大西一成のエコチルコラム

マスクのパッケージ表記
～99.9%カットの真実～

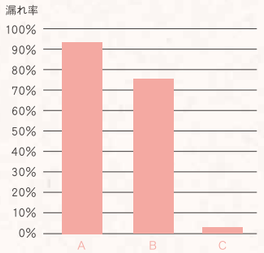
皆様は、マスクのパッケージをじっくり見た事がありますか。
「花粉」「PM2.5」「ウイルス」「99.9% カット」「立体」等という文字が目に入ってくると思います。PM2.5 が話題になり、マスクに求められる機能が多様化していることが伺えます。マスクはそもそも何のためにつけるのでしょうか。
体に害を与えるウイルスや粒子を体内に取り込まないようにマスクを着用されていると思います。しかし、私たちが行った調査では、普段着用されているマスクの中にほとんどの粒子が漏れて、体内に入ってしまっていることが分かりました。(グラフ A,B)
粒子を「99.9% カット」と記載されると、体内に、ほとんどの粒子が入るのを防ぐことができると期待されるかもしれません。ところが、パッケージをよく見たりすると、「感染や体内の取り込みを完全に防ぐものではありません」と明記してあります。
実は、フィルター自体の性能としては粒子を 99.9% カットしているという意味で、「99.9% カット」=「体内への取り込み率」ではないのです。
つまりフィルターの性能だけを語っていてもだめなのです。体を守るには、ただマスクをつけるだけではなく、正しい着用方法、自分の顔の大きさにフィットしているか、が重要なのです。(グラフ C)

一般的な密着確認方法
(セルフチェック)

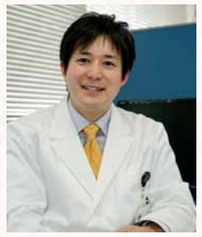
1. マスク装着後フィルター面を手で覆う
2. 息を吐き漏れがないか
3. 息を吸って漏れ込みがないか

この確認で、マスクからの漏れが感じられなければ「顔にあったマスク」「正しく装着したマスク」と言えると思います。マスクでの防護能力を身につけておきましょう。

マスクの漏れ率 調査（鳥取県米子市94人で実施）



A. 普段着用しているマスク（平均92.35%の漏れ）
B. Aと同じマスクでマスクの周りを手で押さえて漏れ込みを防いだ場合（平均74.56%の漏れ）
C. 自分の骨格に合った息苦しくないマスクを選択、正しい着用方法を指導した後（平均2.62%の漏れ）
フィットの確認をしたい場合は、専用の機械を用いて繰り返し漏れをチェックして、正しく着用している感覚を養うことができます。



エコチル鳥取ユニットセンター
副センター長
大西一成
Kazunari Onishi

鳥取市生まれ。医学博士。鳥取大学医学部助教。岡山大学大学院・医歯薬学総合研究科修了、鳥取大学医学部・大学院医学系研究科修了、鳥取県環境影響評価審査会委員。黄砂・PM2.5の研究を行っており、「マサカメTV」「あさイチ」「朝ズバッ！」「NEWS23」など、テレビ番組の出演依頼多数。

保育園人気レシピ

豆腐の肉みそグラタン

材料（大人２人分）

豆腐 …… 400g
豚ミンチor鶏ミンチ …… 200g
大葉 …… 10枚
◆肉みそ用
☆みそ …… 小さじ1
☆みりん …… 小さじ2
☆酒 …… 小さじ1
☆塩こしょう …… 少々
◆ソース
◎マヨネーズ …… 大さじ1
◎みそ …… 大さじ1
◎酒 …… 小さじ2
◎砂糖 …… 小さじ1

1. 【下準備】 豆腐は水切りしておく。ソース◎を混ぜておく。大葉はみじん切りにする。
2. 【肉みそ】 豚ミンチを炒め☆で味付けし、火を止めてから大葉を加えておく。
3. 豆腐を適当な大きさに切り、グラタン皿へ。→肉みそ→ソースの順で乗せていき、オーブンで色づくまで焼く。

アレンジ
具はお好みのもので！
きのこ・茄子・ねぎ・チーズが人気です。

鳥取ユニットセンターニュース TUC NEWS

おしらせ

新キャラクターの名前が
「なしチル」
に決定しました。
たくさんのご応募
ありがとうございました。

名付け親は
香内章宏（こうちあきひろ）さん です。

香内章宏さん、
めぐみさん、汐織ちゃん（1）

あなたの質問票が未来を変えます！
今後とも皆様のご協力をお願いします。なくされた方にはお電話1本で郵送します。

子どもの健康と環境に関する全国調査
鳥取ユニットセンター
TOTTORI UNIT CENTER
〒683-8503鳥取県米子市西町86
0120-415-177
9:00～17:00（土日祝日を除く）
詳しくはWEBで エコチル鳥取 検索
エコチル調査鳥取ユニットセンターホームページ http://ec.med.tottori-u.ac.jp/
ecochil@adm.tottori-u.ac.jp
twitterアカウント@ecochiltottori

子どもたちの未来のために

エコチル がいなだより

鳥取版ニュースレター
eco&child gaina dayori
VOL 6
2015年6月

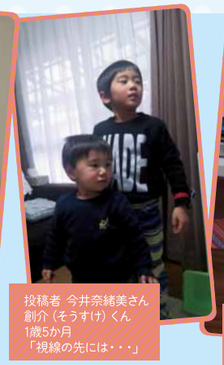
がいにかわいい写真

投稿者 松本佐栄子さん
晴夢（はるむ）くん
11か月
「ドライブ楽しい～☆」

投稿者 木村祥子さん
柚莉愛（ゆりあ）ちゃん
2歳4か月
「☆女優になった気分☆」

投稿者 西川洋子さん
弦伽（いとか）くん
7か月
「ちゃんこが上手になったよ～♪」

投稿者 吉田美和さん
怜司（れいじ）くん
3歳
「カッコいい～！」


投稿者 今井奈緒美さん
創介（そうすけ）くん
1歳5か月
「視線の先には・・・」

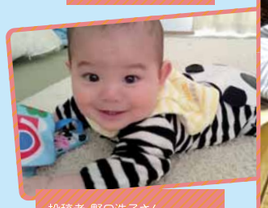
投稿者 都田かおりさん
りなちゃん
3歳
「3歳になったよ♥」

投稿者 岩﨑さおりさん
悠真（ゆうま）くん
2歳「仲良くお昼寝」

投稿者 杉本恵子さん
優里（ゆうり）ちゃん
2歳6か月
夏実（なつみ）ちゃん
6か月
「おそろい」

投稿者 永本綾子さん
美海（みう）ちゃん
3歳
「小さな重機運転手」

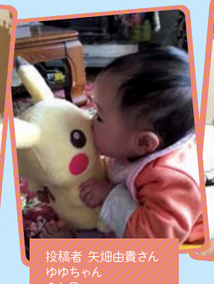
投稿者 岡本祥子さん
諒平（りょうへい）くん
1歳3か月
「ズボンが穿けてそうで穿けてない」


投稿者 野口浩子さん
煌太（こうた）くん
6か月
「寝返りできるようになったよ」

投稿者 岸本恵子さん
怜奈（れな）ちゃん
2歳3か月
「かわいいポォ～～ズッ♥」

投稿者 奥田幸さん
聖也（せいや）くん
4か月
「いちご」

投稿者 祖田亜由美さん
璽（るい）くん
7か月
「将来は野球少年！？」


投稿者 矢畑由貴さん
ゆゆちゃん
9か月
「ピカチュウすきすき」

投稿者 足立真希さん
晟友（せいゆ）くん
11か月
「スッペェ～!!（>_<）」

楽しいエコチルキッズの写真を送って下さい！！

HPからも投稿できます!!

掲載させていただいた方には図書カードプレゼント

応募要項
件名に「がいにかわいい写真」、本文に写真のタイトル・撮影時の年齢（月齢）・お子さんのお名前（ふりがな）・投稿者の氏名、住所、電話番号を入力して右記アドレスまでメールでお送りください。
次号がいなだよりとホームページに掲載予定です。※掲載の際は、事前にこちらから連絡させていただきます。

6月30日（火）締切
ecochil@adm.tottori-u.ac.jp
エコチル調査鳥取ユニットセンターホームページ http://ec.med.tottori-u.ac.jp/

詳細調査

1歳半の訪問調査 特集!!

鳥取ユニットセンターの詳細調査はエコチル調査参加者、約3000名のうち、
無作為に選ばれた150名を対象として行います。（2013年4月以降に生まれたお子さんが対象です）

1 選ばれた方に電話でご連絡

事前に説明書を郵送後、1週間以内にお電話にて説明をします。
そのときに、参加の意思を確認します。

2 ご自宅を訪問

平日、月～金曜日で日程調整の上、ご自宅に伺います。同意書のご記入をお願いします。

所要時間 1時間30分程度

3 機材の設置

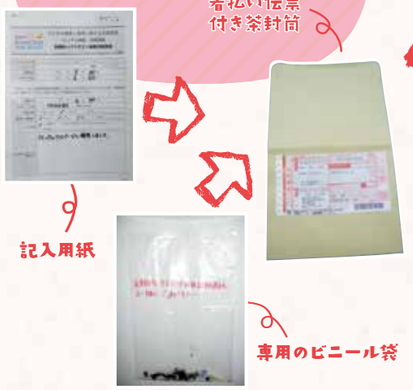
1週間、屋外に2か所、室内に2か所、空気中の粒子状物質や化学物質を調べます。

4 お子さんの布団からハウスダスト採取

布団に潜んでいるダニアレルゲンがわかります。

5 掃除機のハウスダスト

1か月間、掃除機内のゴミをためて着払いで送って下さい。



よろしくおねがいします

6 聞き取り調査

ご自宅の築年数や間取り、電気製品の使用状況、化学製品の使用状況などをお聞きします。

7 訪問調査終了

1週間の生活記録の記入をお願いします。

1週間後

8 機材の回収

再びご自宅を訪問し、設置した機材と記入済みの生活行動記録用紙を回収します。

お礼の商品券をお渡しします。

所要時間 40分程度

9 検査結果

詳しい説明とともに郵送でお届けします。
※検査結果に少々時間がかかる場合がございます。

調査を終えて

西岡愛さん、蒼唯（あおい）くん

実際に生活してる環境でどのような物質が人体に影響しているか調べることが将来の子どもたちに役立つと思い、夫と相談して参加を決めました。機材の設置や訪問も生活に支障は特になく気にせず生活をしていました。また、エコチルスタッフの方の丁寧な説明で趣旨もわかりやすく、快く協力させていただきました。

2歳では医学的検査・精神神経発達検査を行います。

鳥取大学医学部附属病院までおいでいただき、お子さんの健康状態や成長・発達の状態について検査をします。身長・体重などの計測、医師による診察や血液検査を行います。血液検査では、いろいろなアレルギー物質に対する抗体、身体の成長や新陳代謝に関係するホルモンやビタミンDなどについて調べます。

所要時間 2時間程度

詳細調査の結果が全体調査から得られる成果の信頼性を高め、エコチル調査の成果をより有意義なものにすると期待されます。選ばれた参加者の皆さま、ぜひ詳細調査のご協力をお願い致します。