

# ふれあい通信

第398号

発行

社会福祉法人

姫路市社会福祉協議会

姫路市安田三丁目1番地

姫路市総合福祉会館内

TEL 079-222-4212

FAX 079-222-4256

ひとくちメモ 

## ダニやカビの予防について

梅雨も近づき、湿気が増える季節が近づいてきました。湿気は、ダニやカビが増える原因の一つです。ダニやカビが増えると、人体に悪影響を及ぼすので、健康のためにも、予防していきましょう。

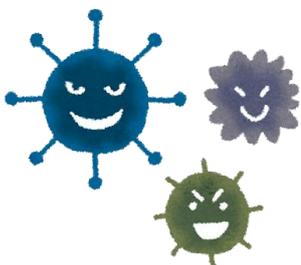
### 家の中に潜むダニ・カビ

ダニは、外出先で人の衣類などに付着して家の中に侵入してきます。

家の中にいるほとんどは「ヒョウダニ」というダニで人を刺すことはありません。

しかし、「ヒョウダニ」が増えると、「ヒョウダニ」を捕食する「ツメダニ」が発生します。「ツメダニ」は人の体液を吸うため、刺されたところが皮膚炎になりかゆみが生じます。

一方、カビは微生物群の一種でさまざまな菌類を示す総称です。家の中に潜むカビの胞子は空気中で浮遊しており、胞子が飛散することで繁殖します。



# 人体への影響

ダニやカビは、皮膚に触れたり大量に吸い込んだりすると、夏型過敏性肺炎、アレルギー性鼻炎、皮膚炎、感染症、喘息などの症状を引き起こすため、放置せずに対処する必要があります。

## ダニ・カビの予防

特に湿度が高くなる梅雨の時期はダニやカビが発生しやすくなります。換気をして空気を入れ替えると、室内の湿度が下がるため、定期的に換気をし

ましょう。

布団、寝具には、寝ている間の寝汗によって、湿気が増え、繁殖しやすい状態になります。そのため、シーツや枕カバーはなるべく毎週交換するのがおすすめです。

## 快適な生活のために

ダニ・カビの発生を予防して、気持ちの良い快適な生活空間にしてみたいかがでしようか。



福祉総合  
相談

専門ワーカーがさまざまな福祉問題をお聞きし、解決に向けてお手伝いをします。

介護サービス  
相談

介護保険サービスを利用するための申請から、サービスを利用できるまでを全面的にお手伝いします。

ご相談は・・・

姫路市社会福祉協議会

〒670-0955 姫路市安田三丁目1番地  
姫路市総合福祉会館内

フリーダイヤル(受付時間:8:35~17:20)

**0120-208-606 (通話料無料)**

ケアプラン、ホームヘルパーのご相談・ご依頼は

姫路市社会福祉協議会

すこやか介護支援センター

〒670-0954 姫路市梁山町151-2

フリーダイヤル(受付時間:8:35~17:20)

**0120-108-999 (通話料無料)**