

岡田幹治さんの「香害講座」（香りの公害）

2018 年 12 月 11 日

我部山 民樹

いきいき大学教養文化教室の講座にて

講師 岡田幹治氏

ジャーナリスト

講座を聴講して、自分なりに理解できた範囲である。

60 年ほど前にプラスチックが合成されてから種々の化学物質が合成され、今では 10 万種類ほどあると言われている。香りブームが広がり、これらのごく微量の化学物質に反応し、全身にさまざまな症状が出る化学物質過敏症 (CS) の患者が増えてきている。今や一種の公害である。香りの公害、すなわち香害である。芳香柔軟剤や消臭スプレーの使用が増えてきているが、用心すべきだ。香りブームが広がってきた 2012 年頃から、CS の相談が急増している。

香料の評価は業界任せになっている。

(NPO 法人「日本消費者連盟」がスポット的に「香害 110 番」を開設した時、窓口の電話が鳴りっぱなしになるほどの反響だったとの記事を見た。)

1. 化学物質の無かったところには発症しなかった症状が増えてきている。

① 化学物質過敏症 (CS)

‘いろいろな種類の化学物質に敏感で、普通の人は何も感じないような化学物質を吸い込むだけで、身体が動かなくなったり、頭がぼんやりして何も考えられなくなったり、声や言葉が出にくくなったりします。まるで認知症になったように感じる人もいれば気力が萎えて来て生きているのが面倒になる人もいます。そして空気の清浄なところに身を置いていると、症状が薄らいでいくのです。こうした症状を化学物質過敏症 (CS または MCS) と呼びます。’ (著書の原文のまま)

様々な症状が出て、生活に影響が出る

- ・ 学業が続けられなくなる
- ・ 職場がつかなくなる
- ・ 職場を変えた
- ・ 転居した

② シックハウス症候群 (SHS)

C S に似た症状を発症する。

建物の新築やリフォームが原因で発病する。

建材や家具等に使用される「揮発性有機化学物質（VOC）」やハウスダストが原因。例えばホルムアルデヒド、クロルピリホス

③ 化学物質が深くかかわっているアレルギー性疾患

- ・ 気管支喘息
- ・ 食物アレルギー
- ・ アトピー性皮膚炎

④ 花粉症

多くの先進国に共通する「環境病」である。

⑤ 不妊症

ホルモンかく乱物質（例えば EDC）がかかわっている。環境ホルモンと言われている化学物質が原因

6 組に一組のカップルが不妊に悩んでいるといわれる。

不育症も増えている。（流産、死産、早期新生児死亡）16 人に 1 人の割合と推定

男性の尿道下裂・停留精巣、精子数減少にも影響

⑥ 発達障害

- ・ 自閉症スペクトラム障害（ASD）＝空気が読めない等
- ・ 注意欠如多動性障害（ADHD＝衝動性が強い等
- ・ 局限性学習障害（LD）＝聞く・話す・読む等のうち、特定のことが苦手

⑦ 発達障害の環境要因

- ・ 過去数十年で急増＝化学物質の急増を中心とする環境変化
- ・ 裏付け＝いくつもの疫学調査
- ・ ①発達神経毒性を持つ化学物質
- ・ ②出産前後のトラブル（ 早産，低体重、喫煙）
- ・ ③養育期のトラブル（虐待、無視、低栄養）
- ・ ④感染による免疫異常

2. CS に影響のある香り付き商品使用と症状の調査

① 香りつき商品（1）

8 割の人が使用している。

シャボン石鹼のネット調査による

- | | |
|---------------------------------------|-----|
| ・ 香り付き製品を日常的に使用
（柔軟剤、洗剤、シャンプー，制汗剤） | 8 割 |
| ・ 柔軟剤などのニオイで不快 | 79% |
| ・ 人口的な香りで体調不良 | 51% |
| ・ 香害を知らない | 61% |

②香り付き商品（２）

５年前から急増

- ・ 2012 年、大手 3 社が「香りつき柔軟剤」、P&G が「香りつき専用商品」を発売
- ・ その後、各社は香りが強く・長持ちする商品を投入（慣れてくると感じにくくなる）
- ・ 柔軟剤の売り上げ 2009 年で 750 億円→2015 年の売り上げ 1130 億円へ 1.5 倍に
- ・ 消臭除菌スプレー、制汗剤、整髪料などに広がり、最近では文房具や洋服まで

③香り付き商品（３）

香りの空間演出

- ・ アロマオイルを拡散器で流すサービス。流すのは精油（天然ではなく、精油だと微量の不純物もあり、その不純物が香害の要因）が中心
- ・ 商業施設、美容院・病院・福祉施設、図書館、水族館、結婚式場など、あらゆる空間に
- ・ 名鉄バス＝ 香りを車内に拡散させる車両を夜間高速バスで運行
- ・ 全日空・日本航空＝ 海外路線などでアロマ噴霧のおしぼりサービス

④香り付き商品（４）

効果と被害

- ・ 神戸市立の 7 図書館 「わからない」が 47%、
「気づいていた」は 22%
- ・ 日本航空＝ MCS（CS）患者が体調不良
- ・ ある産婦人科＝妊婦が芳香消臭剤のニオイで動悸・吐き気・子宮に差し込むような痛み
- ・ ◆中止の例＝ 東京急行電鉄（首都圏）のアロマ散布、埼玉県熊谷市・神奈川県厚木市のアロマサービスなど

3. 身を守るには

① 複合環境汚染の時代

- ・ ①化学要因＝化学物質
- ・ ②物理要因＝電磁波、低周波音、家庭用給湯器などによる振動
- ・ 生物要因＝カビ・ダニ・O157 など
- ・ 精神要因＝ストレスなど

複合的に汚染されている生活環境の中で健康に保つにはどうしたらよいか

- ・ ◆化学物質過敏症（MCS）患者は「炭鉱のカナリア」

② 化学物質の使用を減らす

- ・▽有害物質＝芳香剤・消臭剤は使用しない
- ・▽洗剤類＝合成洗剤を石鹼に替える
- ・▽衣類・寝具＝できるだけ天然素材を
- ・▽化粧品類＝表示をよく見て
- ・▽染毛剤＝使うなら 100%植物のものを
- ・▽換気が重要＝トイレや台所では換気扇を
- ・▽掃除は丁寧に＝水拭きが有効
- ・◆子供は小さな大人ではない！

③ 安全な食材を

- ・▽米・野菜＝無農薬・有機・自然栽培のものを
- ・▽肉類・鶏卵＝安全な飼料で育ったものを
- ・▽魚介類＝天然ものと自然塩加工のものを
- ・▽お茶＝無農薬・有機・自然栽培を
- ・▽加工食品＝なるべく利用しない
- ・▽塩＝精製塩でなく、天然のものを
- ・▽水道水＝浄水器を通す
- ・(CS 支援センター『対策と予防』)

④ 抵抗力をつける

- ・◆健康増進＝食事・運動（日に数千歩を歩く）・体と心の休養（睡眠・気分転換）
- ・▽解毒作用＝グルタチオン・タウリンなど
- ・▽過剰な活性酸素の除去＝ビタミン類（とくに C・A・E）とミネラル（とくにマグネシウム・カルシウム）の摂取を
- ・(宮田幹夫・そよ風クリニック院長)
- ・◆中食・外食はミネラル不足！

⑤ 免疫力を高める食事

- ・▽好ましくない＝農薬・食品添加物などを含む食物、油脂・砂糖、冷たい物
 - ・▽好ましい＝体を温める料理（具たっぷりの味噌汁・シチューなど）・野菜（根菜類など）
 - ・▽一汁三菜の和食＝ご飯と汁、肉・魚などの主菜、野菜・海藻などの副菜と果物
 - ・◆よく噛んで、ゆっくり食べる＝食べる行為の簡便化が進んでいる
- 以上

文献 岡田幹治：香害、株式会社金曜日、2017