

## 衛生委員会報告

### ～第37回 カビについて～

細菌・ウイルス・酵母などと同じく微生物の仲間であるカビは、医学用語では「真菌」と呼ばれています。

カビは糸状の菌糸先端から栄養や水分を吸収しながら伸びていき、成熟した菌糸から新たな胞子を作りますが、この胞子はカビの種類によってさまざまな形があり、カビの種類は4万種類以上あると言われています。

医薬品製造や味噌や醤油といった食品製造に利用され、人々の暮らしに役立っているカビ（コウジカビなど）もありますが、一方で、カビが発生させる毒（マイコトキシン）により病気・アレルギー疾患・食中毒になったり、浴室・壁クロス・衣類などあらゆる部分や材料に発生・繁殖してだめにしてしまうなど、多大な悪影響をもたらすカビ（アカカビなど）もあります。

カビは、餅・パン・菓子類などのでん粉や糖分を含んだ食品を好みますが、食品ばかりでなく、人の垢、ホコリ・チリ、プラスチックまでも栄養源にして発育します。

#### ○カビの発生条件と対策

カビの胞子は常に空気中に存在しています。

空気中に漂っているカビの胞子が物質に付着し、適度な水分や温度条件が揃うと出芽し、菌糸を伸ばして発育します。カビの胞子は3～6ミクロンと非常に小さく目で確認できませんが、目に見えるカビは菌糸が集合体を形成したものです。

- ①適度な温度があること（10～35度前後）
- ②栄養分があること
- ③湿気があること
- ④酸素があること

カビ対策で有効な方法は換気です。

換気により空気の流れを作ることにより、停滞している空気の湿度を下げるすることができます。しかし、雨の日に換気を行うと逆に湿度を上げてしまう場合もあるので、そういった時は除湿器などを使うといいでしょう。

家庭内では浴室、キッチンなどは水や火を使う場所では、こまめに換気をすれば、

カビの発生もある程度予防できます。

又、カビ対策には結露予防も重要です。

結露が出来ないように外気と室内の温度差を大きくし過ぎないようにし、結露になったときは、こまめに乾いた雑巾で拭くようにしましょう。

## ○カビの予防

### ・浴室

入浴後、バスタブの側面や壁など石けんや垢が飛び散りやすい箇所を、汚れを落としやすくするため熱めのシャワーで洗い流す。最後に冷たいシャワーで室内を冷やす。そのままにしておくと、水蒸気が壁や天井などに残りカビの原因になってしまうため、なるべく壁などに付いた水分を拭き取り、換気扇をまわして湿気を逃がす。

### ・台所

調理の際に火を使ったり、食器を洗う時に水を使ったりする時は必ず換気扇を回す。食べ物のカスや、コンロ・壁・床についた油などはカビの繁殖源になるので、こまめにふき取る。

### ・押入れ

押入れに物を詰めすぎてしまうと、水分を吸収しやすい布団などからカビが発生する可能性が高くなるので、物を詰め過ぎないように注意が必要。時折、押入れの左右の扉の端を5cmくらい開けて風通しを良くし、布団等が湿っぽくなっていたら、天日干しをする。押入れの床にスノコを敷くのも効果的。

### ・エアコン

エアコンのフィルターはカビが繁殖しやすいため、こまめに掃除をする。冷房運転後に送風運転に切り替え、エアコン内部を乾燥させ結露を防ぐ。

### ・窓周り

こまめに換気し結露ができないようにする。窓回りにできた結露はこまめに拭き取る。