



# その香り 他の人には ツライかも



## 体調不良

柔軟剤やたばこ、整髪料などの香りにより、頭痛やめまい等の辛さを感じる方がいます。

## 個人差があります

香りの感じ方には個人差があります。自分にとっては快適でも、体調が悪くなる方がいることを知ってください。

## 化学物質過敏症とは

ごくわずかな化学物質でも頭痛やめまい、吐き気など様々な症状があらわれる状態です。原因などはわかっていないことが多く、誰にでも発症するリスクがあります。

## お願い

香り付き製品の使用に当たっては、使用量の目安などを参考に周囲の方へもご配慮ください

確実な治療や予防方法は分かっていませんが、症状を引き起こすとされる原因物質から遠ざかることが有効とされています。子どもは身体が小さいため、大人より化学物質の影響を受けるおそれがあります。お子さんがいるご家庭等は、より気をつけることをお勧めします。

症状を  
軽くするには…



- ① 匂いが気になる物を避ける
- ② 定期的に換気をする(1時間に1回5分程度)
- ③ タバコを吸わない
- ④ 合成洗剤や柔軟剤、消臭剤、香水等は使わない
- ⑤ 消毒液などの使用で、不調を感じたら使用を控える
- ⑥ 規則正しい生活とバランスの良い食事を心がける

ご理解ご協力をお願いします



ASAHIKAWA CITY

問合せ・相談は 旭川市保健所健康推進課地域健康づくり担当まで  
電話) 26-2397 (月~金・土日祝日を除く 8:45~17:15)