

健康な暮らしは「健康な住まい」から。

シックハウスにご用心!あなたのお住まいは大丈夫ですか?

化学物質が原因! シックハウスで起きる症状。

「シックハウス」による健康被害を「シックハウス症候群」と言います。その原因が、住まいの建材・家具・接着剤などから出る揮発性の化学物質（VOC：揮発性有機化合物）によることから、「新築病」や「化学物質過敏症」などとも呼ばれています。

現代人は一日の大部分を室内で過ごすと言われています。その空気の中に何十種類もの有害物質があるのでは、長い間吸い続けるうちに体力が低下し、病気になるのは当然でしょう。

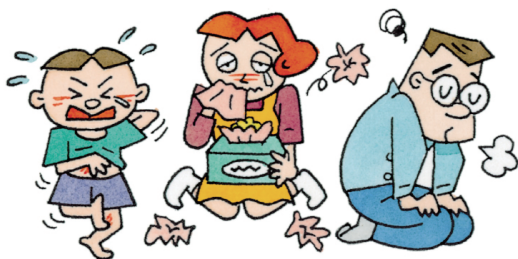
どのような症状になるかは、住む人の年齢や性別によって異なります。これまでの例から見ると、子供にはアトピーやぜんそくが多く、大人は花粉症などの目鼻のアレルギーや自律神経失調症が多いようです。特に多いのは、慢性疲労やアレルギーです。



あなたの住まいは 化学物質に汚染されていませんか。

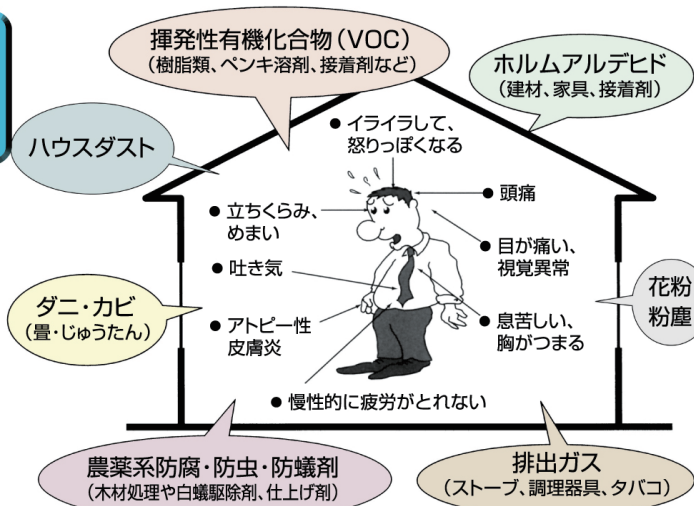
最近の家は、ビニールクロスに合板フローリングなどの化学建材に、殺虫剤や防ダニ剤、防カビ剤、防腐剤が使用され、それらが揮発して、さながら住まいの中は複合汚染の状態です。

また一部の畳には防ダニを目的に、神経毒性のある有機リンを含ませた防虫シートが使用されていますが、無機系化合物のホウ酸を使用したダニシラズシートのように揮発することもなく、シックハウスとは無縁の人体に安全な防虫シートもあります。畳は住まいの中での天然の空気清浄器として、その効用が見直されています。



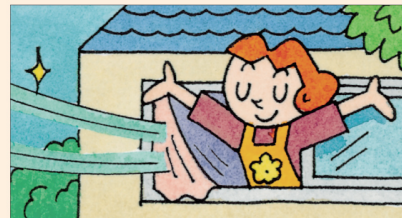
★アトピーやアレルギー等の原因に…

住宅と 関わりのある アレルギー源



生活の中でできる シックハウス対策

- ① 毎日の空気の入替えをする。
効果がよいのは、窓を開けての自然換気。
床下の換気も大切。



- ② 住まいに化学物質を吸着・分解する素材を
取入れる。
畳の部屋にする。(NO₂吸着分解)
自然素材の建材を利用する。
- ③ カーテンや家具のインテリアには、自然素
材のものを選ぶ。
防虫処理、難燃処理、抗菌処理のものは
家の中に置かない。
- ④ 化学物質に頼らない生活をする。
スプレー殺虫剤や蚊取りマットは使わ
ない。
カビが生えやすい場所は、カビ取り剤は
使わず、こまめな水ぶきで。
トイレボール(発ガン性物質)は使わない。
- ⑤ ハーブやポプリを活用する。
お部屋の芳香剤も化学物質。室内の香
りにはハーブを使う。
タンスの防虫剤(発ガン性物質)も、自
然なポプリで。
- ⑥ 化学物質を吸い取る観葉植物を室内に置く。
植木に殺虫剤や農薬は使わない。
- ⑦ 買う時借りの時、引っ越し先には、新築・リ
フォーム3～4年以上の建物の方が安全。

東京ホスメック・クリニック
院長(医学博士)
三好 基晴 先生



ダニを避ける為に、畳を使わず、全部フローリングにしたいという方がおられます。しかしダニがアトピーの根本的な問題ではありません。ダニが多く発生してしまう住宅構造や住まい方が問題であり、それを抑える為に使用する防ダニ剤等の化学物質の方がアトピー性疾患だけでなく、様々な病気の要因になっています。畳は日本の住宅の中に必要な良いものであり、適度な柔らかさを持ったワラ畳は健康的な生活に役立ちます。

信頼のパートナー **KTT** 健康畳店会