

飛来シーズン到来！

微小粒子物質「PM2.5」原因と対策

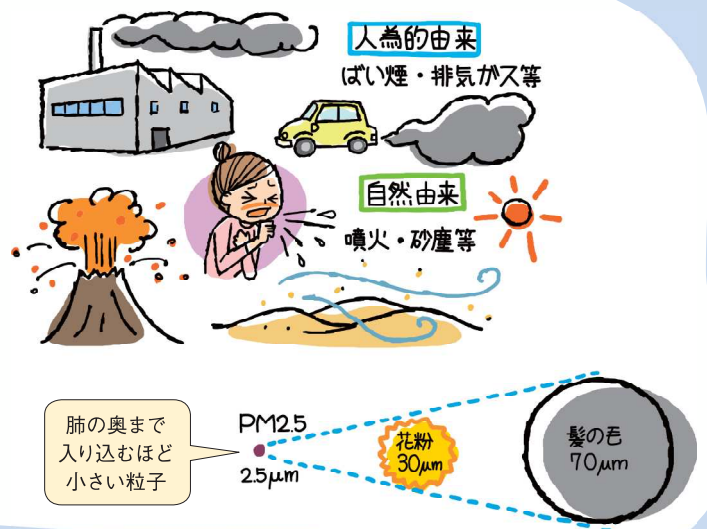
中国大陸における大気汚染が影響し、日本でのPM2.5濃度の上昇が私たちの健康に影響を及ぼすのではないかと懸念されています。特に3～5月はPM2.5濃度が上昇する傾向にあり、西日本を中心に、近年では関東まで飛散していることが確認されています。PM2.5の正体と人体に与える影響を知り、予防に努めましょう。

Point

1 PM2.5とは？

PM2.5は粒径2.5マイクロメートル(μm)以下の大気汚染物質で、アンモニウム塩、硫酸塩などさまざまな成分が混ざっています。発生原因としては人為的由来と自然由来で分けられ、人為的だと工場からのばい煙、排気ガスなど、自然では火山の噴煙や砂塵などがあります。

PM2.5は同じ時期に飛散するスギ花粉とは異なり、物質そのものが健康に有害とされています。また、髪の毛の太さの約30分の1、スギ花粉の約12分の1という小ささのため、鼻の粘膜を通り越して気管や気管支、さらに肺、肺胞と奥深くまで入り込んで吸収され、体に影響を与えることがあります。特に喘息や気管支炎、肺がん、心筋梗塞などのリスクを上昇させるため、小さな子どもや高齢の方、気管支炎や喘息などの持病がある方は注意が必要です。



Point

2 住んでいる地域のPM2.5濃度をチェック！

環境省では、PM2.5濃度の1日平均値が1立方メートルあたり70マイクログラム(1マイクログラム=1ミリグラムの1000分の1)を超えたら、不要不急の外出や屋外での長時間の激しい運動を控えるよう勧めています。環境省の大気汚染物質広域監視システム「そらまめ君」や、各自治体のPM2.5関連情報サイトなどで公表される測定値を確認し、Point3を参考に対策を行いましょ。

環境省サイト「大気汚染物質広域監視システム そらまめ君」
<http://soramame.taiki.go.jp>

ココをチェック！

日平均値が70μg/m³を超えたら…

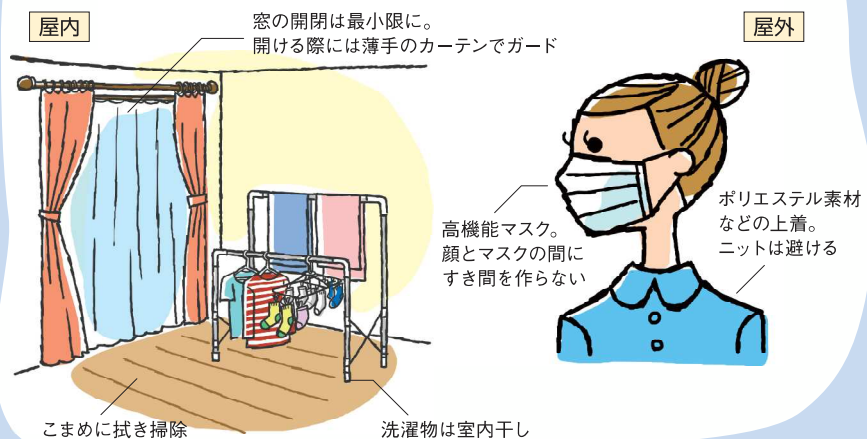
- 不要不急の外出や屋外での激しい運動を避ける
- 屋内では換気などの窓の開閉を必要最小限にする
- 呼吸器系や循環器系疾患のある方、小児・高齢者の方は特に慎重な行動を

※暫定指針値である70μg/m³を超えても、すべての人の健康に影響を及ぼすものではありません。

Point

3 粒子を大量に吸い込まない工夫を

PM2.5濃度が70μg/m³を超えたら、屋内でも換気や窓の開閉は必要最小限にして洗濯は室内干しにしましょう。外出する際は、微小粒子を通さない専用の高機能マスクを着用すると効果が期待できます。顔とマスクの間にすき間を作らないよう、顔の大きさに合ったものを選びましょう。衣類は起毛素材を避け、粒子が付着しにくいポリエステルや綿素材のものを選ぶとさらに効果的です。



出典：環境省「微笑粒子状物質(PM2.5)に関する情報」

第1回

電力小売り自由化について

(平成28年4月~)

Q 電力小売全面自由化って
どういうこと?

A 電力会社を自由に
選べるようになります。

Q どういうメリットがある?

A いろいろな会社の料金プランを
比較して選べるようになります。

Q 賃貸住宅でも変更できるの?

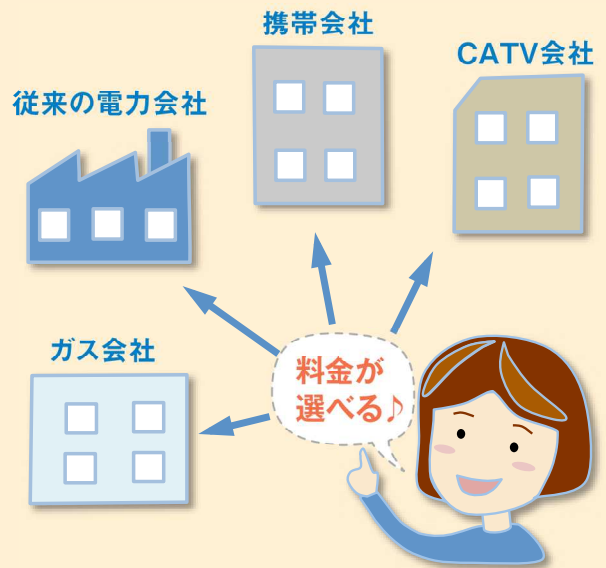
A まずは管理会社へ連絡を。

Q 電力会社を選ぶときの
注意事項を教えてください。

A 契約内容や特約事項を
よくご確認ください。

Q 電力会社を変更してから
注意することは?

A 変更された電力会社名を
管理会社へお伝えください。



CHECK!

お住まいの建物の仕様や、賃貸契約の内容によっては電力会社の切り替えができない場合がありますので、必ず事前に管理会社へご確認ください。

CHECK!

料金設定やサービスは電力会社により異なります。かえって料金が上がってしまったり、一定期間解約できないなどの特約がつく場合がありますので、店頭キャンペーンなどで安易に契約してしまわないよう、ご注意ください。

CHECK!

ご退去時は、スマートメーターの機能により、お客様からご連絡いただいた解約日に自動で電力供給が止まります。引越し日が変更になった場合は、お客様から直接、電力会社へ連絡しその旨をお伝えください。

CHECK!

万が一、お客様にて停止手続きをされないままご退去された場合には、次の電力会社との切り替えがうまくいかず、退去後も使用料が発生することがありますのでご注意ください。
トラブル防止のためにも、管理会社へのご連絡をお願い致します。