

事 務 連 絡

平成23年7月4日

岩手県、宮城県、福島県

栃木県、茨城県、千葉県、長野県 衛生主管部局 御中

厚生労働省健康局生活衛生課

応急仮設住宅の空気環境の管理に関するリーフレットについて

今般の東日本大震災の発生に伴い、多くの応急仮設住宅が建設され、被災者の方々の御入居が進められているところですが、応急仮設住宅での生活が長期化することにより、様々な健康への影響が懸念されており、適切な対策を講じることが重要とされています。

このため、応急仮設住宅の空気環境に係る衛生確保の観点から、改めてご留意いただきたい項目を別添のとおり取りまとめましたので、御参照いただき、入居者に対して御周知いただきますようお願いいたします。

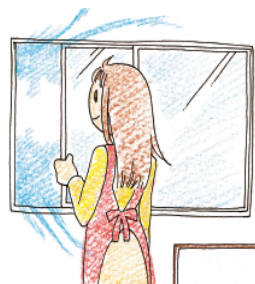
また、本件につきましては、応急仮設住宅を管理・運営する災害救助担当主管部局に対しても、貴部局から情報提供いただくようお願いいたします。

健康的で快適な生活の豆知識とアドバイス集

～応急仮設住宅を使いこなしてもらうために～

応急仮設住宅は一刻も早く被災者の保護と生活の安定を図るため、災害救助法に基づいて、国と地方公共団体が提供する住まいです。

このパンフレットは、昔ながらの風通しの良い住宅や、最近の高断熱・高气密な住宅に住まわれていた方々が、「応急仮設住宅」での住まい方を知り、慣れていただくとともに、季節の変化に応じて使いこなしていただけるよう、暑さ寒さや、空気・湿度のことを中心にまとめたものです。



～1年を通して～

換気と空気の汚れ

調理や入浴など普段の生活、喫煙、家電・家具等からも様々な汚れや水蒸気が出ていますから、健康のため、空気の入れ替えを心がけましょう。特に、調理中や、冷暖房時、喫煙時などに、窓を開けたり換気扇を利用して換気しましょう。

家具など

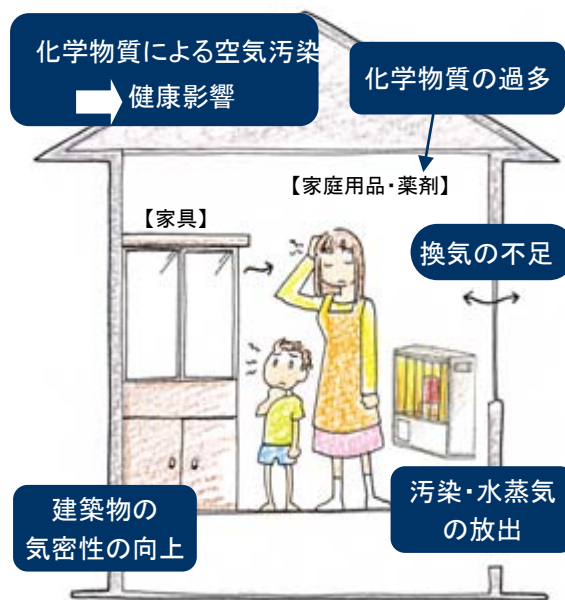
持ち込まれる家具や建材、殺虫剤や防虫剤、洗剤、化粧品、塗料などの家庭用品から、空気を汚す化学物質が発生する場合があります。購入の際には使用材料などの表示を確かめるとともに、通風や換気に心がけましょう。

カビ・結露を防ぐ

アレルギーやシックハウスにも関係が深いカビ対策の基本は、結露防止と清掃です。

結露の原因は様々ですが、雨漏りでないことを確かめたうえで、湿度管理（水分を出し過ぎず、ため過ぎない）を心がけましょう。

室内の水分は、人体や調理、洗濯物、植物などのほか、ファンヒータのような開放型ストーブから多く出ています。生活の工夫で水分を出し過ぎないように、また、除湿器使用や空気の入れ替えをして、水分をため過ぎないように気をつけましょう。



このパンフレットは、東京都発行『健康・快適居住環境の指針』を参考に(財)ビル管理教育センターと(社)全国ビルメンテナンス協会が編集・作成した「快適な暮らしのガイドライン」の成果を活用して、厚生労働省健康局生活衛生課及び国立保健医療科学院がまとめたものです。

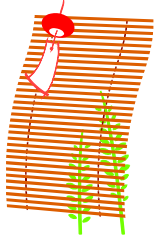
～夏～

暑さ対策の基本は、窓・扉や屋根・壁などから日射熱が入ってくるのを防ぐこと、適度な風で体温を逃がすこと、そして冷房などを使って室温を下げることです。

特にご高齢の方、乳幼児や、健康を害されている方が、30度以上の高温に長時間さらされると、脱水などをおこして体調を損なう危険(熱中症)が増します。水分の補給と気温の上がりすぎに注意が必要です。

冷房

冷風を直接体に当てたり、冷房した部屋で長時間過ごす、疲労感や腹痛などの冷房病の原因となります。冷房する時は、冷気が直接体に当たらないようエアコンなどの吹き出し口を調整したり、部屋の冷やしすぎに注意しましょう。



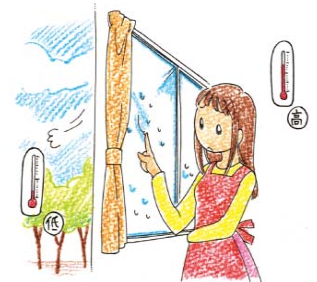
遮熱(日よけ)

窓の日除け(庇・すだれなど)や遮熱フィルム、緑化(ツタ・観葉植物)などを活用して、日ざしや照りかえしを避ける工夫が効果的です。また、散水・打ち水も乾燥した時期、風がある時期に暑さをやわらげます。

～冬～

室内の寒さは不快だけでなく、部屋ごとの温度差を大きくして脳出血・心筋梗塞の原因となったり、結露を招くことが知られています。

寒さ対策の基本は、暖房を使って温度を保つこと、窓や床などから熱を逃がさないように保温すること、室内の温度を均一に保つことです。



暖房

部屋の暖めすぎは、乾燥や呼吸器の病気をひきおこす場合があるので、温度計などで気温が上がりすぎないように注意しましょう。

また、エアコンなどの吹き出し口を調整したり、扇風機を利用することで室内の温度を均一にする方法もあります。暖房器具を窓近くに置いて窓際の冷たい空気を暖め、対流させることも効果的です。

ただし、灯油やガスを燃やして排気を室内に出すストーブ(ファンヒーターもこの仲間です)は、十分に空気を入れ替えないと部屋の空気を汚したり、結露の原因にもなります。使用時は、連続的な換気や窓開けが必要です。排気を外に出す方式や電気を用いる器具がお勧めです。

保温

保温には、厚手のカーテンやカーペットの使用、サッシまわりの目貼りや断熱材貼付け等の方法があります。また、壁ぎわや押入れに家具・ふとんなどを密着させると、その裏がわの温度を低くして、かえって結露を増してしまう場合もありますから、隙間をあけたり、すのこを敷くなどの工夫が効果的です。

困った時は

『快適な暮らしのガイドライン』 <http://www.bmec.or.jp/index.html> により、詳しい生活のアドバイスや知識を調べることができます。

連絡先・相談先: 詳しくは、保健所にお尋ねください。