

～ 帰宅時の花粉症対策 ～

春先に多くの方が悩まされる花粉症ですが、スギ花粉のピークは例年3月上旬頃に始まると思いますが、暖冬の今年はもう少し早いかもしれませんね。
今月の話題はズバリ！花粉症対策です。

<とにかく、部屋に持ち込まないこと！>

家の中に花粉が入ってくる経路は主に以下のケースが考えられます。
この経路を絶つことが効果的な対策になります。

1. 外出先から帰ってきたときに衣類などについている

外で着用する洋服には、**花粉が付着しやすいウールは避け**、綿・絹・化繊など**すべすべした生地のものを選ぶと良い**でしょう。そして自宅に入る前に、洋服、頭、顔、手などについた花粉をはたいて落とします。
ブラシなどを使っても良いと思います。



2. 洗濯物や布団を外に干した時についてくる

洗濯物や布団は花粉が飛ぶ時期には**外干しを避け**、**浴室乾燥機や室内干し**で対応。サーキュレーター（扇風機）などを使うと室内干しを効果的に乾かすことができます。

～特に外干しを避けたい日～

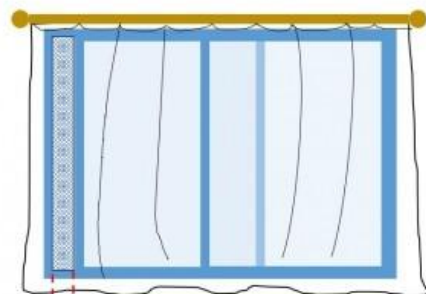
- ・晴れて、気温が高い日、風が強い日
- ・雨上がりの翌日や気温が高い日が2～3日続いた後（花粉が多く飛ぶ日）
- ・昼前後と夕方（花粉が多く飛ぶ時間帯）

3. 窓を開けたときに入ってくる

春の陽気は季節柄、窓を開けて換気をしたくなるものですが、
環境省が公表している「花粉症環境保健マニュアル」によると、花粉の最盛期に3LDKのマンションで行った実験では、**窓を全開にして1時間換気した場合、およそ“1千万個”の花粉が屋内に流入した**そうです。

しかし、**窓を開ける幅を「10センチ程度」**にし、レースカーテンをすることで屋内への花粉流入量をおよそ**4分の1**に減らすことが出来るとのこと。

この知恵は応用したいものです。



10センチ程度
網戸あり

4. 壁などの換気口（吸気口）から入ってくる

2003年以降に新築された住宅には、基本的に「24時間換気設備」がついています。

この設備は2時間に一度、室内の空気を全て入れ替え室内に残留しているシックハウス症候群を引き起こす元となる化学物質やカビ、ホコリ、タバコ臭やペット臭、調理の際に出た湿気などを外部に排出する役割を担っています。

ちなみにこの24時間換気設備は、台風や大雨などで換気口から雨が吹き込む恐れがあるときを除き、**基本的にずっと稼働させることが前提**となっています。



一般的な換気口

また、24時間換気設備のついていない“マンションや一戸建”の場合でも、たいていの物件では、家の中のどこかに外気を取りこむための換気口（給気口・通気口）がついています。

これらの換気口（給気口・通気口）には花粉などを除去するフィルターを設けると良いでしょう。

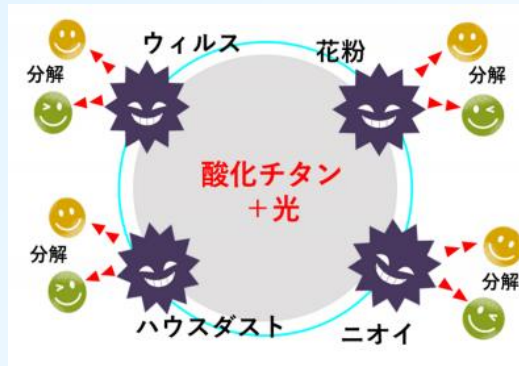
もともとついているものもありますが、もし何もついていなかったら場合はホームセンターなどで購入出来ます。

～こんな対策もあります！～

<光触媒を用いたカーテン、観葉植物を置く>

光触媒とは、太陽や蛍光灯の光が当たることで、花粉やカビ、ハウスダスト、ニオイ、シックハウス症候群の元となる“化学物質”などを分解する作用を持つ物質です。

この光触媒加工は、カーテンや布団、観葉植物（フェイクグリーン）、シャツなどで実用化されています。



<ベランダ掃除、網戸や窓の掃除>

ベランダの床や網戸の外側にも花粉は付着していますので、定期的に掃除して花粉を除去しておくことも効果的です。

床の掃除は水洗いが出来れば理想ですが、集合住宅などで難しい場合、排水溝のゴミをチリトリ・ほうきを使って取り、絞ったぞうきんで室内側→排水溝側に向かって拭き取ります。

網戸や窓も水洗いできない場合は、ぞうきんや使い捨てウェットシートなどを使って花粉を除去すると良いでしょう。

ご自宅の不動産価値 知っておきませんか？

ご相談はお気軽にどうぞ♪

私たちは、土地や建物の仲介のみではなく、声かけ頂ければ、何でもお役に立てます！

～土地・建物のよろず屋～

 **マルヒロ不動産(株)**

名古屋市中村区横前町109番地

TEL: 052-413-4628



<http://maruhiro2103.co.jp>