

MitsuiSougou通信

梅雨の時期のカビ対策

梅雨の時期になると、じめじめとした湿気が家中に広がり、不快感をもたらすだけでなく、カビの発生リスクも高まります。カビは見た目の悪さだけでなく、健康に悪影響を与えることもあり、家庭内の至る所にその影響が及びます。なぜ梅雨の時期にカビが発生しやすいのか、健康被害についても説明します。

なぜ梅雨の時期にカビが発生しやすいのか

梅雨の時期、湿度が高くなり、温暖な気候が続くことで、カビが発生しやすい環境が整います。カビは湿度が70%以上、気温が20℃から30℃の条件で活発に繁殖します。梅雨はこれらの条件を満たしやすいため、家の中の隅々までカビが広がりやすくなります。また、湿気がこもることで換気が不十分になり、カビがさらに増殖する原因となります。

カビのもたらす健康被害

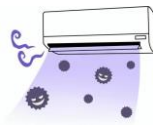
カビが繁殖すると、アレルギー反応や呼吸器疾患の原因となる可能性があります。カビの胞子を吸い込むと、咳やくしゃみ、鼻水、目のかゆみなどの症状が現れることがあります。特に、アレルギー体質の人や喘息患者は、カビの影響を受けやすいです。さらに、カビ毒（マイコトキシン）を含む種類のカビは、長期的に健康に悪影響を及ぼす可能性があります。

カビの生えやすい場所

- 浴室：水気が多く、湿度が高いためカビが繁殖しやすい場所です。
特にシャワーカーテンやタイルの目地、排水口周りに注意が必要です。
- キッチン：シンク周りや冷蔵庫の裏、換気扇の周りなど、水蒸気が発生しやすい場所にカビが生えやすいです。
- 窓周り：結露が発生しやすく、湿気がこもるためカビが生えやすいです。
- 押し入れやクローゼット：換気が不十分で湿度が高くなることが多く、衣類や布製品にカビが発生することがあります。
- エアコンの内部：冷却効果で水滴が生じやすく、放置するとカビが繁殖することがあります。

梅雨の時期の効果的なカビ対策方法

- 換気を徹底する：可能な限り窓を開けて風通しを良くし、湿気を逃がします。
特に、浴室やキッチンは使用後に換気を行いましょう。
- 除湿器やエアコンの活用：湿度をコントロールするために、除湿器やエアコンの除湿機能を活用しましょう。
理想的な室内湿度は40-60%です。
- 防カビ剤の使用：カビが生えやすい場所に防カビスプレーや防カビシートを使用すると、カビの発生を予防できます。
- 定期的な清掃：浴室やキッチンなど、カビが生えやすい場所は定期的に掃除し、カビの栄養源となる汚れを取り除きます。



iDeCo(個人型確定拠出年金)とは、将来にそなえて自分で作る私的年金の制度のことです！

iDeCoとは、公的年金（国民年金・厚生年金）とは別に給付を受けられる私的年金制度の一つです。

公的年金と異なり、加入は任意で、加入の申込、掛金の拠出、掛金の運用の全てをご自身で行い、掛金とその運用益との合計額をもとに給付を受け取ることができます。

節税しながら資産形成ができ、少額からでもはじめられるので、投資経験がない方にも将来のお金の準備をする方法としておすすめの制度です。

公的年金と組み合わせることで、より豊かな老後生活を送るための一助となります。

**三井総合保険事務所はiDeCoの加入手続きのお手伝いをしています。
詳しい内容のご照会や資料請求など、お気軽にご相談ください！**



資料請求は
こちら

安全運転アドバイス

雨天時は、視界が悪くなるうえに路面が滑りやすいなど、悪条件が重なるときです。一般道路における安全走行のポイントについてまとめてみました。



雨が降り始めたら速度を落とす

雨の降り始めの舗装道路は、路面の土ぼこりや砂がオイル状になり、油をひいたような状態になるため滑りやすくなります。また、濡れた路面はブレーキをかけてから車が停止するまでの距離が乾いた路面よりも長くなります。雨が降り始めた時は、すぐに速度を落とすとともに、前車との車間距離をいつもより長く取るようにしましょう。

傘を持たない歩行者や自転車の動きに注意する

雨が降り始めると、傘を持たない歩行者は濡れるのを避けるため、早く目的地へ行こうとしたり、適当な場所で雨宿りしようと先を急ぎがちです。そのため、車に対する注意が薄れてしまい、十分な安全確認をしないまま道路を横断しようとしたり、自転車の場合は後方の確認をせずに進路を変更しようとする場合があります。

前方に傘を持たない歩行者や自転車を見かけた時は、その動きに十分注意しましょう。

左折時や進路変更時は後方をよく確認する

雨天時は、フロントガラスやドアミラーに水滴が付着するため視界が悪くなります。特にドアミラーの場合は、フロントガラスのようにワイパーで拭うということができないことに加えて、側方ガラスにも水滴が付着しているため、非常に見えにくくなります。そのため、特に左折時や進路変更時に、後方から接近してくる車体の小さい二輪車や自転車の発見が遅れることがあります。左折時や進路変更時はドアミラーを見るだけでなく、振り向いて自分の目でしっかり後方を確認しましょう。

なお、雨天時は傘をさした歩行者の視界も悪くなります。特に風雨が強く傘を傾けて歩いている時や、足元の路面を気にしながら歩いている時は、ほとんど周囲の状況が見えない状態になることがあります。歩行者の側方を通過するときは十分な側方間隔をとるか、徐行しましょう。

◆ホームページリニューアルのお知らせ◆

このたび、お客様により三井総合保険事務所を知っていただけるよう、ホームページをリニューアルいたしました。今後とも、よろしくお願い申し上げます。



☆簡単にWebサイトへ
アクセスできます☆

【HP】<https://mitsuisougou.com>

◆おいしいレシピ◆ ～かにかまチャーハン～

レタスのシャキシャキした食感と、かにかまと卵の風味が楽しめるチャーハンです！

【材料】2人分

- ・ご飯(温かいもの) 360g
- ・溶き卵 2個分
- ・長ねぎ(みじん切り) 1/2本
- ・かにかま 6本
- ・レタス 2枚
- ・塩 小さじ1/2
- ・こしょう 適量
- ・しょうゆ 大さじ1
- ・ごま油 大さじ1と1/2



【作り方】

1. 長ねぎはみじん切りにする。かにかまは手で食べやすい大きさにさき、レタスは手で一口大にちぎっておく。
2. フライパンにごま油をなじませ、中火で熱する。しっかり温まったら、溶き卵を入れる。
3. 温かいごはんを入れ、卵と混ぜながら炒める。
4. 1の長ねぎ、かにかまと、塩・こしょうを加え、火が通ったら鍋肌からしょうゆをまわしかける。
5. 最後にレタスを加え、さっと混ぜ合わせる。
6. 器に盛る。