

すまいの空気汚れているかも……

毎日、換気してしていますか？

汚れた空気の中で生活すると、
健康を損なうおそれがあります。

～暮らしの中で空気を汚す原因～

- 住宅建材、化学物質
- スプレー、溶剤
- ワックス
- じゅうたん、タニ
- ほこり、ダニ
- 防虫剤、薬剤
- 殺虫剤、薬剤
- 燃焼系暖房器具、CO₂
- 観葉植物の土、カビ
- ガスコンロ、CO₂
- 暖房間湯沸器、CO₂



換気扇から一番離れた窓を開けると、おうち全体が効率よく換気できます。お風場の換気扇はできるだけ回しておきましょう。

換気が不十分だと湿気が原因でカビやダニが
発生しやすくなります。

	カビ 	ダニ 
湿度	70~90%以上	60%以上
温度	15~30℃	20~30℃
栄養源	内装材、ゴミ、ホコリ	カビ、フケ、食べ残

カビ・ダニの条件

その予防対策

左表のようす条件をくわくわく

エアコン・加湿器
洗ったものをこまめにさくじする

浴室、台所の水まわりをこまめにさくじする



かみかみさん……