

編集後記

今年は花粉の飛散量が例年になく多く、当研究所でも花粉症に苦しんでいる研究官が多いようです。インターネットの花粉症に関するサイトをのぞいてみると、いろいろな対処方法が紹介されていて、例えば、「禁酒禁煙・睡眠6時間以上を心がける」「いつも以上に栄養をとる（特にカルシウム）」だけでも、だいぶ症状が軽くなるそうです。花粉症で苦しんでいる方は一度アクセスしてみたらいかがでしょうか。

読者の皆様からのご意見・ご感想を常時募集しております。詳細については「郵政研究所通信Opinion 読者の声」をご覧ください。皆様からのご意見等お待ちしております。（外園）

送付先住所の変更等ございましたら、お手数ですが担当までご連絡お願いいたします。現在の送付先及び新しい送付先をご記入の上、FAXにて郵政研究所研究交流課あてお送り下さい。

（FAX：03 3224 7382）

郵 政 研 究 所 月 報
第13巻 第3号 通巻138号
2000年3月6日 発 行
発行所 郵政省郵政研究所
編 集 郵政省郵政研究所
〒106 8798
東京都港区麻布台1 6 19
電話 03(3224)7310

