

職場の温湿度管理について

職場の温度・湿度管理に関する法律

事務所衛生基準規則 という法律があることをご存知ですか？

事務所衛生基準規則(昭和47年9月30日労働省令第43号)は、**労働安全衛生法(昭和47年法律第57号)**の規定に基づき、同法を実施するため定められたものです。

実は、そこに温度や湿度のルールが**努力義務**として規定されています。

(空気調和設備等による調整)

第五条 事業者は、空気調和設備(空気を浄化し、その温度、湿度及び流量を調節して供給することができる設備をいう。以下同じ。)又は機械換気設備(空気を浄化し、その流量を調節して供給することができる設備をいう。以下同じ。)を設けている場合は、部屋に供給される空気が、次の各号に適合するように、当該設備を調整しなければならない。

事業者は、空気調和設備を設けている場合は、部屋の気温が17度以上28度以下及び相対湿度が40%以上70%以下になるように努めなければならない。

空調管理と温度管理の違い

職場内の温度管理は、空調機器の集中管理で行っている事業所が多いのではないのでしょうか？

しかし、空調の温度設定を17℃以上28℃以下に設定していても、職場内の温度管理が出来ているとはいえません。

職場内の温度は、以下のようなものの影響を受ける為、同じ室内でも場所によって大きく異なります。

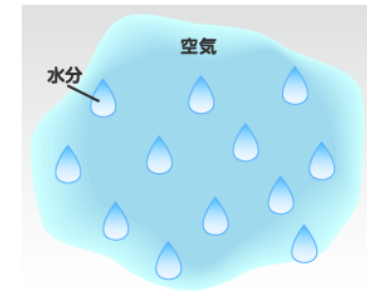
- ・窓からの日差し、すきま風
- ・パソコンなどのOA機器からの放熱
- ・風の流れ
- ・人口密度
- ・照明器具からの放熱



空調機器で温度管理をしたうえで、寒すぎる・暑すぎる場所が出来ないように工夫することが必要です。

湿度管理とは

湿度とは・・・空気の中の水分の割合です。



同じ温度でも湿度が違くと、感じ方が違います。

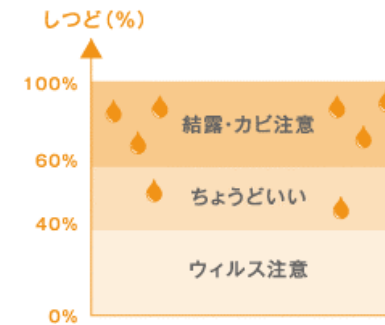
湿度が高いときは、「あつく」、湿度が低いときは「さむく」感じます。

夏や冬、部屋の温度だけでなく湿度も調節すると快適に感じる事が出来ます。

夏には、室温28℃でも、湿度を50%くらいにすると、快適に感じる事が出来ます。(除湿)

冬には、室温が22℃でも、湿度を50%くらいにするとあたたかく感じる事が出来ます。(加湿)

冬に湿度を40%以上に保つと、インフルエンザウイルスなども活動しにくくなります。

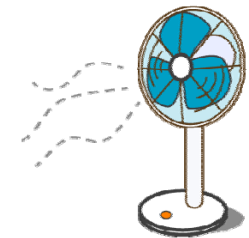
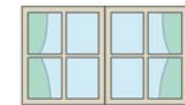


職場で出来る温度管理

エアコンの噴出し口からの風が直接当たる場所では、夏は寒く・冬は暑い傾向にあります。エアコンの風は天井や壁に近い方に向けて、人に直接当たらないようにしましょう。

その他、以下のような工夫をすることで、快適に過ごすことが出来ます。

- ・扇風機やサーキュレーターで空気の流れをつくる。
- ・パソコンの本体などの放熱する機械類は、足元などに設置する。
- ・電気ポットなどは、執務スペースではなく、給湯室に配置する。
- ・窓からの日差しを、夏はカット、冬は有効活用する。
- ・出入り口付近の席は、共有スペースとして、長時間利用しない。
- ・電球を蛍光灯またはLED電球に取り替える。
- ・部屋の広さに応じた、人員配置を行う。



これらの対策を行っても、暑さ・寒さの感じ方には個人差があります。クールビズやカーディガン・ひざ掛けの活用など、各自で工夫しましょう。



職場で出来る湿度管理

湿度が低いと、鼻、のど、口の粘膜や、目、皮膚が乾燥し、風邪や疲れ目の原因にもなります。

また、インフルエンザウイルスは低湿度で活性化します。

40%以上の湿度を保つ為に、以下のような工夫をしてみましょう。

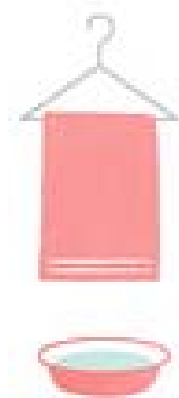
・加湿器を利用する。

加湿器は、お湯を沸かすタイプまたは気化式のタイプを使用しましょう。
超音波でミストを出すタイプは、OA機器に影響が出る場合があります。



・濡れたタオルやコップに入れた水を置いておく。

水分の自然気化を利用して加湿する方法です。気化式の加湿器と比べると、効果は低いです。



・観葉植物を置く。

植物には適度な保温加湿作用があり、冷房や暖房による室温低下や空気乾燥を抑えてくれる効果があります。

