



完全保存版「自然素材住宅塾」



一樹靖人（いちます やすひと）
一級建築士・宅地建物取引士

今の住まいと未来の住まいに役立つ情報満載

こんにちは。駿河屋の一樹です。

花粉がそろそろ飛び始めているこのごろ。すでに花粉症らしい症状がではじめてきた人も多いのではないのでしょうか。実は花粉は「ある時間」が一番飛散しています。

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！

【今年も増える花粉の準備をしましょう】

1960年代に初めてスギ花粉症が報告されて以来、花粉症に悩む人は年々増加傾向にあります。花粉症は花粉症以外のアレルギーを持っている人や家族が何らかのアレルギーを持っているとそれ以外の人に比べて花粉症になりやすいと言われています。

日本において花粉症を有する人の数は、正確なところは分かっていません。全国的な調査としては、全国の耳鼻咽喉科医とその家族を対象とした鼻アレルギーの全国調査が1998年、2008年、2019年とほぼ10年おきに3回実施されています。それによると、花粉症の有病率は1998年が19.6%、2008年が29.8%、2019年には42.5%で10年ごとにほぼ10%増加しています。

また、花粉症を悪化させる要因として空気中の汚染物質やストレスの影響も言われていますし喫煙も花粉症を悪化させる要因として指摘されています。

主な花粉の飛散時期は、スギやヒノキなどでは春が中心ですがブタクサなどは夏から秋が中心となります。春に飛散するスギやヒノキの花粉の飛散量は前年の夏の気象条件に影響されると言われています。

気温が高くて日射量が多い（暑くて雨が降らない）夏の翌年春の飛散量は多くなります。逆に冷夏で雨が少ないと花粉は少なくなります。

花粉飛散の多い時間の測定方法は二種類あるのですが、「自動計測器」では12時から15時がピークです。これは、気温が上昇して午前中にスギ林などから飛び出した花粉が昼前後に都心に飛来する為上空の花粉が日没後に落下してくる為と言われています。

飛散の多い日に外出を控えるのは学校や仕事があるママやチビッコにとっては難しいです。今やマスクやメガネは当たり前。服装はなるべく織りが細かくスベスベした素材の服は花粉がまとわりつかず良いと言われていています。帰宅前は玄関に入る前に花粉をよく落としてから帰宅するのが良いです。

衣類の洗濯物は花粉の飛来する時間帯を避ける特に12時や15時をまたぐように外に干すのは避けたほうが良いでしょう。

また、室内を良質の珪藻土（けいそうど）の塗り壁や無垢の木の住まいであれば、部屋干しで十分乾くので花粉症の人にはお勧めです。または浴室乾燥機で乾かす方法や洗濯機の乾燥機で乾かす方法もあります。

インナーマスクをつくって市販のマスクの下に装着すると花粉を99%カット出来るというデータもありますので試してみる価値はありそうです。

インナーマスクの作成方法は下記サイトのP25を参照下さい

環境省 花粉症環境保健マニュアル（2022年改）



+:+:+:+:+:+:+:+:+:+:+:+:+:+:+ 【 あ と が き 】 +:+:+:+:+:+:+:+:+:+:+:+:+:+:+

最近、カミサンの風当たりがやわらかく、春のそよ風のようになってきました笑。恐妻家で有名な僕ですが、この原因を「なんでかな〜？」と自分なりに考察してみたところ、1つの真理が見えてきたのです！実はコロナ禍で僕の両親の老化が進んでしまいました。「仕事がおちついたら旅行にでも」と思っていたところにコロナで外出禁止、その数年の間、老化や痴呆が進んだのは僕の両親だけではないと思います。幸い、カミサンの両親はまだ少し若く、元気に暮らしています。そこでカミサンに「今のうちに両親と旅行にいつてきな」と旅行を提案したり、釣った魚を持たせたり、自分の両親にもしたかったこと、出来る事をしていたことに気づきました。カミサンのご機嫌が良い理由が、そうしたことからなのかは定かではありませんが、自分の両親同様、それ以上に相手の両親を思いやることが夫婦円満の秘訣のひとつかもしれませんね！いつまでも元気でいて欲しいです！

☆★♪♪♪ 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「体と心がよるこび暮らし」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 (イニホ オガニツ) <https://www.surugaya-life.jp>

