

# MitsuiSougou通信

## コロナ禍での花粉症対策

花粉症の季節がやってきました。  
新型コロナの影響もあり、特に注意して対策をする必要があります。

### 【新型コロナウイルスか花粉症の見分け方】

#### ①発熱

1つ目のポイントは「発熱」です。花粉症では発熱が続くことはまず無いです。熱が下がらないようなら、コロナ感染を強く疑います。

#### ②目や鼻のかゆみ

2つ目のポイントは「かゆみ」です。かゆみはアレルギー症状に特徴的で、花粉症では多く見られますがコロナではまず見られることは少ないはずで。

#### ③嗅覚障害

3つ目のポイントは「嗅覚障害」です。花粉症では鼻詰まりがあってそのせいで匂いがわからなくなりますが、コロナでは鼻詰まりがないのにも関わらず匂いがわからなくなるのが特徴的です。

#### ④味覚障害

4つ目のポイントは「味覚障害」です。コロナでは味覚障害の症状が現れやすいのが有名です。花粉症でも稀に鼻詰まりが強く味がわかりにくくなることも起こりえますが、コロナの場合は鼻詰まりは起きないことが多いです。

☆ご自身で新型コロナウイルスに感染したかどうかの判断をすることは非常に難しいと思いますので、発熱など体に変化を感じることがあればかかりつけ医や保健所等に連絡することが重要です。

### 【コロナ禍での花粉症対策】

#### ・早めに薬を服用する

電車やバスでくしゃみをする時、コロナ禍においては特に気まずい雰囲気になりますよね。早めに病院で薬を処方してもらい、症状をおさえましょう。

#### ・必ずマスクをする

くしゃみ1回で発生する飛沫量は、咳の10倍以上、距離は2mも飛びます。万が一コロナに感染していた場合、周囲の方の感染リスクが高まります。もしマスクをしておらず、手で飛沫をおさえた場合は、何かに触れる前にすぐに手指消毒・手洗いをおこなってください。

#### ・顔に触らないように注意する

鼻をかむために顔を触ったり、目がかゆくてこすったりすると手に付着したウイルスが体内に入るリスクが高まります。

#### ・こまめに手指の消毒を

気をつけていても無意識のうちに顔に触れてしまうこともあります。こまめに手指を消毒し、感染リスクを抑えましょう。

#### ・部屋の換気は朝夜に

感染症防止のためこまめに換気もしたいが、花粉が気になるという方は花粉の飛散が少ない、早朝と夜の換気がおすすです。

#### ・花粉情報を入手する

その日の花粉情報をチェックしてマスクの着用や外出を控えるなどして、対策を講じましょう。

#### ・服装にも工夫

外出時は髪に花粉が付着しないよう帽子を着用し、すべすべした素材の服を選びましょう。

#### ・花粉を残さない

帰宅したら、衣服や髪を払って入室し、うがいやシャワーを励行しましょう。

#### ・こまめに掃除する

部屋に入ってしまった花粉はこまめな掃除で除去します。空気清浄機の使用も効果的です。



## 自動車保険の通知義務

次の①～⑦などに掲げる事実が発生する場合には、当社にご連絡ください。

### ①使用目的の変更する場合（通勤通学・日常レジャー・業務使用）

- ・お仕事への通勤にお車を使用するようになった場合
- ・退職して通勤にお車を使用しなくなった場合
- ・就職や転職によりお仕事にお車を使用するようになった場合など



### ②お子さまやご家族の方が免許を取って車を運転するようになる場合

年令条件の変更や運転者限定の変更（本人、本人・配偶者限定の場合など）が必要です。

### ③結婚した場合または結婚して住所が変わる場合

改姓の手続きや、住所変更などが必要です。  
また、今までご両親の名義でご契約をしていた場合は、名義変更の手続きが必要になります。

### ④引っ越しなどにより住所が変わる場合

### ⑤車を買替える場合（車両入替）

### ⑥車を譲渡・売却・廃車する場合

### ⑦用途車種または登録番号（ナンバープレート）を変更する場合



☆自動車保険をご契約した場合、上記のようにあらかじめ決められたいくつかの事項について保険会社に通知する義務が生じます。

☆通知の内容によっては保険料の追加や返礼が発生する場合がありますが、手続き完了前に事故があった場合、最悪の場合には保険金の支払いが受けられない場合がありますので、早めのご連絡をお願い致します。

## 新型コロナウイルス感染症に便乗した詐欺に注意してください！

- ・怪しい電話はすぐに切り、メールは無視してください。
- ・他人には絶対に現金を手渡したり、暗証番号を教えるはいけません。
- ・新型コロナウイルス感染症に便乗した勧誘はキッパリ断りましょう。

『怪しいな？』と思ったら一人で悩まず、すぐに相談・通報してください。

- ・消費者ホットライン（局番なしの3桁）188
- ・お住まいの市区町村
- ・お近くの警察署 ・警察相談専用電話 #9110



## ◆おいしいレシピ◆ ～ブロッコリーと卵のオーロラデリ風サラダ～

オーロラソースで、甘みのあるブロッコリーとまろやかなゆで卵を、食感が良い新たまねぎと合わせたデリ風サラダです♪

【材料】2人分

- ・ブロッコリー 1/2株 ・卵 2個
- ・玉ねぎ(新たまねぎ使用) 1/2個
- 【A】マヨネーズ 大さじ2 ・ケチャップ 小さじ2
- ・ウスターソース 小さじ1 ・すりごま 大さじ1



- 【作り方】
1. ゆで卵を作り殻をむき、食べやすい大きさに切る。  
【A】マヨネーズ、ケチャップ、ウスターソース、すりごまを混ぜ合わせる。  
玉ねぎは薄切りにし、水にさらしザルに上げ水気を絞る。
  2. ブロッコリーは小房に分け、耐熱ボウルに入れ大さじ1の水とひとつまみの塩を加え、ラップをかけ600wで2分レンジ加熱して冷ます。
  3. ①②を混ぜ合わせ、冷蔵庫で冷やす。☆密封容器に入れ冷蔵庫で2日保存可能です。