

Guide 1 電磁波を遮断する森林  
自然が人間を守ってくれる

観 葉植物やサボテンが電磁波をカットする……という噂もあるようだ。それを坂部先生に尋ねると、「部屋のなかに観葉植物1本を置いて、電磁波カットの意味はありませぬ。ですが森林のなかに入ると電波が届かなくなるので、遮蔽物の役割を果たしていると思います。ビルの谷間で携帯の電波が入らなくなるのと一緒。でも機種によるのですが、携帯は遮断されると電波を探しますから、逆に電磁波を多く飛ばし始めます」。つまり、電波の悪いところでの通話は要注意。また、狭い空間で3〜4人が携帯で話している環境も危険だという。

### Electrical Wave Guide それでも気になる人の… 電磁波対策ガイド

「電磁波は健康を害する」と、頭から決め付けて必要以上に反応するのもストレスになってしまうけど現状を知り、自分の身を自分で守っていくことも大切

Guide 2 巷で出回る電磁波防止グッズ  
その予防効果はいかに？

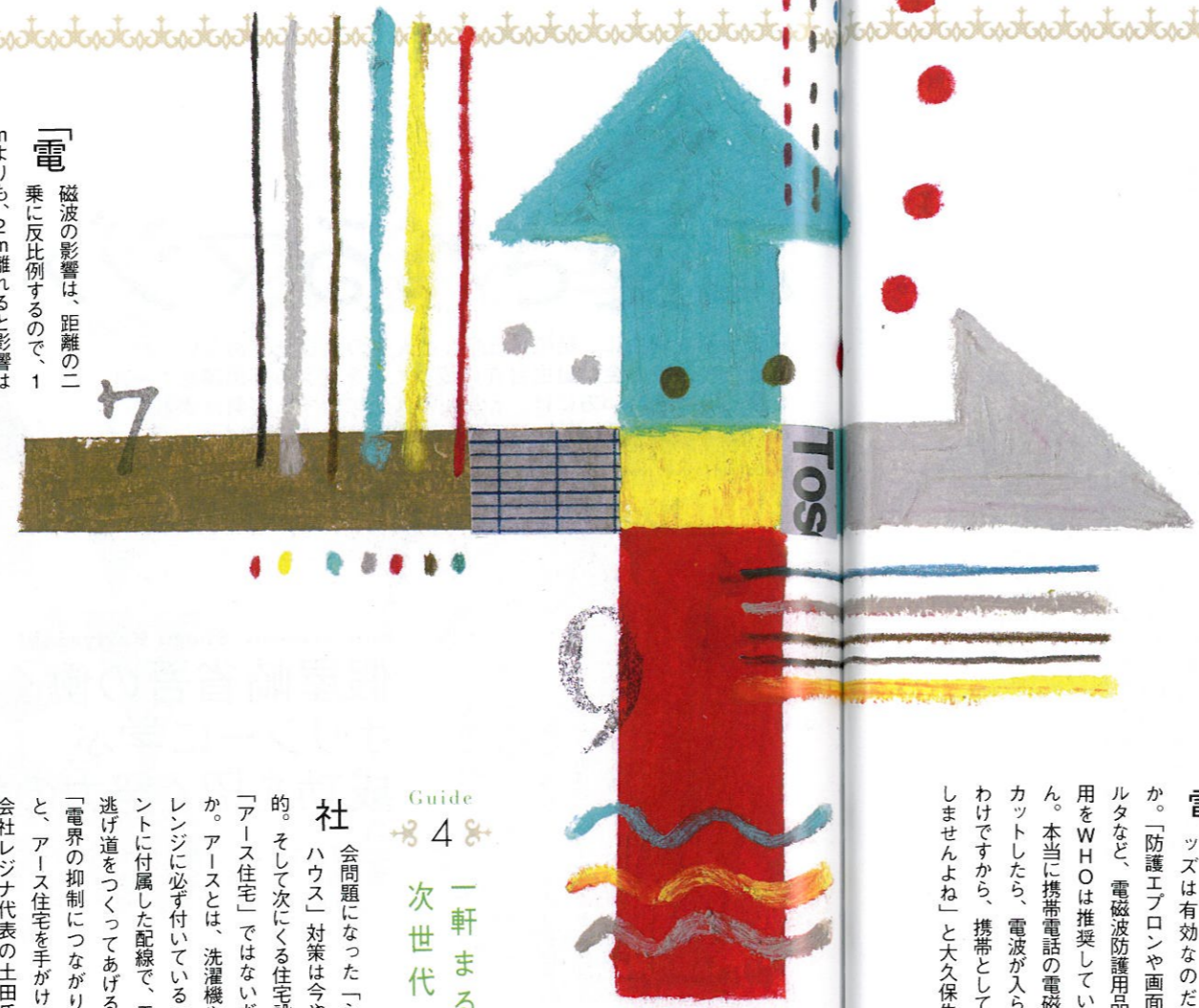


電 磁波対策のさまざまなグッズは有効なのだろうか。「防護エプロンや画面フィルターなど、電磁波防護用品の使用をWHOは推奨していません。本当に携帯電話の電磁波をカットしたら、電波が入らないわけですから、携帯として機能しませんよね」と大久保先生。

「電磁波シートなどの製品は、もともと機械用につくられていたものでした。コンピューターの内部で、隣のデータを感じ取って誤作動するのを防いだり、データが盗まれるのを防止するためです。それを人にも応用しますが、役立つかどうかは議論がありますが、電磁波が気になって

ストレスになるほうが問題。使用してもマイナスに働くことはないでしょうから、不安感を安心にスイッチできるなら良いのでは」と坂部先生。電磁波防止グッズは、「お守り」みたいなもの。それによって、「電磁波から守られている」と本人が納得することが一番のようだ。

Guide 5 ベッドの向き、ソファの位置はどこに？  
ガウスメートルで家の電磁波を調べよう



Guide 4 一軒まるごとアンチ電磁波！  
次世代・未来型のアース住宅

社 会問題になった「シックハウス」対策は今や一般的。そして次にくる住宅設備が「アース住宅」ではないだろうか。アースとは、洗濯機や電子レンジに必ず付いているコンセントに付属した配線で、電気の逃げ道をつくってあげること。「電界の抑制につながります」と、アース住宅を手がける株式会社レジナ代表の土田氏は語る。「一軒家の場合、屋内配線によって2階の床から強い電界が出ています。マンションは床下の配線は少ないものの、壁に配線が多い。アース住宅は配線

「電 磁波を測定すると、発生源からどのくらい離れると良いのかという目安になります」と三好先生。使用するものは、電磁波測定器(ガウスメートル)という聞き慣れないマシン。取り扱っているガウスネットの懸樋さんに使用方法を伺った。プレーカーをつけた状態で、家電製品のスイッチをオンオフにして測定します。スイッチをオフにしても、コンセントにつながる配線から電磁界が発生していて、生活空間に及んでいる場合があります。また、プレーカーを落とした状態で測定すると、家の外、電線などからの影響をみることもできます。マシンは理系でない人でも扱える簡単なものもあるそうだが、より詳しく調べるなら、電磁波測定サービスを行う住宅建設会社、電気会社などのプロにお任せしよう。

取材協力：レジン  
<http://www.regina-life.com>

取材協力：ガウスネット <http://www.gsn.jp>

「電 磁波の影響は、距離の二乗に反比例するので、1mよりも、2m離れると影響は4分の1に弱くなります」と三好先生。電磁波の影響が比較的に強い家電を尋ねたところ、身体との距離が短い製品に要注意とのこと。なかでも挙げられるのが、電気毛布、電気カーペット、電気コタツ。「使用する時には、強」で温めておいてから、スイッチを切るが良いでしょう。パソコン、テレビは液晶を選んで。また大久保先生によると、

WHOでも防護手段として距離を置くことを提唱しているそうです。家電の位置も考えてみると良いだろう。「フジオ時計など、ベッド脇に置く電気機器の配置を変えること。眠る時には、頭の周りに家電がくるのをなるべく避ける。携帯電話はハンズフリーのヘッドホンを使用すると良いでしょう」。

Guide 3 電磁波対策で最も有効なのは  
発生源から遠く離れること

