

建築環境工学の専門家が教える 「現代の住環境で快適に暮らすコツ」とは？

現代の日本の家屋は家に断熱材が加わったことで、快適な温度を保てるようになりました。しかしその一方で室内は高湿度になりやすく、カビ・ダニの発生リスクが高まっています。現代の住宅で快適に暮らすにはどうすればよいのか。建築環境工学を専門とされる宮城学院女子大学 生活文化デザイン学科 本間義規教授に教えていただきました。

劇的に変化した現代日本の 家屋でカビ・ダニが発生！

この100年間を振り返ると、「世界中で日本ほど生活変化の激しかった国はない」といわれています。日本の家屋は、かつては石、土、紙、木、草などの天然素材を使い、茶の間や仏間など畳敷きの間取りで構成されていました。それが近年では、コンクリートの集合住宅、ダイニングキッチンが登場、畳からフローリングへと、次々と変化していきました。

さらに家電商品の大量普及が、住まいの構造を大きく変えました。その一例が、1952年に日本に登場したルームエアコンです。それまでの家は無断熱なので、エアコンをつけても快適な温度の空気が外に流れてしまいました。そこで、エアコンの効きを良くするために家の壁に断熱材を入れるようになったのです。断熱材のおかげで家の隙間から空気が出入りしにくくなり、少ないエネルギーで快適な室温が保たれるようになり

ました。しかし一方で、都市化に伴い洗濯物の室内干しが増えるなどして、室内の湿度が高く保たれるようになりました。これが、現代の住まいでカビ・ダニ発生リスクが高まっている要因のひとつとなっています。快適を求めて導入されたエアコンにも、高い湿度のせいでエレメント内にカビが繁殖するという事態が起きています。

日常的な清掃と換気で 室内環境を健やかに

家の中にカビ・ダニが増えると、住まう人の健康が脅かされるおそれがあります。全身に関わるさまざまな症状が現れるシックハウス症候群や、アレルギー症状などを引き起こす可能性があるのです。

そうした健康被害を予防する意味でも、日常的

な清掃は効果的です。家の中で発生する汚れは、最終的には床面に蓄積します。フローリングの溝には多くのカビが溜まっているという報告もあるため、床面の汚れを掃除機で丁寧に除去し、カビ・ダニ自体とその栄養分を断つことが大切です。また、家の中のダニの数はその家の湿度に依存していることから、適切に換気を行い、カビ・ダニの繁殖を抑制する湿度70%以下を保つことも有効です。この2つの対策が、現代の住居で健康的に住まう上での必要条件といえるでしょう。



おすすめ対策 from ケルヒャー

床面の清掃の際、掃除機の排気によって微細なカビやダニを拡散してしまう可能性があります。そこで、掃除機の後にケルヒャーのフロアクリーナー、スチームクリーナーなどで仕上げの清掃を。フローリングの溝の中まで汚れを強力に落とします。

また、カビの抑制に有効なのが窓用のバキュームクリーナーです。窓の結露をしっかりと除去し、カビが発生しにくい環境を保ちます。



監修：宮城学院女子大学 生活文化デザイン学科 本間義規教授