

## コロナ・パンデミックに対するバウビオロギーからのコメント

現在支配的なニューストピックは「コロナ・パンデミック」です。

この危機が私たちに一つのことを教えてくれるなら、それは、何よりもできる限り基本的体質が、感染の深刻な結果に対する最良の保護であるということです。

これまでのところ、ほとんど例外なく、以前に病気にかかっていた、既往症をおもちの年配の人が感染症の生命にかかわる発症に脅かされていますが、若くて健康な人はしばしばウイルスを持っていることすら気づいていません。

「建設と居住」のテーマに関連して、この認識をどのように活用できるでしょうか？

バウビオロギーが、答えと解決策を提供します。

(特に、バウビオロギーは、構築された環境が人と自然に与える影響を扱います。)

バウビオロギーの基本原則は次のとおりです：

すべてのリスク低減は（建設的であるため）目指すべきであり、予防はアフターケアよりも優れています。

その象徴的絵姿としては：「あふれる樽＝免疫システム」



現代人が閉じた部屋（車内含む）で一日の90%以上を過ごし、その大部分を自宅で過ごすことを考えると、自宅の居住環境（特に睡眠場所）がどれほどストレスが少ないかが、すぐに明らかになるはずですが、そうであれば樽はオーバーフローしません。

いくつかの本質的に推奨される対策を簡潔にまとめました：

建築材料：

—できるだけ自然なもので、化学添加物を可能な限り含まない材料。

—調湿性をもった材料を選択（自然断熱材、木材表面、石膏、粘土、ケイ酸塩塗料、オイル（含浸性）塗料を使用したフローリング...）

最強の免疫システムのための生物学的ソリューションの構築

### 建物の躯体（構造体）：

—新築物件の湿気を回避（乾式工法の勧め）

—断熱と蓄熱のバランスをとる

—良好な暑さ・寒さ対策（躯体性能）

### 屋内空気：

—24 時間にわたって衛生的に問題のない換気回数の確保

\* ドイツですら、24 時間換気の必要性を訴えています

—有害なカビ、真菌などを回避（例：カビの温床となりうる洗面ボール、洗面台、浴槽、冷蔵庫の凝縮水トレイを定期的に清掃し、カビの成長を防ぐために酢酸で満たす。換気設備を定期的に清掃すること）

### 設備：

—シールドされたケーブルによる「エレクトロスモッグ」に対する保護、高周波の遮蔽

—低周波音の回避

—最適な飲料水品質の確保（温水タンクのメンテナンス契約を含む）

—暖房の輻射熱を優先（例：低温の床暖房）

—ほぼ自然な照明条件をつくり、ちらつきのないランプを使用

### その他：

—トイレ、洗面などセンサー付き水栓の選択

—香りのキャンドル／洗剤／家具／ジュータン／カーテンには、成分内容の明らかな、信頼のおける製品を選ぶ

### この意味で：

住まいはあなたの「ノアの箱舟」ですから、良き再生工場（特に寝室）となるように、そしてあなたの体質全体が強化されますように、そのような環境をつくりだしましょう。

