

デイ便り



令和 5年 6月 1日

第240号

ウエルガーデン伊興園

デイサービス発行

03-5691-9501

y-yamashita@welgarden.or.jp



welgarden

梅雨入りが間近ですが、5月で30度を超える日もありました。気温や気候が不安定で体調にも影響が出てきそうな時期ですので、お身体にご留意ください。端午の節句行事ではクイズやゲームを楽しまれました。



梅雨の時期のカビ対策

～カビを防いで健康被害を減らそう～

梅雨の時期は特にカビが生えやすくなります。カビが発生すると空気中に胞子をまき散らし、それを吸い込むことで肺炎や皮膚炎、腎臓病などのさまざまな健康被害を及ぼすため、カビ対策や湿気対策が大切です。

★カビが生えやすいのは温度20℃以上、湿度70%以上で繁殖しやすくなります。また、カビのエサとなるほこりや汚れなども繁殖の原因です。こまめに掃除をして、カビが生えにくい環境を作りましょう。また、これからの時期に活躍するエアコンはカビが発生しやすいため、使用前にフィルターや吹き出し口を掃除しておきましょう。

★家の湿度が上がる主な原因は「室内干し」

- ・洗濯物を干している部屋
- ・台所、洗面所、浴室などの水回り
- ・結露のつきやすい窓枠
- ・締め切った押し入れやクローゼット

など、空気がこもって湿気が多い場所にカビは生えます。換気を心掛けて扇風機を使ったり、家具などの配置を変えて空気の流れをよくすることも効果的です。

★カビを見つけたらアルコールで「浸透・死滅」が鉄則！

雑巾で拭く、掃除機をかける、アルコールを直接スプレーするといった方法ではカビの胞子が飛び散ってしまいます。アルコール濃度70%の消毒用エタノール(85%以上になると殺菌力は低下)を布に染み込ませて、そっと拭き取りましょう。カビが生えそうな場所を定期的アルコールで拭くと発生予防にもなります。



端午の節句

