

気軽に読める暮らしのネタ

イノス INOS Monthly マンスリー



News Letter
2020.6 月
Vol.217

快適な暮らしとテレワークのため に、上手な換気方法を覚えましょう

新型コロナウイルスの影響で、家にいる時間が長くなった人は多いかもしれません。最近の家やマンションは高気密・高断熱性になっているので、意識して換気しないと空気がよどみがちです。ウイルスだけでなくカビやホコリや有害物質をためないために、こまめに換気しましょう！

家の空気はすぐによどむ！換気で空気の新鮮さを保とう

換気とは、部屋の中の空気と外の空気を入れ替えて、部屋の中の悪い物質を減らすことです。悪い物質とは、人が吐く息などで発生する「二酸化炭素」、調理器具やガス器具などの不完全燃焼によって生まれる「一酸化炭素」、家の内装や家具から出る「ホルムアルデヒド」、そしてハウスダスト、花粉、細菌、ウイルスなどです。

これらが増えると、体に悪影響が出て病気の原因になることもあります。正しく換気して、これらを減らしましょう！



■正しい換気の方法は？

換気は、単に窓を開けるだけでは不十分です。空気の「入口」と「出口」を作らないと、空気が十分に入れ替わらないからです。なお、エアコンでは換気できません。エアコンは部屋の中の空気を吸い込んで、それを排出しているだけだからです。

1. 24時間換気システムを活用しよう

2003年7月以降に建てられた家やマンションなら、「24時間換気システム」か、それに準ずる換気口が付いています。

「24時間換気システム」はスイッチを入れて換気口を2つ以上開けるか、1つ開けて家の中の別の換気口を開けるだけで、換気ができます。家全体の空気を入れ替えるために、最低2時間以上は行ないましょう。

2. 離れた窓を2つ以上開けて、空気の通り道を作ろう

「24時間換気システム」や換気口がない古い建物は、2つ以上の窓を開けましょう。ただし窓と窓が近すぎると十分に換気できません。対角線上にある窓を2つ開けるか、なるべく遠い窓と窓を開けましょう。

なお、窓が1つしかない部屋や、窓がまったくない部屋は、ドアを開けて扇風機を部屋の外向きに運転すれば、効率的に換気できます。

こまめな換気を心掛けて、家全体に空気の流れをつくりましょう。

全国に広がる家づくりネットワーク

INOS

イノスグループ

株式会社 創建

☎0564-62-7700