

PM_{2.5} (ピーエムにてんご) に注意しましょう

PM_{2.5}とは?

とても小さい粒子 (2.5 μ m (1 μ m=0.001mm) 以下) です。髪の毛の太さの1/30 ぐらいです。車の排気ガスや工場の煙などから出て、空気の中を飛んでいます。

とても小さいので、人の肺の奥に入りやすいです。健康 (呼吸器や循環器) によくないことがあると言われています。

PM_{2.5}の量を日本のいろいろなところで測っています。島根県でも測っています。量が多い時には注意しましょう。

いちにちのPM_{2.5}の量が、70 μ g/m³を超えそうな日に、「注意喚起情報」 (“注意しましょう”というお知らせ)を出します。

◇ 「注意喚起情報」はどこでわかる? *日本語です

- ★ 島根県のホームページ
URL <http://www.pref.shimane.lg.jp/environment/kankyo/kankyo/taiki/pm25.html>
- ★ 市町村からのお知らせ (市町村によって知らせる方法は違います。)
- ★ 「しまね防災メール」 (日本語です。登録が必要です。登録方法はP.2の下を見てください。) など

◇ 「注意喚起情報」が出たときどうしたらいい?

- ★ 外に出ることをできるだけ少なくしましょう。
- ★ 外で長い時間の激しい運動をできるだけ少なくしましょう。
- ★ 部屋の換気や窓を開けることをできるだけ少なくしましょう。
- ★ 病気 (呼吸器や循環器) の人、小さな子ども、お年寄りの方は、体調に気をつけましょう。

◇ 「注意喚起情報」が出ていないとき

病気 (呼吸器や循環器) の人、小さい子ども、お年寄りの方は、次のことに注意してください。

- ★ 健康な人より影響を受けやすい人がいます。体調に注意しましょう。

タバコはできるだけ吸わないようにしましょう。

- ★ 保育所、幼稚園、小学校、お年寄りの施設等に体調を伝えて、毎日の体の様子に気をつけましょう。

◇ 島根県のPM_{2.5}の量 (1時間ごと)

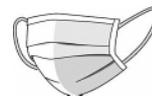
島根県のホームページ 「PM_{2.5}(微小粒子状物質) 情報提供サイト」

URL <http://www.eco-shimane.jp/koumokubetu.php?itemCD=29&img='3'>

Q & A

Q マスクは役に立ちますか？

A 病院用などの特別なマスクは、顔の大きさに合ったものを正しく使うと、効果があります。



一般のマスクはPM_{2.5}を防ぐものと防がないものがあります。製品の効果を確かめて使いましょう。

Q 空気清浄機は役に立ちますか？

A 機種によって効果は違います。

製品の表示を見たり、お店・メーカーに聞いてみてください。

Q 1日70 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ を超えた時、外での活動は中止しなければなりませんか？

70 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ を大きく超えてない時は、外での活動を中止しなくてよいです。病気（呼吸器や循環器）の人、小さな子ども、お年寄りの方は、濃度が低い時も、注意しましょう。

<しまね防災メール 登録方法>

* 日本語です

① bousai-shimane@xpressmail.jp にメールを送ります。

タイトル、本文は要りません。

② ①の後、30分以内にメールが来ます。

メールを読んで手続きをします。

登録の時に、「高度利用者向け」を選びます。その後「大気汚染情報」を選びます。



<連絡先>

しまねけん かんきようせいいかつぶ かんきようせいさくか
島根県 環境生活部 環境政策課

TEL 0852-22-5277 FAX 0852-25-3830 e-mail kankyo@pref.shimane.lg.jp