



上手な「換気」の方法



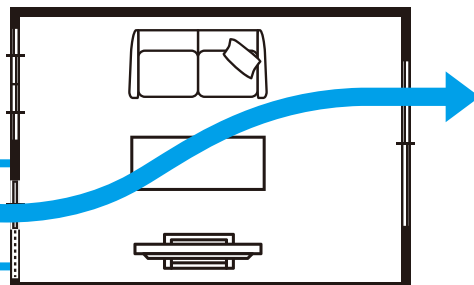
今日から換気上手

● 窓を開けて空気の通り道を作しましょう

1時間に10分の換気を1回するよりも、1時間に5分の換気を2回の方が換気の効果は高くなります。

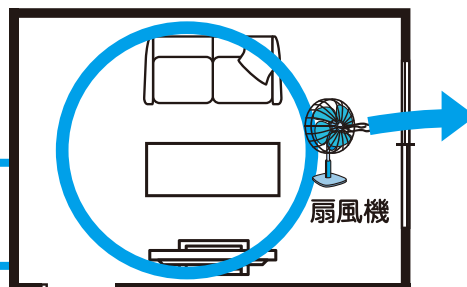
窓開けて換気をする時は、1ヵ所の窓だけでなく、2ヵ所の窓を開けることで空気の通り道ができて効果的な換気ができます。2つの窓は対角線上にあるとさらに効果的です。

部屋の対角にある窓を開けると効果的



窓が1つしかない場合は、部屋のドアを開けて、扇風機などを窓の方に向けて設置すると効果的です。

窓が1つしかない場合は窓のそばに「扇風機」を置いて風の流れを作る



● 24時間換気システムをきちんと「正しく」使しましょう

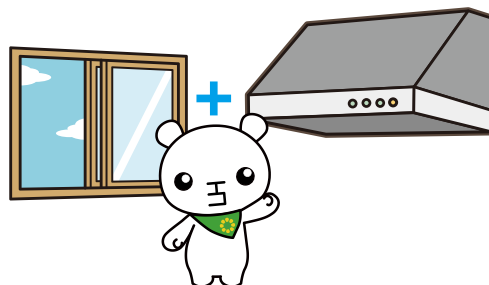
住んでいる家やマンションが2003年7月より後に建てられたものなら、もともと換気をする仕組み(換気口・24時間換気システム)がついています。

換気口は開けた状態で、いつも「オン」にしましょう。



● 台所の換気扇を活用しましょう

台所に近い窓を開けると部屋全体の空気が換気されにくいので、台所からできるだけ離れた窓を開けましょう。窓を2つ開けている場合でも、台所の換気扇を運転することで、換気をアシストすることができるので、窓開けと換気扇の併用がおすすめです。



エアコンで換気はできないの？

多くのエアコンは、「部屋の中の空気を吸い込んで」、その空気を冷たくしたり暖かくしたりした後に「部屋の中に戻す」ことで、快適な環境をつくるものです。部屋の中の空気と外の空気を入れ換えてはいません。エアコン使用時には、換気能力の有無を確認しましょう。

