

## 【取材調整可能・有識者(大学教員)のご紹介】

**今年も「最も暑い夏」か 室内でも早めの熱中症対策必須  
エアコンの使い方/換気法について**

摂南大学 理工学部 建築学科 宮本 征一(みやもと せいいち) 教授

摂南大学（大阪府寝屋川市、学長:久保康之）では、9学部17学科にわたる専門分野を持つ教員への取材を受け付けております。

日本列島はこの夏も猛暑に襲われそうです。気象庁が発表した最新の3カ月予報によると、6～8月の平均気温は全国的に高く、特に8月は暑さが厳しくなると予想されています。気象条件次第では、観測史上最も暑かった昨年に匹敵する「災害級の暑さ」となる可能性が高いです。また、日本気象協会は早めの熱中症対策として、エアコンの点検や体を暑さに慣れさせる「暑熱順化」を呼び掛けています。

エアコンの使い方をはじめとした「家での過ごし方」に関して、**摂南大学 理工学部 建築学科の宮本征一教授**を紹介します。換気の仕方、熱帯夜を過ごすための効率的なエアコンの使い方、電気代節約術、冷房病にならないエアコンの使い方、冷房と除湿の使い分け、快適に過ごせる住宅選び、体型と体感温度の関係など幅広い内容について解説可能です。

ご取材希望の方は下記PR事務局までご連絡ください。

## ◆プロフィール

**所属** : 理工学部 建築学科  
**職位** : 教授  
**学位・資格** : 博士（工学）  
**職歴** : 摂南大学 理工学部 建築学科 教授  
**所属学会** : 日本建築学会、空気調和・衛生工学会、家政学会、人間-生活環境系学会、日本生気象学会、日本人間工学会



宮本 征一 教授

## ◆お話しできること

## ・熱帯夜を過ごすための効率的なエアコンの使い方について

エアコンのタイマー設定で快適に過ごすのは難しい。  
暑くて夜中に目覚めないためには、高めの温度設定の冷房を朝までつけておくのが良い。

## ・冷房病にならないエアコンの使い方

いきなり低い温度でつけると急激に冷えてしまう。28～30度の設定で、ある程度冷やした上で、風が直接当たらないように扇風機を回すと冷たい空気が部屋に循環して涼しくなりやすい。

## ・夏風邪対策には換気！効率的な換気の仕方とは？

窓を細く開けるだけでは不十分！対角線上の窓を5分間全開にするのがベスト。  
対角線上に窓がない場合は、窓に向けて扇風機を回すと良い。

その他、冷房と除湿の使い分け方、快適に過ごせる住宅選び、体型と体感温度の関係等お話可能です。  
※できる限り調整をさせていただきますが、取材のタイミングによってはお受けできない可能性もある旨ご了承ください。

## 【報道関係者様のお問い合わせ先】

摂南大学PR事務局（アンティル内） 担当：佐藤、姉川、藤井、水原  
TEL : 06-6225-7781 E-MAIL : setsunanagri\_pr@vectorinc.co.jp