

快眠の作法

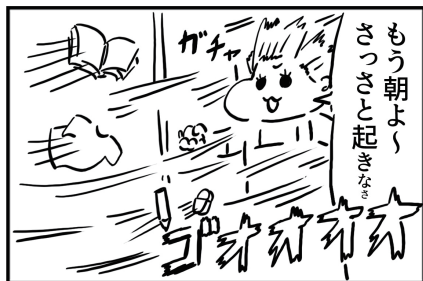
第 141 号
2026/7/24

Q

蚊取り線香は火の始末が心配なのですが他に蚊の対策になるものはありますか？

A

蚊は少しの風でも飛行がしにくくなりますので扇風機を回して眠る、という方法もあります。



夏の夜の睡眠を妨げる蚊は扇風機の風で追い払うことができます

蚊への対策として、代表的なものといえば蚊取り線香や電気式蚊取り機です。しかし、中には火の始末や薬剤のにおいなどの問題でこれらを使いたくないという方もいらっしゃると思います。そのような場合の代替策となるのが扇風機で、蚊は体重が軽く少しの風でも飛行困難になります。扇風機を付けながら寝ることで蚊を追い払いつつ睡眠が取れますが、風による寝冷えをしないよう風の向きや強さにはお気を付けください。



快眠の作法バックナンバーはこちらから検索で見ることができます

ヌノヤ 快眠の作法

検索