

「**香害**」とは、合成洗剤や柔軟剤、化粧品等に含まれる合成香料（化学物質）によって、さまざまな健康被害が誘発されることをいいます。近年では、この人工的な香料が原因となって「**化学物質過敏症**」を発症する人もいます。

技術が進み、特定の化学物質（香料、抗菌、消臭成分）をマイクロカプセルに閉じ込め、少しずつはじけさせることで「香り長持ち」の洗剤や柔軟剤が増えたため、化学物質が衣類や皮膚に付着するだけでなく、大気中、水中、土壌中に長時間漂ってしまうようになりました。「消臭」機能のためにも香料が使われています。元の匂いは消えておらず、別の香料で上乗せしてあるだけです。

このマイクロカプセルは刺激によって破裂することで香料を放出します。「いい匂い」がしたときは、それが入っていたマイクロプラスチックも吸い込んでいます。キャップ1杯には、1億個のマイクロカプセルが入っています。このように一度に多くの化学物質にふれる、少しずつ吸収することで、「化学物質過敏症」を発症します。仕組みは花粉症に似ています。いま「香害」でない人もいつ発症するか分からないのが「化学物質過敏症」です。

化学物質過敏症の症状

目やのどの痛み、頭痛、吐き気、めまい、皮膚疾患など・・・

以前はシックハウス由来の人が多かったのですが、近年「香害」が原因で発症する人が増加しています。

身体の小さなペットは人間よりも影響を受けやすいです。



出典：消費者庁、文部科学省、厚生労働省、経済産業省、環境省による香害啓発ポスター

どう選べばいいの？

せっけん洗剤は天然の素材で作られており、柔軟剤なしでもふっくら仕上がります。しかしせっけん洗剤はハードルが高い・・・という場合は、「無香料」と書かれた洗剤なら、成分がシンプルで安心です。**「無香料」ならマイクロカプセルは入っていません。**

匂いの感じ方は人それぞれですが、同じ匂いを嗅ぎ続けると香りに慣れてしまい、感じにくくなります。最近の製品は「香り長持ち」のため、衣類に香料が残留して蓄積されていくため、使用量を守っても香りは増していきます。だから、ときどき「いろんな製品のいろんな香りが混ざってとても強いにおい」になっている人がいます。香り付きの商品ばかり買いそろえていないか、同時に使用しすぎているか、今一度自分の持ち物を振り返ってください。汗拭きシートや整髪料も、「無香料」の商品があります。



その香り、困っている人もいます

そのにおいで、困っている人がいます

（出典：厚生労働省ホームページ（以下 HP）、消費者庁 HP、静岡県公式 HP、はじめよう！無香料生活@埼玉の会、「香害」認知を広める会）