

# ほけん便り 25号 チカラン日本人学校 保健室

学校生活でのマスクについて考える その2 大気汚染について

令和6年2月29日

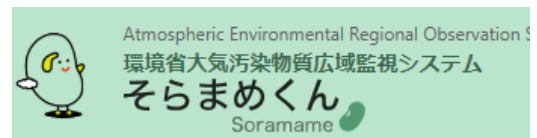
前回、新型コロナウイルス感染症の当地での現状と、教育現場の中でマスクを着用する利益について考えました。今回は、大気汚染編です。

大気汚染は呼吸器、循環器疾患の発症に関連がある問題として関心が高い事柄です。汚染状況は以下の公的な情報で確認をしています。

## 【大気汚染情報を確認でき公的なウェブサイト】

- ・日本は、環境省運営の「そらまめくん」  
<https://soramame.env.go.jp/>
- ・インドネシアは環境省(KLHK)運営の ISPU  
<https://ispu.menlhk.go.id/>

どちらも 24 時間モニタリング値を確認できます



ISPU では乾季に PM2.5 が変動することがありましたが、雨季に入り 12 月以降は  $15.5\text{-}55.4 \mu\text{g}/\text{m}^3$  で推移しています。日本で定められている一日の平均値  $35\mu\text{g}/\text{m}^3$  と比較すると高い値ではありますが、注意喚起の値を超えていません。

## 【インドネシア環境省(KLHK)の大気汚染情報がのっている ISPU のウェブサイト】

←観測地点は CJS から最寄り 7km 先の Sukamahi を確認しています。数値は計測している項目の実測値ではなく 5つのレベルで表示されています。

例)PM2.5 の実測値

BAIK:  $15.5 \mu\text{g}/\text{m}$  以下

SEDANG:  $15.5\text{-}55.4 \mu\text{g}/\text{m}$

TIDAK SEHAT:  $55.4\text{-}150.4 \mu\text{g}/\text{m}$

↑ 2月23日 11時時点は Medan02 地区の空気の状態が悪いことが分かります。

↑ 携帯のアプリ上では、設定した観測場所の数値のみ確認することができます。



裏面に続きます→

では、PM2.5 が高値の際はどのような対策が有効的なのでしょうか。

環境省ウェブサイト対策の Q&A をまとめてみました。<https://www.env.go.jp/>

PM2.5 が注意喚起の指標を超えた時の対策 Q&A まとめ	
外出を避ける	吸入を減らすため外出をできるだけ減らすことは <b>有効</b> 。
マスクの着用	不織布マスクの着用である程度の効果は期待できるが、吸入防止効果はその性能によって異なる。 防じんマスクは吸入を減らす <b>効果がある</b> 。
窓の開閉、換気の制限	外気の侵入をできるだけ少なくし、その吸入量を減らすことは <b>有効</b> 。
空気清浄機の使用	除去効果は機種によって異なる。

現時点で有効的とされている対策

- ① 外出を避ける
- ② 防じんマスクの使用
- ③ 窓の開閉、換気の制限



ただし、N95 等の防じんマスクを効果的に着用すると息苦しさを感じることもあるため、一時的な作業向きとされています。学校生活中に高値となった場合は①と②で対応しています。

大気の状態は、2月に入りさらに改善され、PM2.5 が 15.5  $\mu\text{g}/\text{m}^3$  以下の日も見られています。青空の下過ごす時間は気持ちがいいですが、たばこの煙の PM2.5 に要注意です！

インドネシアの喫煙率は日本の 2 倍以上あり、特に屋外ではたばこの煙を目にする機会が多いです。たばこ税値上げ、広告規制、禁煙支援等の WHO のたばこ規制枠組み条約に基づいた、たばこ政策 (MPOWER) が当地でも努力されていますが、更なる変化に期待です。

【WHO が出している Global Adult Tobacco Survey (GATS) によるインドネシアのたばこの真実】

- ① インドネシアの喫煙率は 34.5%。
- ② 屋内での勤労者の 44.8% が副流煙の被害にあっている。
- ③ 74.2% の大人が外食中の副流煙の被害にあっている。
- ④ 14.2% の大人が医療施設で副流煙の被害にあっている。
- ⑤ 40.5% の大人が公共交通機関で副流煙の被害にあっている。

外出先では  
要注意ですね



参考)GATS, <https://cdn.who.int/>,2021

参考：KLHK ウェブサイト(インドネシアの環境庁)、<https://www.menlhk.go.id/>  
環境省ウェブサイト、<https://www.env.go.jp/>  
e-ヘルスネット、<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/>

次号は「非言語コミュニケーション」について考えるです