



完全保存版「自然素材住宅塾」



今の住まいと未来の住まいに役立つ情報満載

一柵靖人（いちます やすひと）
一級建築士・宅地建物取引士

こんにちは。駿河屋の一柵です。

いまや現代人は3人に1人がなんらかのアレルギー症状を自覚している時代。それは黄砂や花粉など、外部から飛んでくるものもありますが、家から発生する、カビやダニ、ホコリなどもあります。今日は家のアレルギーに対する対処方法をお伝えします。

それでは今月も子育てママのお役にたてる、おうちの事で大切なこと、発信します！

【住まいのカビやホコリ、ダニとアレルギーの関係】

先日、僕の友人が「花粉のシーズンでもないのに目が痒くなったので、眼科に行ってアレルギー検査をしてきた」と言っていました。このように、アレルギーの検査を受ける人がいま増えているようです。

住まいのアレルギーとしてはダニ、ハウスダスト、カビなどですが、これらによる「ぜん息」や「アレルギー」に悩んでいらっしゃる方もいるのではないのでしょうか？ そうした疾患のある方はもちろん、そうでない方もハウスダスト、ダニを防ぐには、まめにお掃除することも大切ですが、それ以外に対処方法として、ご自宅でもすぐに出来る事をお伝えします。

・カビの発生している部屋を寝室にしない

結露の発生する北側などの部屋でカビが発生していたら、そこを寝室にはしてはいけません。とくに症状がある場合にはカビの発生していない南側の部屋へ寝室を移動することをお勧めします。結露からカビが発生し、カビからダニが発生します。

・室内のカーペットを止める

カーペットはダニやダニの死骸やフン、ホコリの巣になるので、カーペットの床は極力避けたほうがよいでしょう。

- ラグ関係は片付ける

ラグもカーペットと同じ理由です。しかし新品のラグを入れて鼻水などのアレルギー反応が出た場合には、化学物質に反応している可能性も高いでしょう。そうした場合には別の対処方法が必要です。

- 24 時換気を行う

現代の建築基準法は、ベニヤや接着剤、ビニルクロスなどから化学物質が出る前提で 24 時間換気を推奨している“おかしな法律”です。効率よく換気するためには、空気の入口をしっかりとつくる。つまり窓を開けたり、給気口を開けて換気扇を回すのが正しい換気方法です。

まずは、以上のことに気をつけることが大切です。つまり、結露しづらく、ホコリがたまりづらい部屋にすることが大切です。

カビに関して言えば結露によるカビ発生を防ぐ対策も重要ですが意外と盲点なのは、ユニットバスです。ユニットバスは浴槽の洗い場側が外れるタイプがあります。そこを外して洗ったことある方いますでしょうか？

外れるタイプの場合には是非一度お掃除をお勧め致します。お掃除したことが無い方ですと、カビがびっしりついていることがあります。お風呂上がりにアレルギー反応が出る方は、排水溝を含め是非チェックしてみてください。

+++++【 あ と が き 】+++++

年始からギターのオンラインスクールを始めて、練習を継続しています。中学からエレキを始めて、高校でバンド組んでライブハウスで遊んでいたのですが、それ以降は全くギターに触れない生活を送ってきました。でもずっとギターは気になっていて、弾きもしないのに小さいアコースティックギターを買ったり、小さいエレキを買ったりしていました。でもやはり！大人のギターを弾きたい！という欲求が爆発して、今年から練習を頑張っているのです。ただ、エレキと違い、右手の指を使ってベースとメロディーを奏でる「ソロギター」スタイルなので結構難しい！しかし努力のかいもあって、最近やっとソレっぽくなってきました！そうしたら息子も少し興味が出てきたようなので、僕のエレキを貸してあげました。息子はカラオケが好きらしく、1人カラオケ行ったりするらしいので、弾き語りなんか出来ると良いですよ！

☆★♪♪♪ 僕への住まいの質問、元気になる応援メッセージ受付中 ♪♪♪★★☆

家づくりをきっかけに「体と心がよくこぼ暮らし」を考える

創業 1657 年 株式会社駿河屋 〒131-0033 東京都墨田区向島 1-24-16

フリーダイヤル 0120-124-029 (11:00~19:00) <https://www.surugaya-life.jp>

