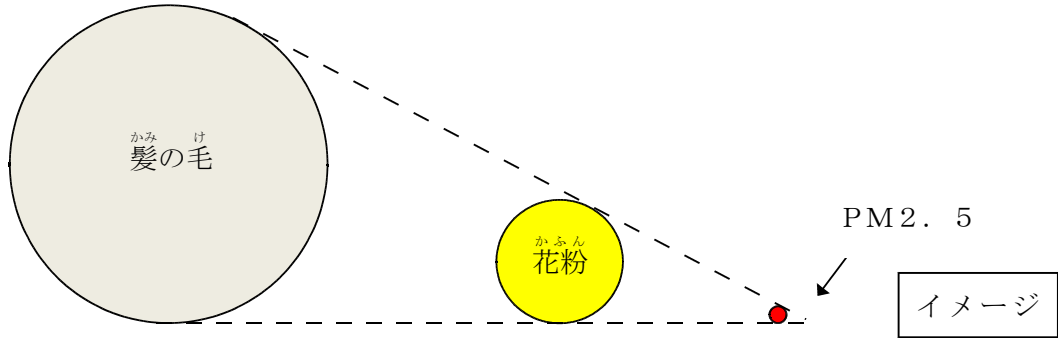


1. 「PM2.5」ってなに？

空気中にある大きさが2.5 μm (1 μm=0.001mm) 以下のとても小さいもの(髪の毛の1/30くらい)。車やボイラーなど、人の活動で出る場合と、火山など自然に出る場合があります。肺の奥まで入りやすく、肺・のど・心臓など体に良くないとされています。



2. 人が健康でいるために望ましい基準は？

人が健康でいるために、空気中のPM2.5は下の濃度(環境基準)を守ることが望ましいとされています。

1年間の平均が 15 μg/m3以下      1日の平均が 35 μg/m3以下

3. どうしたらいいの？

PM2.5の1日の平均が70 μg/m3以上のときは次のことに注意しましょう。

- ・外にはできるだけ出ない
- ・外で長い時間運動したり、過ごしたりしない
- ・部屋の外に外の空気ができるだけ入らないように、窓やドアを開ける回数を少なくする
- ・肺・のど・はななどが弱い人、お年より、こどもは、1日の平均が70 μg/m3以下のときも体に影響があるかもしれません。普段から体調に気をつけましょう。

4. PM2.5の濃度を知るには？

京都府のホームページなどで濃度を見ることができます。1日の平均が70 μg/m3を超える予想の時は、ホームページや報道機関を通してお知らせします。

<http://www.pref.kyoto.jp/taiki/1111111.html> (日本語)

「日平均値(直近1週間)」をクリックすると、1週間の地域のPM2.5の濃度を見ることができます。

