

電波時計 取扱説明書 (デジタル電子音目覚まし時計)

お買い上げいただきありがとうございます。

お使いになる前にこの取扱説明書をよくお読みのうえ、正しくお使いください。

お読みになった後もお手元に保管して、必要に応じてご覧ください。

製造元 リズム時計工業株式会社

〒330-9551 埼玉県さいたま市大宮区北袋町1丁目299番地12
http://www.rhythm.co.jp

(Y1707)

安全にお使いいただくためにはじめにお読みください

ここに示した注意事項は、あなたや他の人への危害や損害を未然に防ぐためのものです。必ず守ってください。

図記号の説明 ○は、禁止(してはいけないこと)を示しています。

●は、指示する行為を必ず守ることを示しています。

警告 死亡または重傷などを負う可能性が想定される内容

誤飲を防止するため、小さな部品や電池は、幼児の手の届く所に置かない
万一、飲み込んだ場合は、すぐに医師の治療を受けてください。

電池からの液漏れや発熱、破裂を防止するために、次のことを守る

- 電池に傷をつけない。
- 電池を分解しない。
- 電池をショートさせない。
- 電池を充電しない。
- 電池を加熱しない。
- 電池を火の中に入れない。

電池の液漏れが起きたときは、素手でさわらない

- 目や皮膚についたら、すぐに水道水でよく洗い流して医師の治療を受けてください。衣服に付着した場合は、すぐに水道水で洗い流してください。
- アルカリ乾電池の場合、失明や炎症などの障害が発生する危険性が高くなります。
- 電池を外して漏れた液を布や紙でよくふき取ってください。修理が必要なときは、お買い上げの販売店または当社お客様相談室にご相談ください。

注意 傷害を負う可能性または物的損害が発生する可能性が想定される内容

電池の⊕⊖を正しく入れる
液漏れや発熱の原因となり、けがや故障の原因になります。

強い振動や衝撃を与えない
故障や破損の原因になります。

浴室やサウナ、温室など、高温・高湿になる所では使わない
さびや故障の原因になります。

ぬれた手でさわらない
さびや故障の原因になります。

分解や改造をしない
けがや故障の原因になります。

下記のような場所では使わない
性能の低下や部材の変形、変色、劣化、故障の原因になります。

- 直射日光が当たる所。
- 暖房機器からの風が当たる所。
- 火気のそば。
- 温度が-10℃以下または+50℃以上の所。
- ほこりが多く発生する所。
- 強い磁気を発生させる機器のそば。
- 車中や船舶、工事現場など、振動の激しい所。
- プール、温泉場などガスの発生する所。
- 調理場など多くの油を使用する所。
- ゴムや軟質のポリ塩化ビニルに長い間、直接ふれさせておくと、色移りや付着、変質をすることがあります。

電池のご注意 (電池の正しい使いかた)

電池のご使用上のポイント 正しく使って事故をなくしましょう

- プラス(+)、マイナス(-)を間違えない。
- 時計が動いていても定期的に変換する。
- 長期間使用しないときは電池を取り外す。
- 時計が止まったらすぐに電池を取り外す。
- 電池に表示されている使用推奨期間内に使う。
- 幼児の手が届かない所に置く。
- 古い電池と新しい電池を混ぜない。
- 種類の異なる電池を混ぜない。

電池の種類について

- 本製品は 電池の特性に合わせて設計されています。指定以外の電池では、製品仕様を満たさない場合や正常に機能しないことがあります。
- アルカリ乾電池とマンガン乾電池は形状的に互換性があり、一般にアルカリ乾電池のほうが長持ちします。
ⓧ **アルカリとマンガン乾電池の混在使用は液漏れの原因となりますのでおやめください。**
- 一般に充電の電池は電圧が低く、時計には不向きですので使用しないでください。
- 一部の高性能電池では、初期電圧が高く時計には不向きなものがあります。

電池の寿命について

- 付属の電池は、お試用として工場を出荷するときに入れていますので、製品仕様より短い期間で電池切れになることがあります。
- 温度などの使用条件により、電池寿命が製品仕様より短くなる場合があります。
- 買い置きした電池を使用した場合、保管状態や乾電池に示されている「使用推奨期限」により、電池寿命が短くなる場合があります。

電池・時計の廃棄

- お住まいの地区自治体の指定に従ってください。
- 電池と時計を分別して廃棄してください。

お手入れについて

- 汚れがひどいときは、水でうすめた中性洗剤や石けん水を、柔らかい布に少量つけてふき取り、その後、からぶきしてください。
- ケースなどのよごれ落しに、ベンジン、シンナー、アルコール、スプレー式クリーナー類は、使用しないでください。
- 時計を掛けて使用したときに、静電気により時計や壁面が汚れることがあります。定期的に掃除をしてください。

静電気の影響について

静電気の影響により正常に機能しなくなることがあります。このようなときにはリセットボタンを押してください。

照明の明るさの変化について

明るさは、使用時間の経過とともに低下します。これは、光源として使用しているLEDの特性によるものです。周囲の温度などに影響を受けませんが、2~3年で初期の明るさの70%程度になります。

明るさが低下しても、他の機能や性能には影響しませんので、そのままご利用いただけます。

おもな製品仕様

使用温度範囲	-10 ~ 50℃ *結露しないこと 液晶表示可読温度範囲0~40℃	時刻表示形式	12時間 / 24時間表示切り替え
時間精度	標準電波受信成功直後の表示精度 ±1秒 標準電波を受信しない場合 平均月差 ±30 秒 (常温中のクォーツ精度)	アラーム機能	設定時刻にアラームが鳴る
使用電源	AC電源アダプター 定格入力電圧 AC 100V、50/60 Hz 10VA 定格出力電圧 DC 4.5V 定格出力電流 200mA	アラーム精度	表示時刻に対して ±0秒
停電補償電池	単3形マンガン乾電池 JIS規格 R6P 3個	アラーム音	電子音 (鳴り方が変化)
電池寿命	約1年 1日当たりアラームを30秒、照明6秒使用 電池交換時期あり 電池マーク表示	スヌーズ機能	あり (止めてもまた鳴る)
お知らせ機能		オートストップ機能	あり (自動停止)
標準電波	標準電波受信により自動時刻修正	カレンダー	2010 ~ 2099年まで対応
受信局	福島局 / 九州局 自動選択	温度表示	表示範囲 -9.9 ~ +50℃ 測定範囲での精度 ±2℃
受信ON/OFF	ボタン操作で切り替え可能	湿度表示	表示範囲 20 ~ 95%RH (注) (温度が5~50℃の範囲にあるとき)
受信回数	8回/日	照明機能	液晶表示部 白色LED 電池のみで使用したときは、スヌーズボタンを押すと約3秒間照明
受信開始時刻	1時~4時、13時~16時の各時間帯の16分40秒から受信開始	明るさ調節機能	なし
			(注)RHは相対湿度の単位です。天気予報などでは、単に%を用いることが多いです。

*液晶はその特性上、0℃以下になると表示反応が遅くなり、表示が薄くなる場合があります。40℃以上になると表示が濃くなり、ムラになったりすることがあります。

*液晶表示板は5年を過ぎると、コントラストが低下して数字が読みにくくなる場合があります。

*電池寿命は、AC電源アダプターを使用しないで、電池単独で使用したときのものです。

*製品仕様は、改良のため予告なく変更することがあります。

付属品

AC電源アダプター 1個 お試用電池 3個 取扱説明書 本書 保証書 1枚

アフターサービスについて

この時計のアフターサービスは、お買い上げ販売店がいたします。次の記載事項と保証書をよくお読みの上、ご利用ください。お買い上げ販売店でのアフターサービスが受けられない場合は、当社お客様相談室にご相談ください。保証期間中の場合は、販売店の保証書が必要です。

●修理部品の保有について

電子回路や歯車などの修理用性能部品は製造打ち切り後、3年を基準に保有しています。ただし、ケースなどの外装部品の修理には、類似代替品の使用や現品交換で対応させていただくことがあります。

●修理可能期間について

無料保証期間が過ぎても、この時計の性能部品保有期間中は、原則として有料での修理が可能です。ただし、修理内容や送料などにより修理代金が高額になる場合がありますので、販売店とよくご相談ください。

この製品のサービスおよび技術サポートは日本国内でのみ利用可能です。

Service and technical support for this product are available only within Japan.

お問い合わせ先 お客様相談室 **0120-557-005**

受付時間 9:00~17:00 (土日、祝日および当社休日を除く)

お問い合わせに際しては、製品番号(型番)をお伝えください。 例 8RZ000

AC電源アダプター ご使用上の注意

警告

電気製品は、まちがった使いかたをすると、火災や感電などにより人身事故になることがあります。事故を防ぐために次のことを必ずお守りください。

定期的点検する

1年に一度は、AC電源アダプターとコンセントとの間にほこりがたまっていないか、故障したまま使用していないか、などを点検してください。

故障したら使わない

動作がおかしくなったり、電源アダプターやケーブル、プラグが破損しているのに気づいたら使用を中止してください。お買い求めの販売店または弊社お客様相談室にご相談ください。

分解禁止

分解したり改造しない
火災や感電、故障の原因になります。

濡れた手でさわらない

感電の原因になります。

注意

落としたりして衝撃を与えない
故障や破損の原因になります。

ケーブルを傷つけたり、無理に曲げたり、重いものを載せたり、挟み込んだりしない

ケーブルが破損して、感電や火災の原因になることがあります。

コンセントからAC電源アダプターを抜くときにケーブルを引っ張らない

感電や火災の原因になります。
必ずAC電源アダプター本体を持って引き抜いてください。

製品やAC電源アダプターから発熱・煙・異臭などがするときには、直ちにAC電源アダプターをコンセントから抜き、使用を中止する

感電・火災の原因になります。

たこ足配線をしない

異常発熱や火災の原因になります。

通電中のAC電源アダプターに長時間皮膚がふれたままになっていると、低温やけどの原因となる場合があります。

注意

長期間使用しないときや落雷のおそれがあるときは、コンセントと製品からAC電源アダプターを抜く
感電や火災、故障の原因になることがあります。

禁止

通電中のAC電源アダプターに長時間皮膚がふれたままになっていると、低温やけどの原因となる場合があります。

電波時計について

電波時計とは

電波時計は、正確な時刻およびカレンダー情報をのせた標準電波を受信することにより、自動的に表示時刻を修正し正確な時刻をお知らせする時計です。

標準電波とは

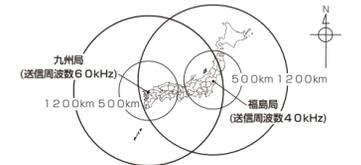
標準電波(JJY)は、日本標準時(JST)をお知らせするために、情報通信研究機構が運用している電波です。
*標準電波の時刻情報は、およそ10万年に1秒の誤差という「セシウム原子時計」によるものです。

標準電波送信所は、福島県の「福島局：おおたかどや山標準電波送信所」と佐賀県と福岡県の県境にある「九州局：はがね山標準電波送信所」の2か所にあります。

*標準電波の詳細については、情報通信研究機構のホームページをご覧ください。(http://jjy.nict.go.jp)

電波の受信範囲について

送信所から約1200km離れた場所でも受信可能です。ただし、受信範囲であっても電波障害(太陽活動、季節、天候、置き場所、時間帯(昼/夜)あるいは地形や建物の影響など)により、受信できないことがあります。



この時計は福島局と九州局に対応しており、標準電波を自動選択して受信します。

海外でのご使用について

この時計は、日本のAC100V電源を使用することを前提にしています。また、日本以外の標準電波は受信できませんので、**日本以外では使用しないでください。**

標準電波の送信停止について

送信所の定期点検や落雷などの影響により、標準電波の送信が停止することがあります。標準電波の送信状況については「情報通信研究機構」のホームページをご覧ください。

A 電波受信機能のON/OFF操作

受信機能 OFF (無効にして手動で時刻を合わせる)
リセットボタンを約1秒間隔で3回押してください。○「ピー」と鳴ったらすぐに押してください。○受信機能がOFFになると「ピー」と鳴りません。○日時は手動で合わせてください。

受信機能 ON (有効にして受信を開始する)
戻るボタンを押しながら、リセットボタンを押すと「ピー」と鳴って受信を開始します。その後**戻るボタン**を離してください。○定期的に受信して標準時刻に合わせます。

- 操作のタイミングによっては、ON/OFFが切り替わらないことがあります。このようなときには操作を繰り返してください。
- 電波受信機能は、工場出荷するときには有効(ON)になっています。

B 強制受信とリセット操作

強制受信ボタン

場所を移動したときなど電波の受信を試みたときに使います。受信に失敗した場合でも日付・時刻表示を継続します。
●受信機能が無効のときは、機能しません。
●手動で日時を合わせているときやアラーム時刻を合わせているときは機能しません。

リセットボタン

電池を入れた直後や静電気などにより誤作動したときに押します。
リセット直後は、2010年1月1日午前12:00、アラーム時刻は午前6:00に初期化されます。
●受信機能が有効になっているときは、受信を開始します。

時計を掛けて使うとき

※時計を目線より高い位置に掛けると、液晶表示が読めなくなります。

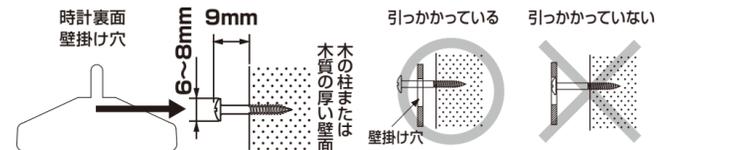
注意

掛けかたが不適切な場合、時計が落下する危険があります。

- 垂直に掛けてください。傾くと掛け具から外れる恐れがあります。
- 掛けたときは、上下、左右に軽く動かして、掛け具(木ねじ)に壁掛け部がしっかりと掛かっていることを確認してください。
- 市販の掛け具を使用するときは、壁掛け部にしっかりと掛かるものを選んでください。
- ドアを開閉するときの振動が伝わらない所に設置してください。
- スタンドをきちんと収納してください。

木の柱または木質の厚い壁面の場合

- 木ねじを別途ご用意ください。
- 木ねじは下図のとおり、壁面にしっかりとねじ込んで固定してください。



その他の壁面の場合

- 石膏ボードやコンクリートなどの壁面に掛ける場合は、壁の材質・構造と時計の重量に合った、市販の掛け具をご使用ください。その際、粘着式や吸盤式は時計が落下する危険がありますので、使用しないでください。

この取扱説明書を許可なく複製、変更することを禁じます。本製品を使用することによって生じたいかなる支出、損益、その他の損失に対してなんら責任を負いかねますのでご了承ください。

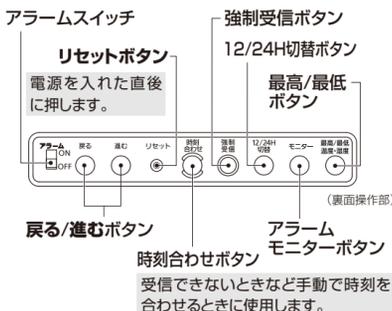
各部の名称と役割

スヌーズボタン
電池のみで使用したときはライトボタン兼用

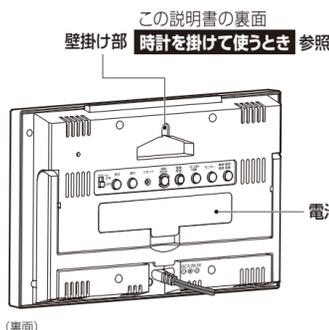


注意報表示
温度と湿度の条件により「注意」を表示。
温度・湿度に合わせてグラフィカルインジケータが変化します。

- ※表示部は電池のみでは常時明るく表示されません。スヌーズボタンを押すと明るくなります。
- ※表示の明るさは調節できません。
- ※表示を見る方向により、ムラが見えたり、表示が読み取れなくなります。



図は操作説明用ですので、実際の商品と異なることがあります。



(裏面)

時計を置いて使うとき

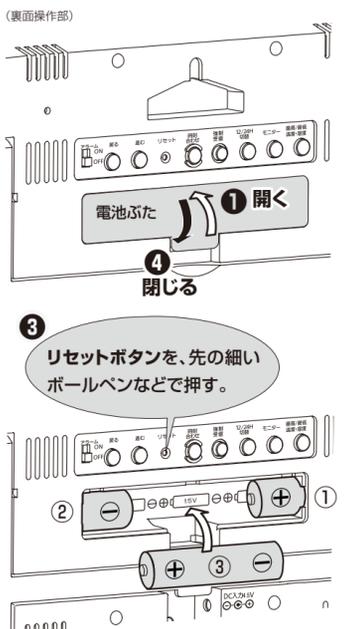
スタンドの角度は、2段階で調節できます。液晶表示が見やすい角度にしてください。



スタンド

転倒を防ぐために、水平で振動の少ない安定した所に設置してください。

1 電波を受信して日時を合わせる



2 電池を入れる

電池を入れるときには、
①②③の順番に入れてください。
電池を取り出すときには、
③②①の順番で取り出してください。
● \oplus を逆向きに入れると、電池の液漏れ、発熱、破裂の原因になります。
●古い電池と新しい電池、異なる種類の電池を混ぜないでください。

標準電波を利用しないで、手動で日時を合わせるときには、**手動での時刻合わせ**をお読みください。

- 電波の受信しやすい窓際などに置いてください。
- 電池ふたを開ける
 - 電池を入れる
 - リセットボタンを押す
「ピー」と鳴って、受信マークが点滅し受信を開始します。「ピー」と鳴らないときは、電波受信機能がOFFになっています。
 - 電池ふたを閉じる
 - 受信開始から21分後に受信結果を確認する受信は最長で21分程度行います。
- ※【受信の流れと表示】参照
受信成功:受信マーク点灯
受信失敗:受信マーク消灯
受信中はボタンに触れないでください。
- ⚠️ 使い始めるときには、電池のみで標準電波を受信させて日時を合わせから、AC電源アダプターを接続してください。
これは、AC電源からの電氣的なノイズを受けにくくするためです。
※電池のみでは表示部が常時点灯しません。スヌーズボタンを押すと約3秒間点灯します。

電波受信中のボタン操作について

電波の受信中に戻るまたは進むボタンを押すか、時刻合わせボタンを約2秒間押し続けると、受信マークが消灯し受信を中止します。

電波を受信しにくい環境

次のような場所では受信できない場合や誤った時刻を表示することがあります。

- 工事現場、空港の近くや交通量の多い所など電波障害の起きる所
- 金属製の雨戸やブラインドの近く
- ビルの地下など
- 高压線、テレビ塔、電車の架線近く
- 朝夕の時間帯、雨天のとき
- 家電製品やOA機器の近く
- スチール机等の金属製家具の上や近く

受信マークの変化 (電波サーチ機能)
電波の状態により変化します。



チェック!

1~2分経過しても①または②の受信状態が続く場合は受信できません。場所を変えてリセットボタンを押し、再度受信を開始させてください。

【受信の流れと表示】

電池のみのときは、表示が読み取りにくいので、確認するときはスヌーズボタンを押してください。

〈リセットボタンを押した直後〉



受信マーク (受信開始) (受信中点滅)



※電池を入れた直後およびリセットボタンを押した直後は、2010年1月1日、午前12:00、アラーム時刻 午前6:00に設定されます。

〈受信終了〉
最長21分後



※受信マークは受信成功後、24~25時間点灯。
※受信に成功しても、ノイズにより誤った時刻を表示することがあります。このような場合は、リセットボタンを押して、再度受信を試みてください。

アドバイス

テレビ、蛍光灯などの家電製品やパソコンなどのOA機器からのノイズにより、電波を受信できない場合や誤った時刻を表示することがあります。このようなときは、場所を変えてからリセットボタンを押し、再度受信を試みてください。

標準電波を受信できない場合

- 朝までそのままにしておく
一般的に、夜間は電波状態が良くなるので、手動で時刻合わせをして一晩そのままにしておくことと受信できる可能性が高くなります。
- 場所を変える/受信をやり直す
電波の受信しやすい窓ざや、取扱説明書の日本地図を参考にして、時計の正面または裏面が電波の送信所に向くように置いて、リセットボタンを押して結果を確認します。

電波を受信できない場合や任意の日時に合わせるときは下記の操作で日時を合わせてご使用ください。

手動での時刻合わせ

操作例. 2018年12月25日 午前10:37に合わせる

- 時刻合わせボタンを西暦年が点滅するまで約2秒間押し続けます。
- 西暦年、月、日、時刻(時、分)の順に設定します。
 - 戻る/進むボタンを押して数値を合わせます。
 - 戻る/進むボタンを押し続けると早送りになります。
 - 時刻合わせボタンを押すと次のステップに移ります。
- 操作例を参考にして設定してください。
※電波受信機能が「ON」の場合、手動で時刻合わせをしても、自動受信を行い、受信に成功すると自動的に時刻を修正します。
- 電波受信機能がON/OFF操作 参照
※約30秒間ボタン操作をしないと、表示されている時刻に設定して、手動時刻合わせを終了します。
※電波を受信できない場合の時間精度は、平均月差±30秒のクォーツ精度になります。
- アラーム状態およびアラーム時刻が点滅しているときは、時刻合わせボタンを押しても、切り替わりません。
- 午前/午後付12時間表示と24時間表示がありますので、時刻を合わせるときに注意してください。

- 時刻合わせモードにする
時刻合わせボタンを西暦年が点滅するまで、約2秒間押し続ける。
- 西暦年
進むまたは戻るボタンで「年」を「2018」に合わせて、時刻合わせボタンを押す。
- 月
進むまたは戻るボタンで「月」を「12」に合わせて、時刻合わせボタンを押す。
- 日
進むまたは戻るボタンで「日」を「25」に合わせて、時刻合わせボタンを押す。
- 時
進むまたは戻るボタンで「時」を「10」に合わせて、時刻合わせボタンを押す。
- 分(秒)
進むまたは戻るボタンで「分」を「37」に合わせる。このとき秒は進むまたは戻るボタンを押すたびに「00」秒に設定されます。
- 時刻合わせボタンを押すと終了します。

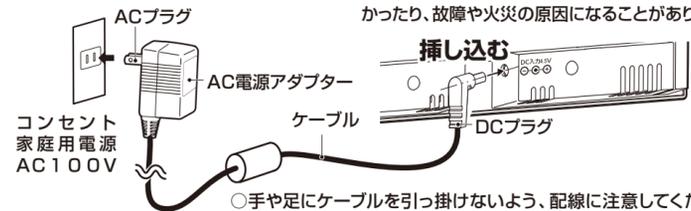
2 AC電源アダプターの接続

AC電源アダプターを接続してご使用ください。乾電池は停電対策としてご利用ください。

AC電源アダプターから電力が得られると、液晶表示部を常時照明します。乾電池のみでは、スヌーズボタンを押したときのみ、約3秒間照明します。

電波を受信しやすくするために、ノイズが発生しやすい家電製品やパソコンなどが、接続されているコンセントを使わないでください。

必ず付属のAC電源アダプターを使用してください。
強制 他のものを使用すると、電波の受信ができなかったり、故障や火災の原因になることがあります。



- 手や足にケーブルを引っ掛けないよう、配線に注意してください。
- ◎AC電源アダプターをコンセントから抜いたのに液晶表示部が照明されている。
- ▲しばらく放置すると消灯しますが、電池の消耗を防ぐために、時計からDCプラグを抜いてください。

電池のみで使用したときの照明機能について

スヌーズボタンを押すと約3秒間液晶表示面を照明します。

3 電池交換お知らせ機能

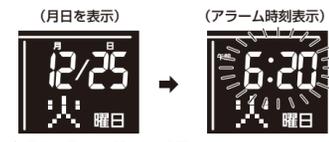
電池マークが表示されたときは、速やかにすべての電池を交換してください。放置すると電池から液漏れが発生して、時計の修理、家具などの修繕に費用が発生することがあります。
※電池がセットされていないときも電池マークが点灯します。
※電池の残量確認は毎正時に行います。

●AC電源アダプターを使用している場合、電池は定期的に交換して液漏れを防止してください。マンガン乾電池は1年に1回、アルカリ乾電池にした場合は5年に1回。

4 アラーム機能

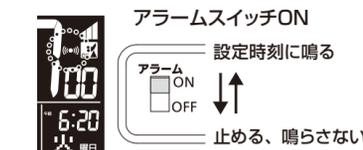
アラーム時刻を合わせる

〈表示例〉



- アラームスイッチをOFFにする
- 戻るまたは進むボタンを押す
アラーム時刻が点滅します。
- 戻るまたは進むボタンを押してアラーム時刻を合わせる
押してすぐ離す:1分単位
押し続ける:早く変わる
※約5秒間ボタン操作をしないとアラーム時刻合わせを終わります。

アラームのON/OFF設定



アラームスイッチをONにすると
▶アラームマーク (●●) 点灯
▶アラーム時刻が3秒間点滅してから点灯
アラームスイッチをOFFにすると
▶アラームマーク (●●) 消灯して月日表示

アラームスイッチがONのときアラームマーク点灯 (●●)

アラームオートストップ機能 (自動鳴り止め)

鳴っているアラームを放置すると約2分間鳴り続けて終了します。

スヌーズ機能 (止めてもまた鳴る)

アラームが鳴っているときに、スヌーズボタンを押すと、アラームマーク (●●) が点滅し、アラームが約5分間停止後に鳴り出します。この操作は7回まで繰り返すことができます。8回目にスヌーズボタンを押すとアラームは停止し、アラームマーク (●●) は点灯表示になります。

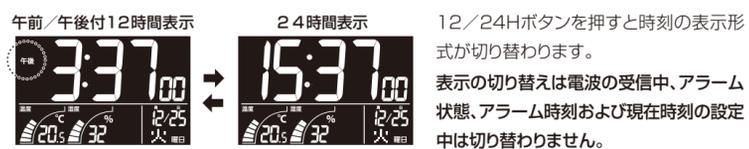
アラーム音の確認方法

アラームモニターボタンを押すとアラームが約2分間鳴ります。途中で止めたいときは、アラームモニターボタンを押すと止まります。

アラームご使用上のご注意

アラームスイッチがONの状態では、OFFにするまで毎日アラームが鳴ります。

5 時刻表示形式の切り替え



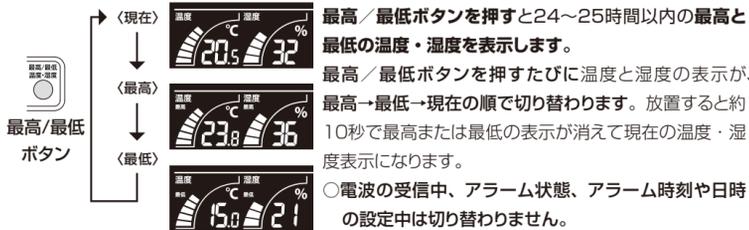
12/24Hボタンを押すと時刻の表示形式が切り替わります。
表示の切り替えは電波の受信中、アラーム状態、アラーム時刻および現在時刻の設定中は切り替わりません。

6 温度・湿度・注意報表示

センサーが本体内部にあるため、表示に反映するまでには時間がかかります。直射日光が当たる場所や冷暖房器具、加湿器、除湿器などの近くでは室内の温度・湿度を反映しにくくなります。空気がよく循環する場所に設置してください。

※湿度は「空気のかたまり」として移動するため、同じ室内でも風通しのよい所と悪い所では違いがでます。また、設置する高さによっても温度・湿度が変わります。
※本製品は一般的な家庭やオフィスなどの室内用です。また、厳密な温度、湿度の管理や証明には使えません。

温度・湿度の最高/最低表示



測定範囲を超えたときの表示とその意味

温度「HH.H」50℃より高温 「LLL」-9.9℃より低温
湿度「HH」95%を超えている 「LL」20%未満 「--」測定不能(温度が5~50℃の範囲外)

注意報 温度と湿度の状態により、4種類の<注意報>を表示します。

注意報の種類	表示例	※表示により発生の有無を断定するものではありませんので、空調や体調管理などの目安としてお使いください。 ※公的機関から発表される「注意」や「警報」とは一致しないことがあります。
集中霧	集中霧	
食中毒	食中毒	
インフルエンザ	インフルエンザ	
カビ・ダニ	カビ・ダニ	

ひとくちメモ

- 熱中症
高温環境下で、体内の水分や塩分などのバランスが崩れたり、体内の調整機能が破綻するなどして、発症する障害の総称です。気温、気流(風)、湿度、放射熱の状態によっては、屋内外を問わず発生しやすくなります。こまめな水分補給、室温の調節、風通しをよくするなど体温の上昇を防ぐ必要があります。
- 食中毒
梅雨など高温多湿となると菌が増殖しやすくなります。細菌による食中毒を予防する三大原則といわれているのは、
1. 菌を付けない(清潔にする)
2. 菌を増やさない(迅速に冷却、乾燥する)
3. 菌を加熱などで殺す
- インフルエンザ
湿度が低いとインフルエンザウイルスの生存率を高めるとともに、鼻・喉・気管などにある粘膜の繊毛の働きを弱め、ウイルスによる感染が起こりやすくなります。室内の湿度を調節したり、マスクを着用するなどの対策が必要になります。
- カビ・ダニ
一般にカビ・ダニ等は、室温20~30℃、湿度70%前後が最もその生育に適した温湿度条件だといわれています。増殖を抑えるために、風通しをよくして、湿気がこもらないようにする必要があります。