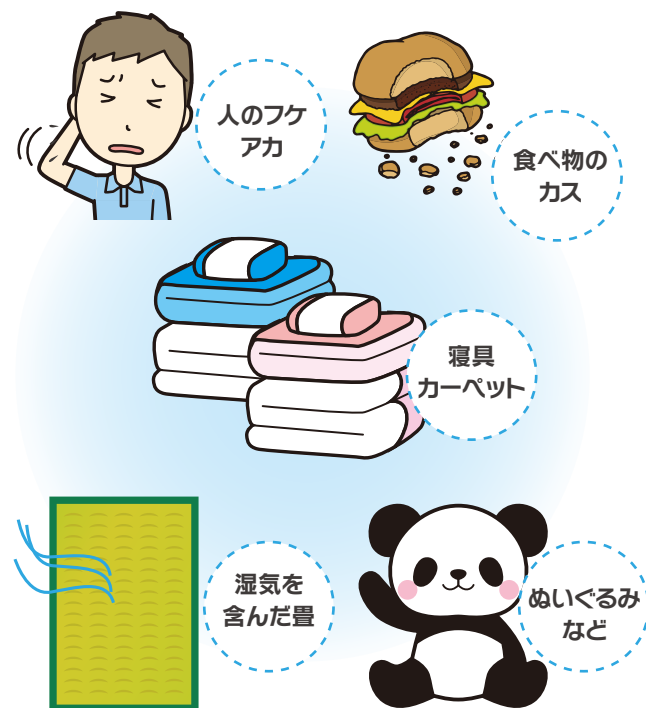
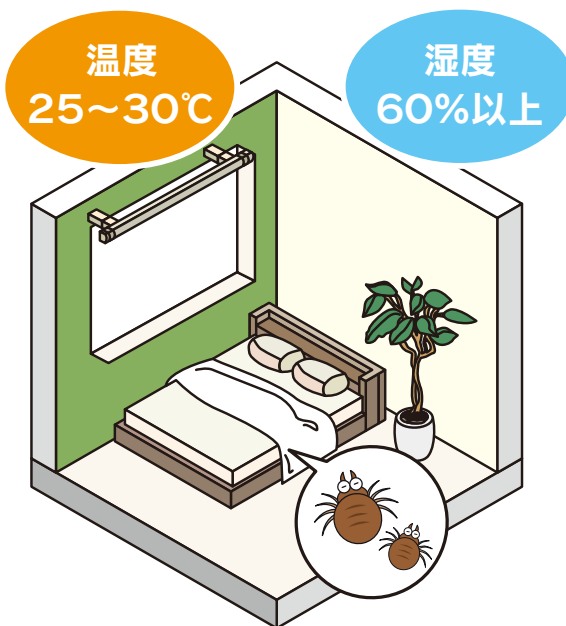


## ダニについて

ダニは人を刺したり、アレルギー性のぜん息や皮膚炎を起こす代表的な原因となります。  
死骸やフン、脱皮した殻などもアレルギーになるためダニが生息しにくい住まいづくりを心がけましょう。

### 発生源・経路

- 高温多湿の時期が発生のピークとなる(温度25~30℃、湿度60%以上)
- 人のフケやアカ、食べ物のカス、室内のホコリやカビなどをえさにする
- 寝具、カーペット、畳、ぬいぐるみなどで多く繁殖する



### 種類と特徴

- 人のフケやアカをえさにする「ヒョウヒダニ」
- 人を刺すことがある「ツメダニ」
- 乾燥食品に大量に発生することがある「コナダニ」
- 体長は0.3mm~0.6mmで肉眼では見えない



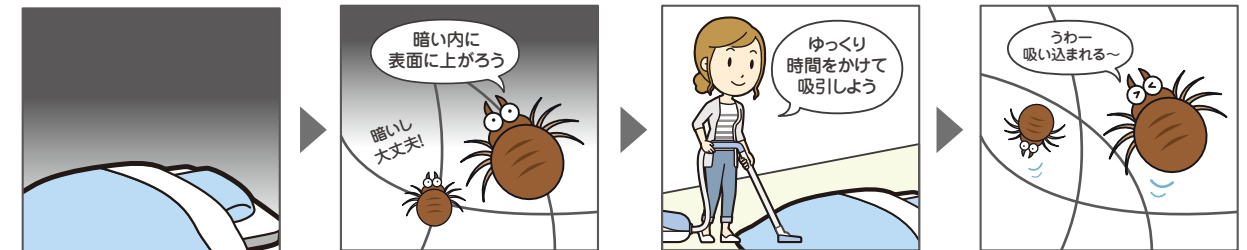
▲コナヒョウヒダニ ▲ミナミツメダニ ▲ケナガコナダニ

提供: 一般財団法人日本環境衛生センター

## どうしたらいいの?

### こまめな掃除機かけ

- ダニは布団やカーペットの繊維にしがみつくと、ゆっくり時間をかけて吸引する(1m<sup>2</sup>あたり20秒間)
- 暗くしてから1時間程度待つとダニは表面に出てくるため、そのあと掃除機をかけると効果的



### 寝具の洗濯

- 天日干し(表裏2時間程度)をして、その後、掃除機をかける
- 布団乾燥機やコインランドリーの乾燥機を使う
- 家庭で洗えない布団やぬいぐるみはクリーニング店に出す

ダニは50℃の熱で20~30分、60℃の熱で一瞬で死滅するよ



ダニによるアレルギーの原因物質は熱に強く、加熱調理しても症状が出るのを防ぐことができないよ!



ダニが繁殖した粉製品を使った料理を食べたことでアレルギー症状を起こす事例が報告されています

- ダニの侵入を防止するため、開封後の粉製品は密閉できる容器(タッパーなど)で保管する
- ダニは低温であれば繁殖できないため、冷蔵庫に入れて保管し早めに使い切る

