

2月の安心かわら版

2月の主な行事



| | | | |
|----|------------|-----|------------|
| 1日 | : テレビ放送記念日 | 9日 | : 肉の日、福の日 |
| 3日 | : 節分 | 11日 | : 建国記念の日 |
| 4日 | : 立春 | 14日 | : バレンタインデー |
| 7日 | : 北方領土の日 | 20日 | : 歌舞伎の日 |



「PM2.5による大気汚染 健康に及ぼす影響と日常生活における注意点」

最近、中国のPM2.5などによる深刻な大気汚染の影響で、日本のPM2.5濃度が上昇し、健康に影響を及ぼすのではないかと心配されています。PM2.5が健康にどのような影響を及ぼすのか、影響を防ぐための効果的な方法とは何か、知っておきたいPM2.5の基本知識と対策方法をご紹介します。

◆微小粒子状物質「PM2.5」とは？

PMは「Particulate Matter（粒子状物質）」の頭文字をとった言葉です。主な成分は、炭素成分、硝酸塩、硫酸塩、アンモニウム塩のほか、ケイ素、ナトリウム、アルミニウムなどがあります。

右図は、PMの大きさを人髪や海岸細砂と比較した図です。大きさは、直径2.5μm（1μm（マイクロメートル）=1mmの1000分の1）以下の非常に小さな粒子です。



◆主な発生源は？

(1) 物の燃焼などによって直接発生

ボイラーや焼却炉などばい煙を発生する施設、鋳物の堆積場など粉じんを発生する施設、自動車・船舶・航空機、土壌・海洋・火山の噴煙など自然由来のもの、喫煙や調理など家庭から など

(2) 様々な物質の大気中での化学反応によって生成

火力発電所、工場・事業所・自動車・船舶・航空機などから燃料の燃焼によって排出される硫酸酸化物、窒素酸化物、溶剤や塗料の使用時や石油取扱施設からの蒸発、森林などから排出される揮発性有機化合物 など

これらのガス状物質が大気中で光やオゾンと反応し、PM2.5が生成されます。

◆健康への影響は？

PM2.5は粒子の大きさが非常に小さいため、肺の奥深くにまで入り込みやすく、ぜんそくや気管支炎などの呼吸器系疾患や循環器系疾患などのリスクを上昇させると考えられます。特に呼吸器系や循環器系の病気を患っている人、お年寄りや子どもなどは影響を受けやすいと考えられるので、注意が必要です。なお、PM2.5濃度は季節による変動があり、例年3月から5月にかけて濃度が上昇する傾向がみられます。春先には黄砂も飛来するので注意が必要です。

◆お住まいの地域のPM2.5濃度を知りたいときは？

PM2.5濃度は地域によって差があります。お住まいの地域のPM2.5濃度が知りたいときは以下のサイトをご覧ください。

大気汚染物質広域監視システム「そらまめ君」

◆PM2.5に関する注意喚起のための暫定的な指針

環境省では、都道府県などの自治体が住民に対して注意喚起をするための「暫定的な指針となる値」として、「1日平均値70μg/m³（マイクログラムパー立方メートル）」を示しています。自治体から注意喚起が行われたら、次のような対応を行いましょう。特に幼児や高齢者、呼吸器系や循環器系の疾患のある人は、体調に応じて、より慎重に行動しましょう。

屋外にいるとき: PM2.5を大量に吸い込まないよう、長時間の激しい運動を減らす／マスクを着用する

屋内にいるとき: 不必要な外出はできるだけ控える／換気や窓の開閉を必要最小限にする

★マスクの着用について: インフルエンザや花粉症対策などで使用する一般用マスク（不織布マスクなど）には様々なものがあり、PM2.5の吸入防止効果はその性能によって異なると考えられます。医療用や産業用の高性能な防じんマスクは、微粒子の捕集効率の高いフィルターを使っており、微粒子の吸入を減らす効果があります。また、空気清浄機の使用に関してもフィルターの有無や性能など機種によって有効性が異なるため、詳しくは製品表示や販売店・メーカーに確認してください。

以上

安全運転アドバイス

「よくある事故」の防止編

自動車事故の
7割以上

自動車事故※1の7割以上を

追突事故

バック時の事故

出会い頭事故

右左折時の事故

が占めています。

※1 当社自動車保険において、自動車の運転に関して保険金をお支払いした事故。

事故防止のポイント

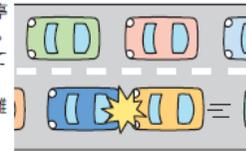
自動車事故の
21.0%

自動車事故の
19.3%

追突事故を防止するために

主な原因: 脇見運転・動静不注視※2 等

- ・前の車の不意な減速・停止を予測しながら運転。
- ・低速で走行中であっても、しっかり集中。
- ・余裕を持った車間距離を確保。



特に注意する場所

直線道路・交差点

バック時の事故を防止するために

主な原因: 安全不確認 等

- ・ミラーやバックモニターだけに頼らず、目視で安全確認。
- ・見えないときは、いったん下車して安全確認。
- ・ゆっくりと歩くくらいの速度でバック。



特に注意する場所

駐車場

自動車事故の
18.0%

自動車事故の
13.9%

出会い頭事故を防止するために

主な原因: 安全不確認・一時不停止 等

- ・一時停止の道路標識がある交差点では、完全に車輪を止めて、左右の安全を確認。
- ・住宅街では自転車・歩行者の飛び出しに注意。



特に注意する場所

信号がない交差点

右左折時の事故を防止するために

主な原因: 安全不確認・動静不注視※2 等

- ・右折時は、対向車の陰に隠れた危険を予測。
- ・左折時は、車両の死角を意識し、左後方の巻き込みに注意。
- ・横断歩道上の歩行者・自転車にも十分に注意。



特に注意する場所

市街地の交差点

※2 動静不注視とは、相手の存在を発見していたが、危険はないと判断し、その動静の注視を怠ったことをいいます。

あたり前のことを確実にを行うことが事故防止につながります。ぜひ安全運転をお願いします。