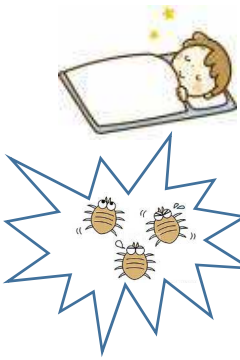


# 寝具の敵！ダニ・カビ対策

～乾燥・吸引・洗濯でやっつけよう！～

(株) 家具の望月 〒420-0869 静岡市葵区安倍町 30 TEL 054-272-1000 <http://www.sleepstudio.jp>



## マットレスをダニ・カビから守ろう！

喘息や、アトピーの原因にハウスダストに含まれるダニがあります。生きたダニより、死がいやフンがアレルギーになります。寝具は、高温多湿を好むダニの温床になりやすく、布団・マットレス・枕にはダニは数万匹もいると言われています。ダニは温度 20～30 度、湿度 50～75%でもっとも繁殖するため、

これからの季節、梅雨から夏にかけてどんどん増えていきます。ダニはライフサイクルが非常に早く、内部に蓄積していった、この大量のアレルギーが秋の喘息の原因の 1 つとも言われています。

人は睡眠中に大量の汗をかきますし、皮脂も寝具に付着します。それがマットレスに吸収されたり、餌になるフケやアカがたまることを防止するためには、**ベッドパッドとボックスシーツを必ず敷いて寝ること**です。それらは**定期的に丸洗いし、ダニを寄せ付けないように**しましょう！  
マットレスは掃除機をかけましょう！

マットレスを常に同じ状態で使用していると、湿気がこもる場所や汚れやすい場所（枕元のフケなど）が偏るので、**前後を入れ替えたりひっくり返したりして使うこと（ローテーション）**が効果的なクリーニングの方法です。3ヶ月に1回くらいでもダニ・カビの発生の抑制効果がありますが、その頻度は多い方がより効果的です。

湿気は、マットレスとベッドフレームの床板の間に溜まりやすいので、ローテーションの際、マットレスを動かしたら、**床板に空気を当てるようにする**と良いでしょう。扇風機を利用するとさらに効果的です。天気の良い日に、マットレスを斜めに立てかけたり、マットレス下に厚い本やタオルケットを丸めたものなどを挟み、床板に少し風を当てるだけでも湿気が逃げやすくなります。普段、少しだけ気をつけてほしいのは、朝、起きたら**掛布団を足元に折りたたむ事**で、湿気の溜まりやすい上半身部分の湿気を逃げやすくすることができます。

また、ベッド下を引き出しにすると、湿気や埃が溜まりやすく、ダニ・カビの棲みかになってしまいますので、もったいなくても**ベッド下の空間は開けておくのがベスト**です。ベッド下を収納の場所として使う場合に、普段使いのものにしておくとマメにチェックすることになり、掃除をしなくてはという気持ちになるかもしれません。

現在の気密性の高い住環境では、ダニ・カビが発生しやすくなります。できるだけ快適にマットレスをお使いいただくために、ぜひ上記のようなお手入れを心がけていただけたらと思います。

（なお、マットレス及び床板のダニ・カビの発生は、保証対象外になりますのでご注意ください。）