

環境アレルギー対策新聞

発行所 環境アレルギーアドバイザー支援ネットワーク 愛知

◇住所：愛知県春日井市大泉寺町 121-2

◇監修：(一社)日本環境保健機構

◇メール：kanalle.aichi@gmail.com

◇後援：春日井商工会議所



Vol.07

◆特集◆ オフィスとアレルギー

空気が良いと、
なぜ働きやすいのか？



「働く空気環境が良いと生産性が高くなる」と、2017年にハーバード大学公衆衛生大学院が研究結果を発表しています。

過ごし、毎日認知機能標準テストを実施しました。その結果、CO₂やVOCが少ない方が良いと出ています。つまり換気量が上がると生産性が高るといいうことです。職場の室内空気環境が良いと、作業スピードが上がります、ミスが減り、残業時間も減り、結果として光熱費が減って売上アップにもなりそうです。

現在私の私達の働く場所は、オフィスはもちろん、自宅やレンタル会議室など多様化しています。それぞれに合った方法で室内空気のリーンを目指しませんか？
実験室にて二酸化炭素（以下CO₂）と揮発性有機化合物（以下VOC）を使い、24人に6日間、9時から17時、VOCの有無や換気量の違う※部屋に分けて
※CO₂：600ppm、950ppm、1400ppm
〈担当〉加藤 美奈子（春日井環境アレルギー対策センター代表）

- Q1...次の中で環境マネジメントのISOは？
- ① ISO 9001
 - ② ISO 14001
 - ③ ISO 27001
- Q2...日本にはない世界遺産は？
- ① 自然遺産
 - ② 文化遺産
 - ③ 複合遺産

クイズ

答えは裏面にあります

〈制作者〉

環境アレルギーアドバイザー 久保 克裕

多機能空気品質検知器 「GiA」とは



近年、世界の国々は環境保護の問題を提唱し宣伝し続けています。産業の過剰開発や科学技術の絶え間ない進歩は、私たちの生態学的破壊に発展、室内環境汚染が徐々に私たちの健康に大きく影響を与えています。

GiAは空気中の汚染物質を検出するための機器として優れた空気品質センサーが組み込まれており、世界保健機関によりリストアップされた室内空気品質汚染物質を含め「PM2.5、PM10、二酸化炭素、一酸化炭素、ホルムアルデヒド、TVOC（総揮発性有機化合物）、オゾン、カビ、湿度、IAQ（室内空気指数）、AQI（室外空気指数）」など正確に検出する事ができます。身近な室内の空気品質を知ることが人間の健康の基本と考え、良

私達の健康と換気



空気中に漂う見えない物体が、病気を引き起こすかもしれない。今年は、その怖さを皆さんが感じた事でしょう。

成人で1日平均約15キログラムも吸っている空気。その中に、ウィルス・ダニ・カビ・花粉・化学物質などの汚染物質が含まれていても、私達は知らないうちに体に取り込んでいます。汚染物質により、短期間の吸入で体調を崩す場合もあれば、長期間吸入した後には症状が出る場合もあります。24時間換気が建築基準法で義務付けられている日本の住宅ですが、この換気扇では、全体の空気が2時間かけて1回入れ替わる程度です。手早く新鮮な空気を

い空気品質を維持するためGiAを活用し室内の空気品質を最適環境に整えるツールとして利用していただければ幸いです。

〈担当〉橋本 一男（日本環境推進㈱代表取締役）



取り込むには、窓を開けるのが一番。汚染物質の原因を知る事も大切にはなりませんが、換気を積極的に行うこと。それが、呼吸し続けている私達の健康を守る事に繋がっています。

〈担当〉小境弓（建築士）



掃除しやすい収納とは？



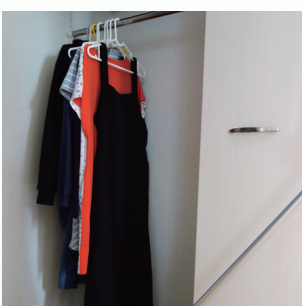
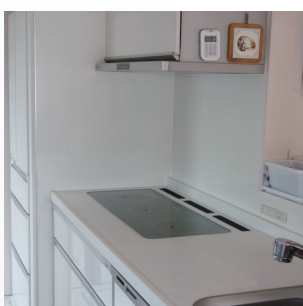
『掃除』と『片づけ』みなさんは週に何回していますか？毎日しているという人もいれば、週1回という人もいますよね。『掃除』と『片づけ』、どちらも面倒という共通の理由で、後回しになりがちです。時短で簡単になる『掃除』しやすい収納方法を知ってホコリの少ないキレイな空気に囲まれて暮らしましょう。

『掃除』しやすい収納のポイントとは、『フラット＝平ら』を意識することです。床やテーブルカウンターなどではできるだけモノを置かず、一拭き掃除。本や教科書は高さを揃え本棚に収納し、市販のハンディモップ

でホコリを一掃。洋服はクローゼットのハンガーに吊るし、床に落ちたホコリをワイパー式のモップで一気に入りに回収。

ちょっとした工夫でホコリも面倒も同時に解消できます。また同時に換気もホコリ対策に効果的です。忘れずに行いましょう

〈担当〉伊藤 佳奈（整理収納アドバイザー）

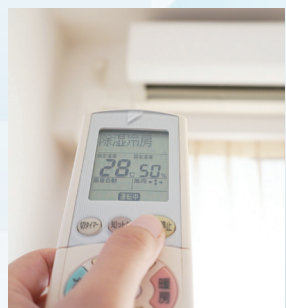


クイズの答え

Q1 ②

Q2 ③

エアコンからの空気はアレルギーの原因？



エアコンをつけると、なぜか咳やくしゃみが止まらないという事はありませんか？これは、エアコン内部に付着したカビや埃が大きな原因です。エアコンから出るカビやホコリは、夏型

過敏性肺炎など呼吸器疾患を発症させます。

カビの多くは温度25度以上、湿度60%以上で発生し、湿度が65%を超えると一気に増殖します。冷房でエアコン内部は水滴が発生し埃を餌にしているカビが「水分」という大好物を得て、どんどん増殖してしまいま

す。これを予防するために、1〜2週間に一度はフィルター掃除をしてカビや埃を除去しましょう。

水分の結露を防止するために、冷房を切った後30分間送風運転をするのも良い

方法です。しかし、エアコン内部の汚れは専門業者でなければ除去できません。徹底した清掃を定期的に実施する事で、快適な空気を取り戻しましょう。

〈担当〉大江 晃正（豊橋環境アレルギー対策センター代表）



「室内・宿泊施設室内空気環境品質認証」の活かし方



一般住宅やオフィスでの室内空気質及び宿泊施設内での宿泊部屋での室内空気質に関する環境品質認証についてですが、まず一般住宅やオフィスでの室内空気環境品質認証について述べ

ます。これは各部屋において文部科学省の学校環境衛生基準及び現在建物内で高い値が検出される物質の計7物質に関して厚生労働省（以下、厚労省）の定める室内濃度指針値以下の値なら検査認証を与えるというものになります。

続いて宿泊施設における宿泊部屋空気環境品質認証に関しては、先ほどの7物質以外に、TVOC（総揮発性有機化合物）の値も厚生労働省の定める室内濃度暫定目標値以下の値なら認証を与えるものになります。

両室内空気環境品質認証は最低限守る必要のある値に関して認証を与え、そこに住まう人や働く人、そして宿泊される人に最低限の安心安全保証をするものになります。



〈担当〉高尾 和宏（一社・日本環境保健機構 専務理事）

◆あとかぎ◆

環境アレルギー対策新聞は大和エネルギー㈱主催の「未来にいいこと！応援プロジェクト」奨励金事業で「環境まちづくり」部門で採択され3年目の発行です。これまでに第1号から第6号を発行し、春日井市および春日井教育委員会の後援を頂き、市内の中学校16校に配布済みです。

新聞は、当団体のホームページから無料でダウンロードできます。また、記事の内容を詳しくご説明した動画（YouTube）を配信していますのでどうぞご覧ください。

私達は、様々な形で皆様のお役に立ちたいと考えています。ぜひ、お気軽にお声かけをいただければ幸いです。

環境アレルギーアドバイザー 支援ネットワーク愛知代表 加藤美奈子

環境アレルギーアドバイザー 支援ネットワーク愛知



ホームページ



YouTubeチャンネル