塗ります。その際、ワセリンが目に入らないように気を付けてください。

### <注意点>

ワセリンは外出前に塗り、室内に入る時にはティッシュやコットンなどで拭き取り、新しく塗り直すようにしましょう。また、室内にいる時も3、4時間を目安に同様の方法で塗り直します。多く付け過ぎるとべたついてしまうため、ごく少量を付けるようにしてください。

なお、顔は体よりも皮膚が薄くデリケートな部分です。肌の弱い人は、使用前に二の腕の内側に付けてしばらく置き、かぶれや赤みなど炎症反応が起こらないか確認しておくのが望ましいです。

## 不動産情報

### 賃貸アパート

場所：香川県三豊市三野町  
間取：3DK  
賃料：42,000円

おすすめポイント!!  
・駐車場2台無料  
・エアコン2台付



## ~3がつのレシピ~



### 新玉ねぎとツナのごまサラダ

材料  
(2人分)

新玉ねぎ(なければ玉ねぎ・小) 1個 ツナ缶詰(90g入り) 1缶  
ドレッシング  
にんにくのすりおろし 1かけ分 しょうゆ 大さじ1  
白すりごま 大さじ1 ごま油(またはオリーブオイル) 小さじ1  
酢 小さじ1 粗びき黒こしょう 適宜

作り方

- ① 新玉ねぎ(なければ玉ねぎ)は縦半分に切って縦に薄切りにし、水に2分さらして水けを絞る。ツナは缶汁をきり、粗くほぐす。
- ② ボールにドレッシングの材料を混ぜ合わせる。新玉ねぎ、ツナを加えて全体に混ぜ、器に盛る。

## お掃除プチ裏技

### カーペットのシミ取り

水性のシミは、中性洗剤を薄めた液を付けて歯ブラシで軽くこすり 濡れたタオルで叩いて汚れをタオルに移し

その後綺麗な濡れタオルで洗剤を拭き取ります

油性のシミは除光液等を付けた布で汚れを取り 中性洗剤を薄めた液で拭き取り 輪ジミが出来ないようにぼかしながら洗剤を拭き取ります

ペットのオシッコや子供が吐いてしまった時は、吐いた物やおしっこを拭き取ってから 塩(又は重曹)を振りかけてブラシでこすり、塩が乾いたら掃除機で吸い取り

中性洗剤を薄めた液で拭き取るといいですよ

中洗剤の代わりにレモンで擦っても、汚れも臭いも取れていいですよ

カーペット用の洗剤でお掃除をしても、いい香りがついているので良いと思います。



## 四国88箇所御朱印の旅

57番札所

### 府頭山 無量寿院 栄福寺

(ふとうざん むりょうじゅいん えいふくじ)

所在地：愛媛県今治市玉川町八幡甲200

電話番号：0898-55-2432



(株) エイシン

住所：香川県高松市檀紙町1648-8

0120-512-337

ホームページアドレス <http://www.eishin-1.co.jp>



おかげさまで  
34周年

エイシン

検索