

(株)浜工務店

スポットニュース Vol. 25

こんにちは、日本酒大好きスタッフの笠山です。

11月に入り欧米でのコロナウイルスの急拡大、そして日本でも新規感染者数が過去最多、2000人越えなど第3波の急拡大が伝えられています。私自身、コロナへの慣れもあるのかだいぶ気が緩んでいる感じがします。冬場の第3波を無事乗り切れるよう気持ちを入れなおしていきたいと思います。

そこで今回は冬場に向けたコロナウイルス対策を取り上げてみたいと思います。マスク、手洗い、また密集・密接・密閉の3密を避けることが大事だと以前から言われています。

そして冬場は換気、湿度管理が特に重要とされています。

その理由は、冬場は空気が乾燥し、ウイルスの水分も少なくなり空気中に漂う時間が長くなる。寒くなると部屋の換気回数が減ってしまい空気の入れ替えが少なくなる。空気が乾燥すると喉の粘膜も乾燥し、ウイルスを取り込みやすくなるそうです。

換気の効果的な方法として、1時間に2回以上窓やドアを開ける、もしくは窓やドアを常に少しだけ開けておくことだそうです。また、換気扇を回せばなしにすることも効果ありとのことです。ただし、室温が下がり、体温が下がると免疫力が落ち、感染しやすくなったりしますので、そこは厚着で対応しましょう。

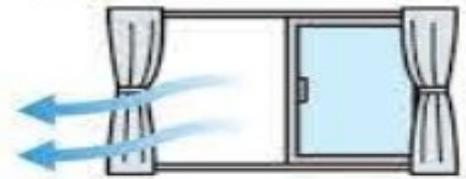
次に湿度管理ですが、加湿器が一番効果的かと思います。

私は加湿器を使用する前は、年に2~3回風邪をひき、数年に1度程インフルエンザにかかっていましたが、加湿器を使用するようになってからは、数年に1回程しか風邪にかかった記憶がありません。喉がかれることもなくなりました。コロナウイルスにどれくらい加湿器の効果があるかは未未知数ですが、是非、湿度管理にも気を付けたいですね。

ただ、もし加湿器を購入される場合は、出来るだけ大容量のものがいいかと思います。水の容量が少ないと水を頻りに補給しないとならないのでかなり面倒です。弱モードで24時間以上加湿できる機種もあります。また、音が静かな機種がおススメです。現在私は、3台目を使っていますが、2台目はデザインが気に入って買ってしまい、使ってみると音が気になって、1週間後には3台目を購入し2台目は処分することになってしまいました。もし購入される場合は、家電販売店で実際動いているのを確認したり、カタログ、ネットでの口コミなどを参考にされてはと思います。

第3波が大変なことにならないよう願うだけですが、もう一度気を引き締めて、コロナを乗り越えましょう！！

① 1時間に2回以上、窓やドアを大きく開ける



② 窓やドアを常に少し開けておく

