

# 気象病



健康づくり  
応援 News  
2025

2025/06/03

梅雨の季節になると、**気圧や気温、湿度の変化**で自律神経が乱れやすく、  
なんだか身体がだるい、頭痛がするなど不調が起きやすくなります。

気象病について理解を深め、少しでも不調が軽減できるように  
対処方法を身につけましょう。



添付ファイル

- [気象病](#)

