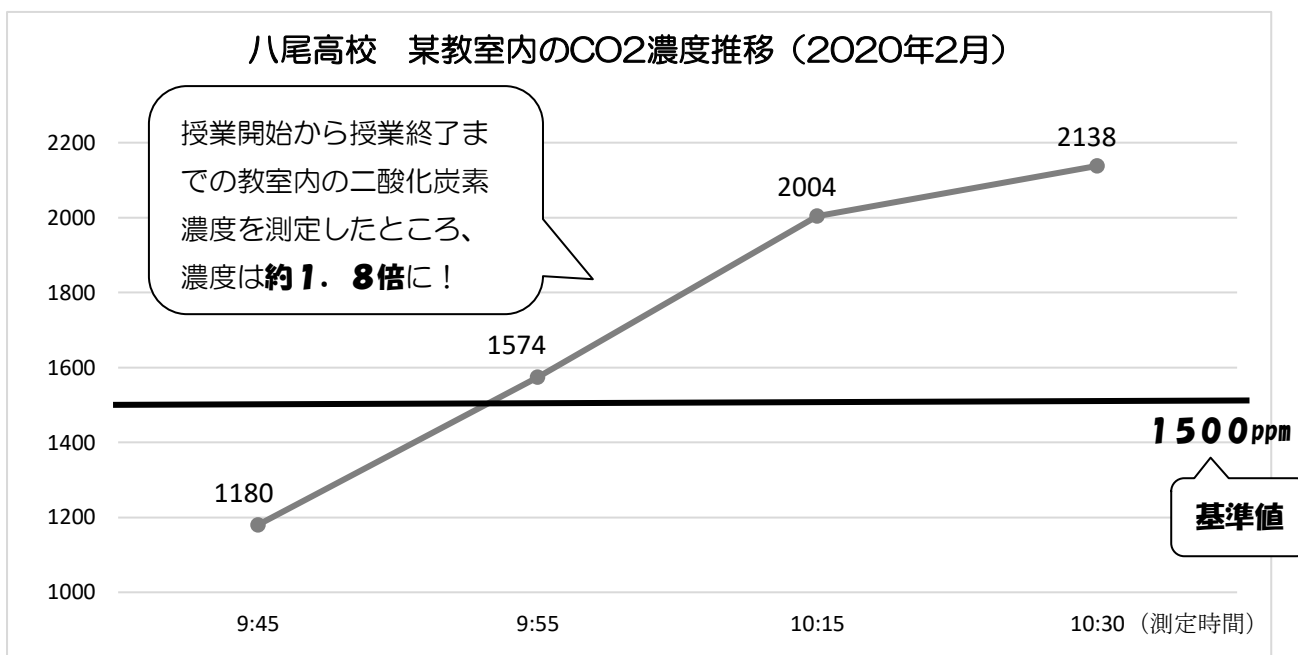


換気をすると、授業に集中できる！？



昨年2月、2限の授業をしている教室内の二酸化炭素濃度を測ってみると、授業開始時点で1000ppm超、そしてわずか10分で基準値の1500ppmを超えてしまいました。

右記が、二酸化炭素濃度別の身体症状です。二酸化炭素濃度が1000ppmを超えたあたりから、集中して授業を受けるのに支障が出てきます。この教室では

◆二酸化炭素濃度が高いとどうなるの？◆

約400ppm

1000ppm～

2000ppm～5000ppm

5000ppm～

通常の外気の濃度

集中力、思考力の低下

眠気・頭痛・吐き気・倦怠感・呼吸困難

最悪の場合、死に至る

ちなみに…
廊下のCO2濃度は406ppm

2限スタート時点から授業に集中しにくい状態であり、授業開始後30分で眠気や頭痛、吐き気等を催しやすい状態になっています。

呼吸による二酸化炭素の排出に加えて冬季は暖房を使用するので、冬は二酸化炭素濃度が特に上がりやすいのです。効率の良い学習という面からも、換気は重要です。

汚れた空気を入れ替えると、心も体も運氣もよくなる



二酸化炭素以外にも、空気中にはハウスダストや空気中の塵、湿気など、掃除をただけでは取り除けない体に悪いモノがたくさん舞っています。窓を閉め切っていると、それらがどんどん濃密になり、心身の状態に影響してくるわけです。

風水的にも、流れ続ける川の水がいつまでも清いように、空気を入れ替えることで新しいエネルギーをどんどん取り込んでいると、良い運氣が舞い込んでくるといわれています。

どんどん換気して、心身ともにスッキリした毎日を過ごしましょう！