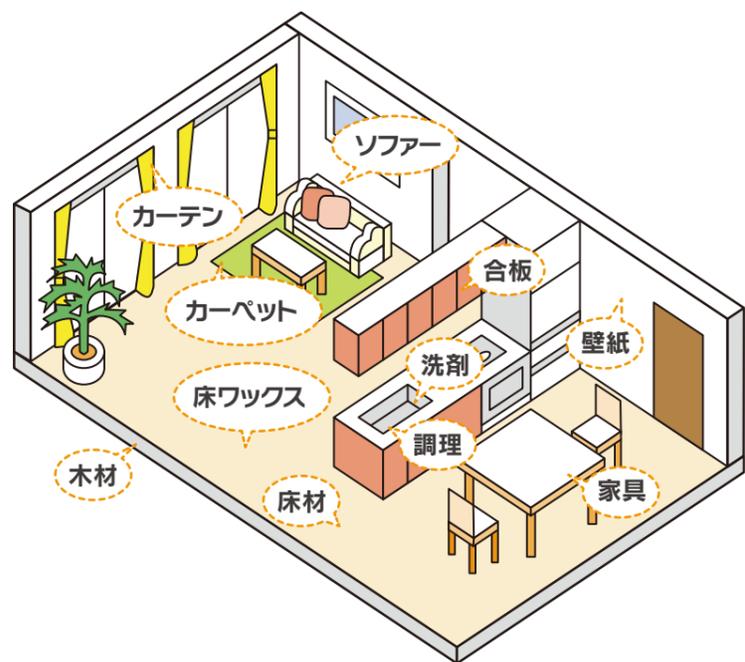


室内空気汚染について

室内空気中には、建材や家庭用品、燃焼器具などから発生する有害な化学物質や、粉じん(ごみ、ホコリなど)が存在しています。最近では住宅が高気密・高断熱化する傾向にあるため、積極的に換気をするよう心がけましょう。

発生源・経路

- 建材 ▶ 床材、合板、壁紙、畳、塗料、木材、シロアリ防除剤
- 家庭用品 ▶ 家具、床ワックス、カーペット、カーテン、家電製品、洗剤、消臭剤、殺虫剤・防虫剤、衣料品
- 居住者の活動 ▶ 調理(食品の燃焼)、暖房(燃料の燃焼)、整髪、化粧、喫煙、歩行



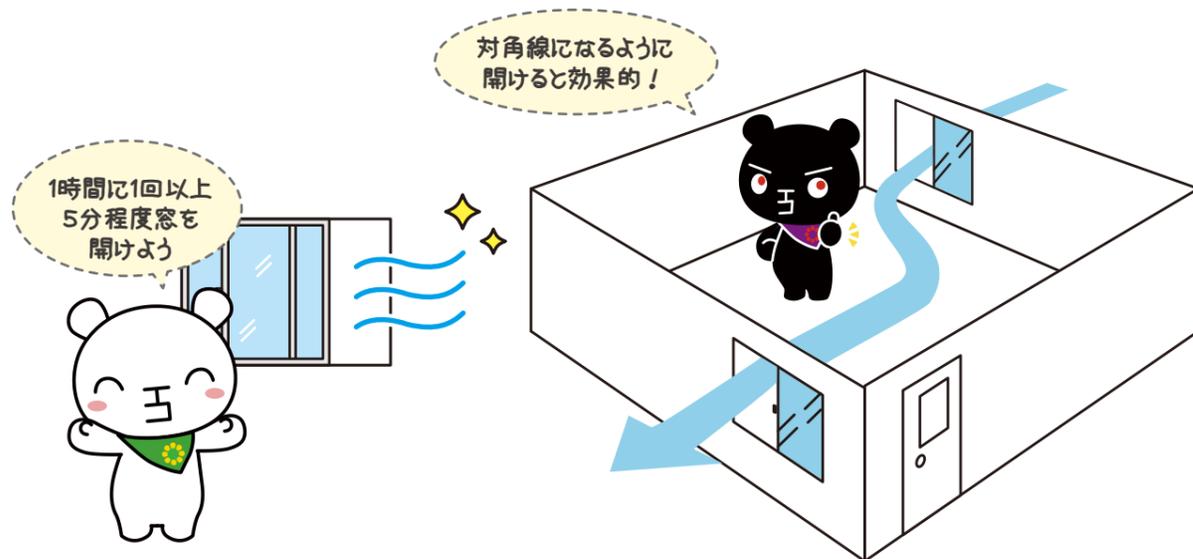
人からも出ているんだ!



どうしたらいいの?

換気

- 1時間に1回以上5分程度窓を開ける
- 空気の入出力口ができるだけ対角線となるよう窓を2カ所以上開ける
- 窓が1カ所しかない場合は、扇風機を窓に向けて外に空気を出す



掃除

- ホコリやダニ、カビなど空気を汚染する原因となる物質を、掃除によって取り除く
- ハイハイする小さなお子さんがいるご家庭では水拭きが効果的



室内空気の汚れについて一般的指標が定められています

- 二酸化炭素(1,000ppm以下) ▶ 物の燃焼や人の呼吸により発生
- 一酸化炭素(10ppm以下) ▶ 石油ストーブ、ファンヒーターなど開放型暖房器具やガスコンロを使用する際、換気不足により発生

濃度が高くなると、頭痛や吐き気、めまいなどの中毒症状が進み、最悪の場合、死に至るケースも



- 浮遊粉じん(0.15mg/m³以下) ▶ 空気中に漂っているごみ、ホコリのこと。喫煙からも発生