

Izumidai News

4月の特集記事

2015年

4月

号

PM2.5 ってなんだろう？

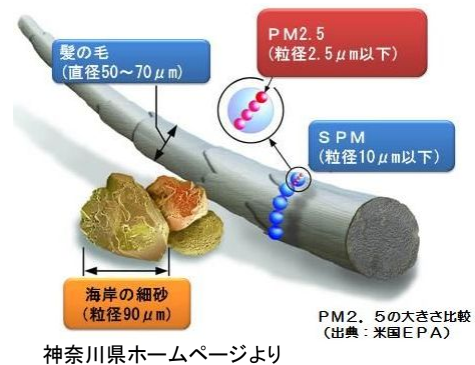
TEL 045-806-1133

微小粒子状物質 (PM2.5)

大氣中に浮遊する粒子状の物質のうちでも、特に粒径が $2.5\mu\text{m}$ 以下の微小粒子状物質をいい、燃焼によるばいじんや自動車排ガスなどから発生するとされています。(1 μm =100万分の1m)

微小な粒子のため、肺の奥まで入りやすく、呼吸器系への影響が懸念されています。国の環境基準では、年平均値 $15\mu\text{g}/\text{m}^3$ 以下、かつ、日平均値 $35\mu\text{g}/\text{m}^3$ 以下とされています。

ただし、大氣環境濃度が基準値を超過した場合でも、直ちに人の健康に影響が表れるものではありません。



発生源は??

PM2.5の主な発生源は、工場のボイラー・焼却炉などといったばい煙を発生する施設(固定発生源)や、自動車、船舶、航空機など(移動発生源)であると考えられています。それ以外にも、土壌、海の塩、火山灰など自然由来のものや、他の地域から風に運ばれてくるものも原因のひとつであると言われています。

健康への影響は??

微小粒子状物質(PM2.5)は粒子の大きさが非常に小さいことから、肺の奥まで入りやすく、ぜん息や気管支炎などの呼吸器系の疾患、肺がんのリスクの上昇や、循環器系への影響を引き起こすおそれがあるとされています。そのため、小さなお子さんや高齢の方、呼吸器系・循環器系の疾患のある方は、1日のPM2.5濃度が高くなると予想される場合には特に注意が必要です。また、たばこの煙にも多くの有害な微小粒子が含まれており、全席喫煙の飲食店や喫煙室内のPM2.5濃度は数百 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ にも及ぶこともあることが報告されています。(環境省Q&Aより引用)

注意喚起のための暫定的な指針となる値($70\mu\text{g}/\text{m}^3$)を超えた、又は超えるおそれのある場合の対応

- ① 不要、不急の外出をできるだけ減らしましょう。
- ② 屋外活動での長時間の激しい運動をできるだけ減らしましょう。
- ③ 屋内での換気や窓の開閉を必要最小限にしましょう。
- ④ 小さなお子さん、高齢の方、呼吸器系・循環器系の疾患がある方などは、その日の体調の変化に注意し、より慎重に行動するよう心がけてください。

神奈川県によれば、県ホームページ、テレホンサービス、ツイッターによる注意喚起のほか、光化学スモッグ注意報の発令に準じた方法で、報道機関や市町村などと協力し、幅広く注意喚起を行っているとのこと。

PM2.5低減のためにひとりひとりができること

1、屋外でみだりに物を燃やさない（野焼きをしない）

一部例外を除き、屋外での焼却行為は法律や条例で禁止されています。
特に、接着剤を使用した木材、合成樹脂、ゴムなどは燃やすことにより有害物質を発生するおそれがありますので、適正に処理しましょう。

2、環境にやさしい運転（エコドライブ）の実践、低公害車への乗換え

環境にやさしいエコドライブを実践することで、燃費の向上や事故防止にもつながります。また、電気自動車などの低公害車への乗換えもPM2.5の低減につながります。

3、こまめなスイッチOFF（省エネ）とエネルギー転換（創エネ）

直接的ではなくても、家庭の電気使用量が減少すれば、間接的に火力発電所などでの化石燃料使用量削減によるPM2.5原因物質の排出削減につながることを期待できます。

4、禁煙への挑戦

たばこは身近なPM2.5発生源のひとつです。
ご自身の健康だけでなく、まわりの方の健康のためにも
禁煙にチャレンジしてみませんか。

横浜市のPM2.5測定データ速報は携帯やスマートフォンでも見る您可以通过。

<http://m.city.yokohama.lg.jp/ks/saigai/pm25.html>

※右のQRコードからもご覧になれます



【 お知らせ 】

4月1日より、外来担当医表に変更がございます。下記のようになりますのでご確認ください。
※なお、火曜午前の岡本医師の外来診療は10時30分からです。

外来担当医表（平成27年4月1日より）

	月	火	水	木	金	土
午前1診	那須	井上	飯澤	井上	那須	渡部
午前2診	丸岡	那須	保坂	飯澤	渡部	丸岡
午前3診	藤山 (整外)	岡本 (10:30~)	須藤 (専・心)	—	—	—
午後1診	渡部	渡部	岡本	丸岡	井上	—
午後2診	—	飯澤	渡部	—	—	—
午後3診	藤山 (整外)	—	須藤 (専・心)	—	—	—

編集後記

PM2.5という言葉は知っていましたが、恥ずかしながら何なのか？と言われるとよくわからず、異国の話という認識でした(^^;)
実は、神奈川県でも毎日1時間おきに地域ごとの時系列報がネットで見られます。必要以上に怖がる必要はないと思いますが、環境に関心を持つのは大切ですね！

やまお