

# 健ちゃんのそうなんだ

## ～ シックハウス症候群について～

- ❖ シックハウス症候群とは、新築や改築後の建物に入ると、目がチカチカしたり、喉や頭が痛くなったりする症状をいいます。
- ❖ アレルギー症状や湿疹、吐き気、疲労感、めまいをおこす人もいます。
- ❖ 最近ではTVや雑誌などでも取り上げられるほど全国的な社会問題になってきている。
- ❖ 全国で症状に悩む人は500万人とも600万人ともいわれている。
- ❖ 症状には個人差があり、原因となる化学物質が多いことなどで因果関係が十分解明されず、明確な定義や抜本的な治療方法のないのが現状です。
- ❖ ダニの中でもコナヒョウヒダニやヤケヒョウダニは、アトピー性皮膚炎の最大の原因といわれている。
- ❖ シックハウス対策は政府でも取り組んでおり、今までは建設省が取り組んでいましたが、文部省、厚生省でも取り組みが始まっている。
- ❖ 現代建築では合板や床貼りがよく使用されている。これらの材料に使用されるホルムアルデヒドが頭痛などの疾患の主な原因とされている。
- ❖ 原因とされる物質は他に、揮発性化合物であるトルエン、キシレン、アセトン、ベンゼンなどがある。
- ❖ 今話題のホルムアルデヒドは、建築の接着剤としての用途のほかに、壁紙やペンキ、洗剤、パーマントプレス仕立てのシャツやシーツ、紙おむつなどに利用され、家中に発生源が散らばってしまっているのが現状です。
- ❖ 防虫剤や防臭剤に含まれているパラジクロロベンゼンは空気より重いため、乳幼児や布団に寝ている時間の長い人がいる部屋では注意が必要です。
- ❖ 化学物質は、窓を締めきると時間とともに室内濃度が高くなり、室温が高くなるほど放散が早くなるといわれている。
- ❖ 日照の多い上層階や気密性の高い工法も高濃度となるという。
- ❖ 夏の蒸し暑い時期は特に注意が必要です。
- ❖ 省エネルギーと快適性を求めるニーズに対応して気密性の高い新材材が普及し、その結果住まいの気密性能が向上しましたが、汚れた空気を排出し、新鮮な空気を取り入れる換気量が不足してきたことが指摘されている。
- ❖ 女性の社会進出や防犯面から、十分に換気されず締めきった部屋が増えてきたことも1つの要因です。



- ❖ 高気密・高断熱の戸建住宅やマンションでは、必要な換気装置の義務付けが検討されている。
- ❖ 最近、観葉植物に化学物質を吸収する働きがあることが明らかになり、注目されているという。
- ❖ ホルムアルデヒド濃度が 10～20ppm の一般的な新築の六畳洋間なら、小ぶりの鉢植えを 5 個ほど置けば、WHO（世界保健機関）の規制値である 0.08ppm 以下におおむね保てる。
- ❖ 鉢植え一つでもかなりの空気清浄効果が期待できるという。（切花の効果は鉢植えより小さい）
- ❖ 視覚的癒し効果もある観葉植物を換気などとともに、症状の軽減や予防に試してみても良いでしょう。
- ❖ 根本的なシックハウス対策は、原因物質をつかわない家造りです。
- ❖ 予算などの都合で理想的な建材を選べない場合でも、ビニールクロスと有機溶剤塗料は、揮発性物質の発散期間が長いので使用しない。
- ❖ シックハウスの発生源となっているものにはこんなものがあります。
  - ・洗剤（ワックス・クリーナー）
  - ・自動車用品（オイル・ガソリン・ワックス）
  - ・塗料、接着剤（家具・建材・壁紙）
  - ・衣類等（カーテン・マットレス・カーペット）
  - ・農薬（殺虫剤・防ダニ剤・防虫剤）
  - ・たばこの煙
  - ・化粧品・芳香剤
  - ・開放型燃焼器具（石油ストーブ・ガスストーブ）

