



セイトカアワダチソウの生息域の拡大防止にご協力を！

秋に黄色い花を咲かせるセイトカアワダチソウの群生は市内の至る所で目に留まります。所有地などに繁茂しているセイトカアワダチソウをできるだけ駆除することにより、生息域の拡大防止を図り、在来動植物の生息環境を保つことによって、古き良き日本の風景を取り戻しましょう。

1 セイトカアワダチソウとは

- 環境省の要注意外来生物リストに載っているキク科の多年草植物
- 開花時期は10月～11月
- 河川敷、土手、荒地、原野、休耕地、道端、空き地などに生育
- 根や地下茎から周囲の植物の成長を抑制する化学物質を出し、周囲の植物の生育を阻害し、勢力を拡大します。ただし、この物質はセイトカアワダチソウ自らの生育をも阻害します。

2 市内での分布状況

平地である大宮地域での生息が最も多く、比較的住宅地など人の出入りが多い場所などでの分布が確認されました。

3 駆除の方法

- 根から抜き取ってください。
- 5月～10月までの期間中に2回以上刈り取りしましょう。特に花が咲く10月～11月に刈り取りすることで、種子の飛散による拡大を抑制することができます。

市民の皆さんのご協力をお願いします。



問い合わせ

環境課環境推進グループ

☎52-1111(内線123)

健康
通信

常陸大宮済生会病院

皮膚科

倉持 美也子先生



乾燥肌の原因と予防法

秋から冬にかけて、乾燥肌が原因の皮膚疾患で病院を受診する患者さんが増えてきます。

肌は大きく分けて表皮と真皮があります。表皮には一番上に皮脂膜があり、次に角質層があります。この2つの層が肌を外界の刺激やアレルゲンから守るバリアのような役割をしています。乾燥肌とは、体内の水分の蒸発を防いでいる角質層の衰えや、角質層を保護している皮脂の分泌の衰えなどにより肌のバリア機能が低下し、それにより体全体の水分量が低下している状態なのです。皮脂膜が薄くなり角質層が荒れてしまうと、表皮の隙間から、ダニやほこり、細菌など、様々な物質が侵入してくるため、かゆみを感じたり、肌が敏感になったりします。

このように、乾燥肌とは肌の皮脂の分泌が衰えていることに加えて、程度の差はありますが表皮がダメージを受けている状態です。ですから乾燥によるかゆみに対するスキンケアとしては、表皮にある皮脂膜に加えて、バリア機能を補うことが大切です。乾燥肌が先天的（遺伝）なものなのか、後天的（生活環境など）なものなのかによって対応の仕方も変わってきます。ただ、いずれにしても日常生活に大きく起因しているものと考えられ、毎日の身の回りの環境に気を配るだけでも随分と問題は解決すると思われます。具体的には以下のことに留意してみてください。

- ◆暖房は必要最小限にとどめて、部屋の保湿に心がける
- ◆熱いお湯での長時間の入浴は避ける
- ◆タオルでのこすり過ぎに注意する
- ◆入浴後は早めに保湿剤を塗る
- ◆下着は綿製品を着用する

もちろん、これらを実行しても乾燥肌が悪化し、かゆみが増すような場合も多くあります。そのような場合には早めに病院を受診してください。