

今すぐ役立つ！井戸端会議ネタ その②

冬って、すぐ部屋が乾燥するね



そう、インフルエンザウイルスも低湿度を好むんだって



加湿器も注意点があるから、チェックしておきましょう



それは恐ろしいね。じゃあ、加湿器使ったらいいんだよ！



加湿器はこまめに手入れをしないと…大変！

湿度コントロールで快適空間づくり



寒くなってくると気になるのが、「乾燥」。
暖房器具を使う季節は、湿度の管理にも気を使いますね。
快適な空間づくりのためにどんなことをしていますか？
意外と知られていない湿度コントロールのしかた。
加湿器の注意点は特に要チェックです！

【快適な湿度って？】 **40～70%** ※目安です

湿度が低すぎると

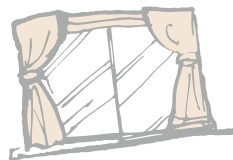
40%以下の場合

のどや気管支の粘膜が乾燥し、のどを痛めたり、保護作用を低下させたりします。

湿度が高すぎると

70%以上の場合

かびやダニが発生しやすくなります。特に冬場は結露しやすく、結露した水が原因でかびが発生すること。



結露やかびに要注意

《窓ガラス、北側の壁、押し入れ》

【湿度を上手にコントロール！】

湿度コントロールが難しい冬が来る前に湿度計を手に入れましょう。
見える場所に置いてチェックする習慣を付けると、湿度コントロールはぐんと楽になりますよ。

湿度は、使う暖房器具の種類が大きく影響します。



加湿が不要ない暖房器具

開放型 石油ストーブ

加湿器(6～8畳用)は1時間で約300gの水分を発生させますが、開放型石油ストーブも約300gの水分を発生させます。

加湿が必要な暖房器具

エアコンや電気ストーブなど

ただし、家の中は調理や入浴、洗濯物の部屋干しなどで湿度が上がっていることがあるので、とにかくまずは湿度を測ってからですね。



インフルエンザウイルスは低湿度が好き



しないと大変ですよ！ 加湿器のお手入れ

加湿器を使う場合は、お手入れが重要！きちんと維持管理をしないと、タンク内に細菌やかびが繁殖し、水蒸気と一緒に室内にまき散らしてしまいます。場合によってはアレルギー症状や過敏性肺炎になる場合も！

お手入れしましょう

- 水は毎日取り替える
- タンクやフィルターをこまめに清掃する

お手入れはまかせよう



こんなときは要注意

もし加湿器を使用していて、風邪に似た症状が出た場合…加湿器の汚染の可能性を疑って！

※除湿器やエアコンなどをつけたときにかびくさい場合や、エアフィルターの汚れがひどいときには中性洗剤でつけ置き洗いをしましょう。

合言葉は…「湿度は湿度計できっちり管理！

加湿器のお手入れはこまめに頑張りましょう。」