

後期試験が終わり、春休みになりましたが、いかがお過ごしでしょうか？熊本県独自の緊急事態宣言が、2月21日まで延長されるなど、厳しい状態が続いていますね。色々と制限がある中ですが、感染症対策を行いながら、リフレッシュできると良いですね。オンラインヨガなど、お家でできる運動もおすすめですよ！

アレルギーのこと、知っていますか？

2月20日は、「アレルギーの日」、
17日～23日はアレルギー週間として、
アレルギーに関する情報発信や啓発が色々な形で行われます。

アレルギーとは、私たちの体に備わっている「免疫」の働きが、侵入してきた異物に対して過敏になり、腫れやかゆみなど、様々な症状が出てしまうことを言います。

皆さんがよく知っている食物アレルギーや花粉症、ピアス（金属）によるかぶれなどもその一種で、症状が重い場合は命に関わることもあります（アナフィラキシー）。



アレルギーの原因となる物質や症状が出る量は、人によって違います。また、以前は全然平気だったものに対し、突然反応が出ることもあるのです。

以前、学内でアナフィラキシーになった学生の救急搬送をしたことがあります。当時、その学生にアレルギーの既往歴は特になく、後日検査の結果、食物アレルギーだと判明しました。

つまり、大学生になってから初めて発症することもあるのです。幸いにも大事に至りませんでした。今でも思い出すとヒヤッとする経験の一つです。

アナフィラキシーの対策は、原因を避けることです。そのためには、アレルギー物質を特定し、接触を避ける必要があります。何かに触ったり、食べたり、特定の行動をとったときに同じ症状が何度も出るようなときはアレルギーを疑い、早めに受診することが大切です。

新型コロナウイルス感染症接触確認アプリ「COCOA」について



接触確認アプリ「COCOA」とは、利用者ご本人の同意のもと、スマートフォンの近接通信機能（Bluetooth）を活用しプライバシーを保護しながら、新型コロナウイルス感染症の陽性者と接触した可能性について、通知を受けることができるアプリです。

以前、大学のホームページからお知らせしたように、接触確認アプリ「COCOA」のダウンロードを推奨しています。ダウンロードがまだの方は、ぜひ行いましょう。

また、感染拡大防止に有効なアプリの活用方法について、以下に③点記載しますので、ご確認ください。

- ①COCOA を稼働可能な状態に保つため、やむを得ない事情を除き、電源を OFF にするのではなくマナーモードに設定する。
- ②陽性と診断された場合には、感染拡大防止のため COCOA による陽性登録に協力する。
- ③接触通知が来た際には画面の案内に従い保健所に相談する。