

香りのエチケットを意識しよう

「香害」という言葉を知っていますか？香害とは合成香料によって引き起こされる健康被害のことです。合成香料が含まれる製品には、香水、合成洗剤、柔軟剤、芳香剤、化粧品などさまざまあります。強い香りにより頭痛や吐き気などの不調が起きてしまう人がいます。

自分は気にならない香りでも、他の人からすると体調を崩してしまうほど強い香りであることがあります。多くの人が過ごす学校生活なので、以下のことに気をつけてほしいです。



◆香水をつけてくるのはやめましょう

◇校則で禁止されていますが、化粧（ファンデーション等）はやめてください

◆制汗スプレーは、なるべく香りの強くないものを、少量使用するようになしてください

教室内での使用は控えてください

汗の臭いが気になる人は、こまめに汗を拭いたり、着替えを用意したりしましょう

また、最近は朝塗っておくタイプの制汗剤もあります