

花粉症の足立梨花 マスク着用に理解求める「一瞬でも外でマスクを取ることが命取りになる」3/20 東スポウエーブ



足立梨花 (TOKYO-SPORTS)

タレントの足立梨花 (30) がツイッターで「マスク問題」に言及した。

新型コロナ感染防止対策のマスク着用については13日から「個人の判断に委ねる」という方針となった。ただ、現実には依然としてマスク着用が多数派で、一部では「なんでいまだにマスクを着けているのか」などといった声も出ている。

足立に対し SNS 上ではこうした声があるようで「写

真撮る時ぐらいマスク取りなよとか マスク取ってとか言う人 この時期、花粉症の私にとって一瞬でも外でマスクを取ることが命取りになるということを理解していただきたい」と反論。

足立は重度の花粉症のようで、マスクを外すことにはかなりのリスクを感じているとし、着用を理解を求めた。

また足立は現在ドラマ撮影中で「いまとくに声飛んで行ってどこかに落ちてるからね？戻ってきてないからね？ドラマ中よ？笑」とセリフを言うのにも影響が出ている状況であることを明かした。

★鼻水や鼻づまり、くしゃみなどの症状が辛い花粉症。花粉症の有病率は全国で15.6%にも上ります。花粉対策にはマスクを使用している方が多いものの、マスクは本当に花粉対策になるのか疑問を持っている方もいらっしゃるかもしれません。

●外出時にマスクやメガネを着用すると、花粉のばく露 (※) を防げます。

いかに花粉を避けるかが対策では重要です。一般的に花粉は昼前後と夕方によく飛散するので、昼前後と夕方はなるべく外出を避けましょう。

※ばく露とは食べたり、呼吸で吸い込んだり、手についたりして、化学物質が私たちの体の中に入ってくることを「ばく露 (暴露)」といい、体に入った量を「ばく露量 (暴露量)」と言います。

●マスクを着用すると吸い込む花粉量が3分の1から6分の1に減り、鼻水や鼻づまりなど鼻の症状を軽くできます。

性能のよいマスクでは95%以上の花粉をカットできるタイプもあります。

●インナーマスクはさらに効果的

マスクの内側にガーゼを当てる(インナーマスク)と、さらに鼻に入る花粉量を減らせます。