



# 診療所だより

## 梅雨・カビの話

附属診療所 院長 田中 邦雄

今年は季節はずれの台風が梅雨にやってきました。

梅雨というのは、6月から7月にかけての初夏の長雨のことで、梅雨前線と呼ばれる停滞前線がもたらす雨の事をいいます。そもそも前線というのは、気団と気団がぶつかりあったところにあるのですが、日本に夏をもたらす暑くて湿った気団によって作られる高気圧である太平洋気団と冷たくて湿ったオホーツク海気団が日本列島の真上当りでおしくらまんじゅうをしてできたのが梅雨前線という事になります。このおしくらまんじゅうに太平洋気団が勝てば、暑い夏の到来となる訳です。この勝負には、偏西風とヒマラヤが関係しています。偏西風というのは、北半球の温帯地域に吹く強い西風です。この風がヒマラヤにぶつくと北側と南側に分流し、

日本のあたりで再び合流して太平洋気団を押しやって梅雨前線となるのですが、季節が進むにつれて徐々に北上し南側の分流が無くなると今まで偏西風でつかい棒されていた太平洋気団が日本に進出してくるといふ訳です。「梅雨」は、日本だけに起こる「独特のもの」と思っている人も多いと思いますが、中国（長江流域）や朝鮮半島にもあります。

狭い日本といいますが、西日本と東日本では「梅雨」の性格が違います。西日本ではダイナミックな「ラテン系」とでもいうか、熱帯地方の「スコール」のような激しい雨が降り、「陽性梅雨」と呼ばれています。一方、東日本ではより「日本的」「情緒的」なシトシと降ったり止んだりの雨で、「陰性梅雨」と呼ばれています。この長雨、名前は中国から伝わってきた言葉でもととは、『ばいう』という言葉です。中国は長江流域で、梅の実が熟す時期に雨期があり、それを梅雨（ばいう）と呼んでいます。ではなぜ梅の雨かと言うと2つ説があります。

- 1) ちょうど梅の実が熟す頃の雨だから梅雨というようになったという説。
- 2) 長雨によって黴（かび）が良く生えるから本来は「黴雨」（ばいう）と言っていたが、語感が悪いので、後に梅雨という字に改められたという説。

「ばいう」が日本に渡ってきた後、日本で江戸時代頃から「つゆ」と呼ばれるようになったと言われています。その根拠としては「日本歳時記」（1687

年）に「これを梅雨（つゆ）となづく」とあります。次に梅雨「つゆ」語源。これについても諸説がありますが、

- 1) 木の葉などに降りる「露」から来ている（この時期木々に露がいっぱい）梅の実が熟してつぶれる時期であることから、「つぶれる」を意味する「潰ゆ（ついゆ、つゆ）」から来ているなどです。
- 2) 梅は関係なしに、この長雨で食べ物や衣類などにも、黴が生えたり、腐ったりで、すぐ駄目になり易い時期なので、「潰える（ついえる）・減る、衰える、崩れる、やつれる」を意味する言葉の古語で、「潰ゆ」（ついゆ）が、「つゆ」に変化したものという説。の二つが有力な説のようです。

## 梅雨といえばカビ

梅雨はジメジメしたカビが生えやすい季節です。カビは、温度（20～30℃）・湿度（75～95%）・栄養（有機物でアカや石鹸カスなど）・酵素の条件が整うと増殖します。空気中にはカビの胞子がいつも浮遊していますので、条件が整えば家の中のいたるところで発生できます。特に水にぬれ

やすく、よごれやすいところ、同じ室内でも空気がよどみ、比較的低温になり湿りやすいところは注意が必要です。カビの胞子は空中をワワワワ飛び回っていて、それを吸いこむことによって気管支ぜんそくやアトピー性皮膚炎などのアレルギー性疾患を引き起こす原因となります。さらに、カビはタニの栄養となってダニの増殖につながるのです。

## そこで「ピンポイントカビ対策」

### 台 所

水蒸気が他の部屋に広がらないよう、調理、炊飯、皿洗いのときには必ず換気扇を回しましょう。また、使用後もしばらく回しましょう。

### 浴 室

入浴後換気扇を回すか、窓を開けましょう。防犯上危険な時は夜間に換気扇を回し、昼間窓を開放します。換気扇のみの場合は翌日まで回しましょう。浴槽の水は使用後すぐに排水しましょう。お風呂の最後に、湯で浴室の壁を洗い流し、その後冷水をかけ、浴室内の温度を下げます。浴室の扉は開けっ放しにしてはいけません。

### 室内での洗濯物干し

室内に干さないのが原則ですが、どうしても干したい時は、浴室の窓を開け、入口の扉を閉めて浴室に干しましょう。これからの梅雨の季節、衛生面に気を配ることが健康維持のキーポイントになります。カビ対策を万全にして梅雨を乗り切りましょう。

### 押入れ、収納庫

床にスノコを敷き、通風を良くしましょう。夜間、ふすまを開けておくのも有効です。押入のある部屋での暖房は水蒸気の発生の少ない電気ストーブなどが適しています。

### 寝 室

就寝前の5分程度の換気で結露が軽減されます。ベッドは壁から5cm程度離して下さい。

