

梅雨を快適に！

梅の実が熟すころの雨…

雨にぬれたアジサイやきれいに開いた傘の花・・・

と、趣はあっても、やはり梅雨特有のじめじめした不快感と、カビやニオイはいやなものです。

そんな憂うつな季節を気持ちよく乗り切り、快適に過ごすための方法をご紹介します。



梅雨の訪れとともに気になるのが湿気。昔の建物は、日本の高温多湿な気候に対応した、調湿効果のある土の壁と紙の障子で構成されていて、建物を乾燥させるには都合のよい空間でした。しかし、最近の住宅は、アルミサッシなどの使用によって機密性が高くなり、湿気がこもりやすい構造になっていきます。積極的に対策を取らないと、カビを発生させてしまいます。

カビが発生するとなぜよくないの？

カビは、家具や家を傷めるばかりでなく、胞子を吸い込むことによって、アレルギーやアトピーなどの病気の原因にもなります。

カビが発生する原因・環境

カビは、「はじめじめとした湿気（70～90%）」と、ほこりや人のアカなどの「汚れ」、「25～30度の高温」の条件が整うと、どんどん増えます。最近では、加湿器の使用すぎによる人工的な発生にも注意が必要です。

主なカビの発生場所と原因

- 水周り〔水蒸気・せつけんカス・汚れ〕
 - 窓ガラスのゴムパッキン〔結露〕
 - エアコン内部〔結露・通風不足〕
 - 押入れ〔ふとんの水分・通風不足〕
 - 家具の裏〔通風不足〕
 - カーペット部屋〔食べかす・汚れ・湿気〕
- そのほか梅雨時の湿気の発生源として気をつけたいのは、観葉植物、料理時の水蒸気、洗濯機からの水蒸気、洗濯物があります。

★カビの発生を防ぐ基本3原則

- ① 水滴や結露などの水分はなるべく早くふき取る。
- ② 晴れた日は窓を開けて換気、雨の日は除湿機で乾燥。
- ③ ほこりや汚れがたまらないように「予防掃除」を行う。

★湿気を防ぐ換気のポイント

- ・換気扇はこまめに開閉する。
- ・換気扇からなるべく遠くの窓を空気の入り口として15cmほど開ける。（全開にすると空気の

- の流れがぶくなってしまいう）
- ・窓を使って換気する場合は、空気の出口となる窓を全開に、入り口になる窓を15cmほど開けるとよい。
- ・換気は、晴れた日の湿度の低い時間帯（12時～16時）に行うようにする。

★湿度を上げないポイント

- ・炊事・洗濯は、十分に換気しながら行う。
- ・洗濯物はできれば室内に干さない。干す時は、除湿機を使うと効果的。
- ・結露が多く湿度の高い部屋には観葉植物は置かないほうがよい。

場所別カビ予防・対策

玄関

- ① ぬれた傘や靴はそのまま持ち込まず、家に入る前に水分をよく切る。
- ② ぬれた靴は、中に新聞紙などを入れて乾かしてからしまうようにする。
- ③ 下駄箱の中に新聞紙を敷き、湿気を吸収させる。