

【霧ヶ峰 Times】～霧ヶ峰は、快適な室内環境づくりの情報をお届けします～

使い方を誤るとエアコン暖房が観葉植物の大敵に… プロが教える！冬、観葉植物を枯らさない方法とは？

コロナ禍で注目が集まる観葉植物！冬に枯らしたことがある人 48.8%

三菱電機 霧ヶ峰 PR 事務局は、冬、エアコン暖房が設置されている室内で観葉植物を育てている 30～50 代の男女 600 名（東京・大阪在住）の方を対象に、意識調査を実施しました。調査によると、コロナ禍になって以降（2020 年 1 月以降）から 2 人に 1 人以上が新たに観葉植物を育て始めており、コロナ禍において生活様式が変化したことで、観葉植物への関心が高くなっていることが伺える結果となりました。また、多くの人が冬に観葉植物を枯らした経験があることがわかりました。

そこで、屋内植物アドバイザー協会代表理事 谷奥俊男さんより、観葉植物を枯らさずに冬越しさせるための、室内環境づくりのポイントを解説いただきます。



1 コロナ禍で新たに観葉植物を育て始めた人は 60.2%。冬の観葉植物に関するお悩みは「観葉植物にとって適切な室温であるか、わからない」が 1 位！

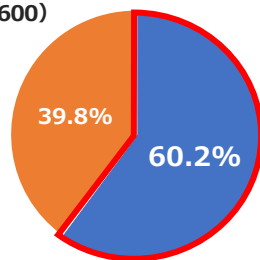
三菱電機 霧ヶ峰 PR 事務局が行った調査によると、コロナ禍以降、観葉植物を新たに育て始めた人は 60.2%となりました（グラフ 1）。新たに育て始めたきっかけとしては、「コロナ禍でおうち時間が増えたから」が 40.7%で 1 位となりました（グラフ 2）。

コロナ禍以降（2020 年 1 月以降）、観葉植物を新たに育て始めましたか。

※元々観葉植物を育てている、追加で育て始めた場合も含まれます

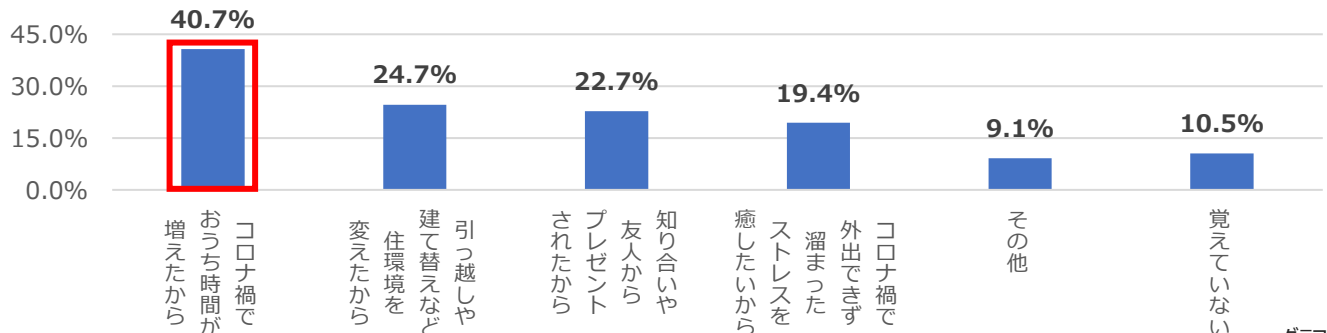
(n=600)

■ はい
■ いいえ



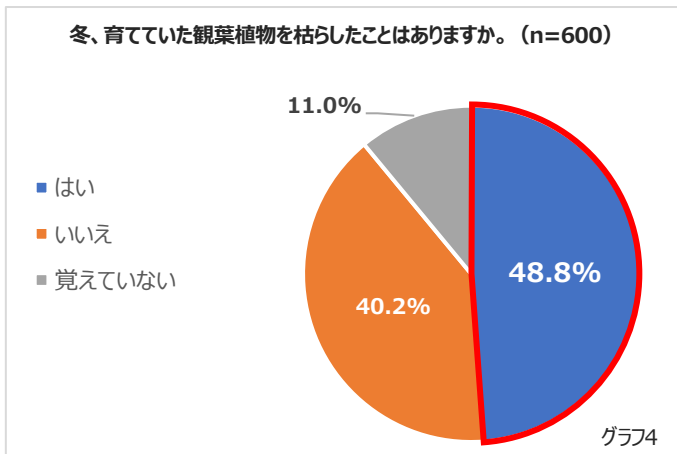
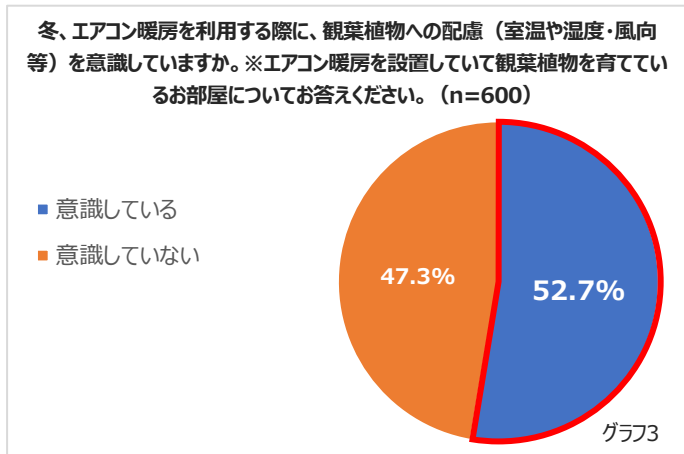
グラフ 1

観葉植物を新たに育て始めたきっかけとなる出来事を教えてください。（いくつでも） (n=361)



グラフ 2

また、「冬、エアコン暖房を利用する際に観葉植物への配慮（室温や湿度・風向等）を意識している」と回答した人は半数以上となりましたが（グラフ 3）、「冬、育てていた観葉植物を枯らしてしまったことがある」と回答した人も 48.8%と多く見られ（グラフ 4）、冬の観葉植物の育て方の難しさを表す結果となりました。



更に、冬、エアコン暖房が設置されているお部屋で観葉植物を育てる際に、その部屋の環境について気になっていることや困っていることとしては、「観葉植物にとって適切な室温であるか、わからない」や「観葉植物にとって適切な湿度であるか、わからない」が上位となりました（表 1）。

冬の観葉植物 育てる環境
【お悩みランキング】

冬、エアコン暖房が設置されているお部屋で観葉植物を育てる際に、その部屋の環境について気になっていることや困っていることはありますか。当てはまるものをお知らせください。（いくつでも）（n=600）※上位 4 位までの回答抜粋

1 位	観葉植物にとって適切な室温であるか、わからない	43.3%
2 位	観葉植物にとって適切な湿度であるか、わからない	38.3%
3 位	エアコン暖房の温風が観葉植物にあたっているかどうか、気になる	33.2%
4 位	観葉植物にとって適切な換気の仕方がわからない	21.7%

表 1

2 観葉植物は冬が苦手。その理由とは？



谷奥俊男（タニオク トシオ）

株式会社 COTOHA 代表取締役、屋内植物アドバイザー協会 代表、
屋内緑化推進協議会 理事、一般社団法人花いけバトルプロジェクト 理事

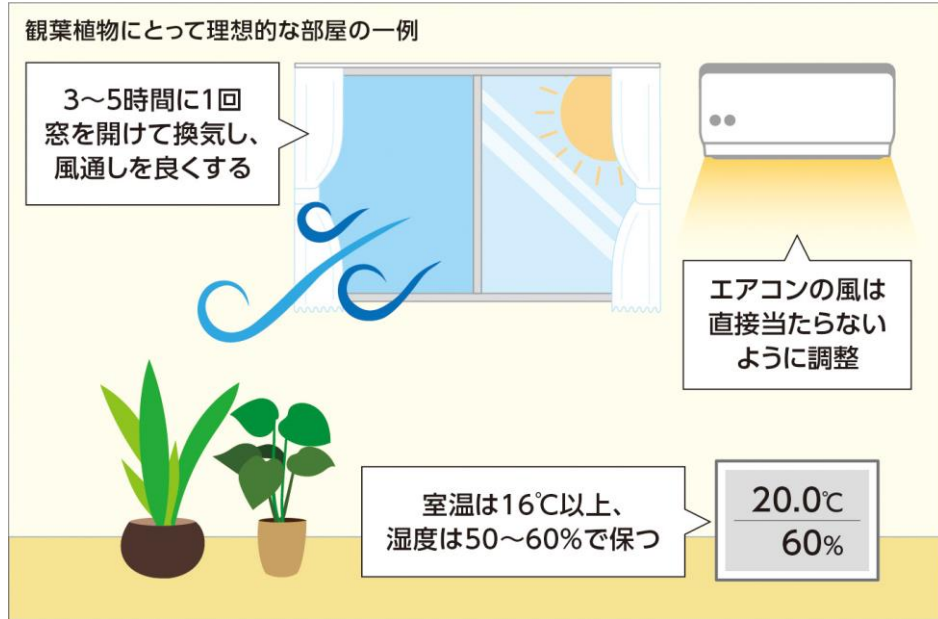
1966 年生まれ、京都市出身。京・西陣の実家の花屋で 25 年勤務後、独立し現在のインドアグリーン専門店 cotoha とフラワーショップ BOOM を経営。花・植物を身近に感じていただける『きっかけ』として様々な活動を展開。
その他、【枯らしてほしくないプロジェクト】として消費者に寄り添うアフターサービスを全国 47 都道府県に 1 社同志を募って現在 27 都道府県に仲間を拡大中。

谷奥さんによると、観葉植物とは、本来、熱帯や亜熱帯地域の屋外で育っていた植物を、太陽光を遮光したハウス内で屋内用植物として順応させた植物を指すとのことです。**観葉植物は本来熱帯や亜熱帯地域の植物なので、寒さが本格化し、乾燥する冬は観葉植物にとって厳しい環境になるそうです。**

寒さが本格化し、エアコン暖房の使用頻度が高まるこの時期は、エアコン暖房の乾燥による観葉植物への悪影響にも注意が必要です。

3 観葉植物のプロが教える理想的な室内環境づくりとは？エアコン暖房による乾燥にも要注意！

表1のお悩みランキングで紹介した4つのお悩みに対して、谷奥さんに解決策をお聞きました。



①お悩み第1位：観葉植物にとって適切な「室温」であるか、わからない

⇒解決策：観葉植物を楽しむには、室温は最低限 10℃を下回らないように！成長させたい場合は常時 16℃以上をキープしましょう。

観葉植物には「停滞期」と「成長期」があります。室温が 1～15℃の場合は「停滞期」に入り、成長を止めて休眠状態になります。「停滞期」の中でも、室温が 10℃を下回ると葉を落としてしまうため、せっかく育てた植物の葉を観て楽しむことができません。そのため、室温が 10℃以下にならないように気をつけ、夜間などの室温が下がる時間帯は、エアコン暖房などを活用し、室温を維持できると良いでしょう。

また、室温が 0℃を下回ると水分を含んだ土が凍り、根がいたんで枯れてしまう可能性が高いため、長期間家をあける際は、保温カバー等で鉢を覆い、土を冷やさないように防寒対策を行いましょう。

室温が 16～25℃の場合は「成長期」に入り、新芽が出てきて生き活きと育ち始めます。そのため、冬の間も観葉植物を大きく育てたいのであれば、常時 16℃を下回らないようにしましょう。

室温	観葉植物の状態
0℃以下	枯れてしまう
1～9℃	停滞期① 休眠状態となり、成長を止めて葉を落とす
10～15℃	停滞期② 休眠状態となり、成長は止まるが葉はついたまま
16～25℃	成長期 新芽が出てくるなど、成長する

表2

②お悩み第2位：観葉植物にとって適切な「湿度」であるか、わからない

⇒解決策：室内の湿度は 50～60%が理想！湿度管理が難しければ葉に霧吹きをして乾燥を防ぎましょう。

観葉植物にとって適切な湿度は 50～60%です。冬場は乾燥により、ハダニ、カイガラムシ等の病害虫が発生したり、蒸散のスピードが早まり根から水分を吸い上げるのが追いつかず葉が乾燥して枯れてしまったりする等のリスクがあります。そのため、加湿器等を活用して室内の湿度を調整したり、霧吹きで葉に水をかけてあげたりして葉の乾燥を防ぎましょう。

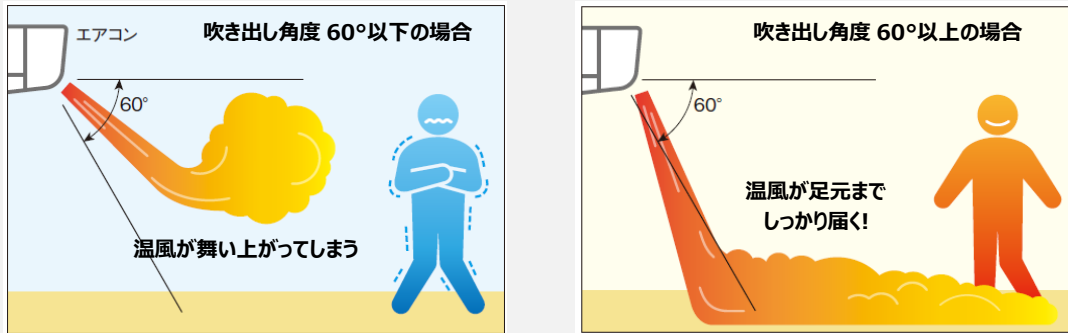
③お悩み第3位：エアコン暖房の温風が観葉植物にあたっているかどうか、気になる

⇒解決策：観葉植物の位置や、エアコン暖房の風向を変え、風が観葉植物に直接当たらないように調整しましょう。

エアコン暖房から出る乾燥した風が観葉植物に当たると、乾燥によって②で説明したリスクが生じるため、観葉植物がある部屋でエアコン暖房を使用する際には葉に風が直接当たらないように観葉植物を置く場所を変えるか、エアコン暖房の風向きを変えることをおすすめします。

【コラム】観葉植物に直接温風をあてず、部屋全体を暖める方法とは？

暖房時にエアコンの風を観葉植物に当てないようにと風向を水平にしてしまうと、お部屋が暖まりません。そんなときは、空気の特徴をふまえ「下向き」に吹き出すように風向設定しましょう。吹き出し角度は水平に対して 60°以上、下向きの風向設定がおすすめです。また、温風は床面に届いて床を伝って部屋全体に広がる性質があるので、風速を「強」にして床面まで届くようにするのがおすすめです。



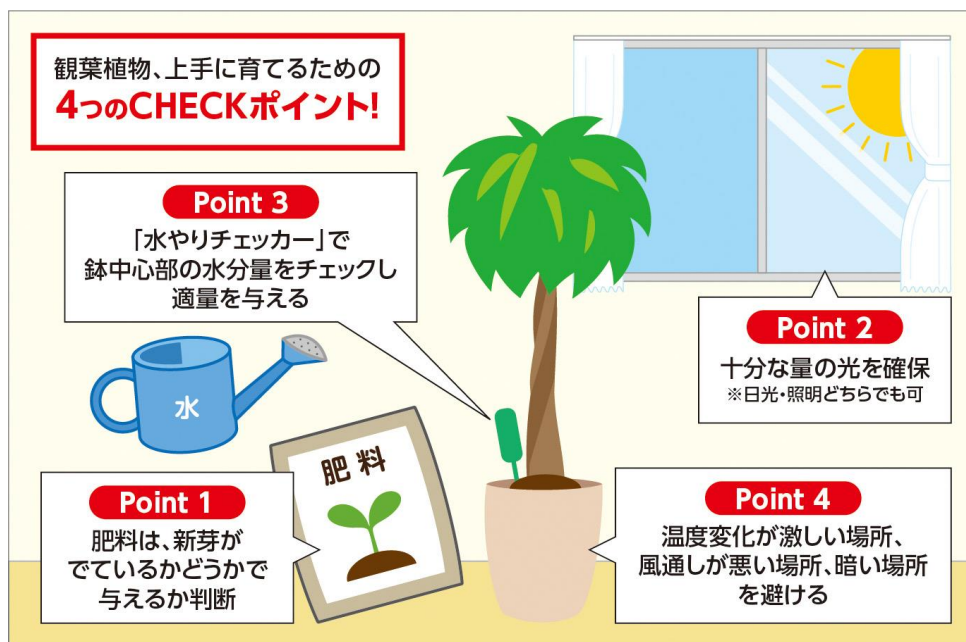
④お悩み第 4 位：観葉植物にとって適切な換気の仕方がわからない

⇒解決策：定期的に換気を行い、室内の空気を入れ替えましょう。

室内によどんだ空気が滞留していると病虫害が発生しやすくなります。そのため、お部屋に 24 時間換気システムが設置されている場合であっても、1 日に一回は換気を行い、室内の空気を入れ替えをしましょう。また、お部屋に 24 時間換気システムがついていない場合は、3～5 時間を目途に換気を行うことがおすすめです。

4 プロが教える観葉植物の世話の仕方、4つのポイントとは？

更に、観葉植物を上手に育てるためのポイントを 4 つ、谷奥さんに教えて頂きました。



Point 1：【肥料の与え方】

⇒観葉植物が停滞期に入っている時は、肥料を与えないようにしましょう。

観葉植物は停滞期（室温 1～15℃、植物の成長が止まる期間）には栄養を吸収しないため、肥料を与える必要はありません。肥料は栄養を吸収する成長期（室温 16～25℃、植物が成長する期間）にあげると良いでしょう。停滞期か成長期かは、新芽が出ているかどうかで判断しましょう。

また、肥料には液状のものと固形のものがあります。一般的に液状の肥料は即効性に、固形の肥料は継続性に優れています。肥料の量は肥料の種類や植物のサイズ等によって異なるため、肥料の説明書をよくご確認ください。

Point 2 : 【適切な光量】

⇒**お部屋の電気を消しても本が読める程度の明るさの光を当てましょう。**

観葉植物を健康に育てるためには十分な光量が必要です。そのため、500lx※1 以上の光（目安としてはお部屋の電気を消しても本が読める程度の明るさ）が 6～8 時間／日以上照射される場所に設置すると良いでしょう。十分な光量が確保できれば日光・家の照明どちらでも問題ありません。

また、暗い部屋に置く場合は補光が必要です。補光に使用する光源は、蛍光灯、LED、ハロゲン電球いずれでも構いませんが、照度を測って使用し、もし照度が弱い場合には観葉植物の近くから光を当てると良いでしょう。

※ 1 lx : ルクス、照度を表す単位

Point 3 : 【水のやり方】

⇒**水やりは土表面ではなく、「鉢中心部の水分量」を意識しましょう。**

観葉植物の水やりでは、鉢の上層部の土ではなく、鉢の中心部の水分量が大切です。市販の「水やりチェッカー」を使用し、鉢中心部の水分量を確認するのがおすすめです。また、根腐れを起こす可能性があるため、水は停滞期（室温 1～15℃、植物の成長が止まる期間）には与えすぎないようにしましょう。

Point 4 : 【観葉植物の適切な設置場所】

⇒**「温度変化が激しい窓際」「空気が滞留しやすい場所」は避け、「必要な光量が確保できる場所」で育てましょう。**

調査によると観葉植物を「窓際・出窓など」に置いている方が最も多い結果となりました（表 3）。しかし、谷奥さんによると、冬の窓際は温度変化が激しく、観葉植物が弱ってしまうため、できれば避けたほうが良いそうです。

そのほか、空気が滞留しやすい「部屋の角」などは適していないため避けましょう。もし「部屋の角」に置く場合は、サーキュレーター等を用いて空気が循環するようにしましょう。

また、観葉植物を健康に育てるために、Point 2 で説明した光量が確保できる場所に設置すると良いでしょう。

冬、観葉植物を部屋の中のどこに置いて（育てて）いますか。 当てはまるものをお知らせください。 ※エアコン暖房を設置されているお部屋についてお答えください (いくつでも) (n=600) ※上位4位までの回答抜粋		
1位	窓際、出窓など	53.3%
2位	日光が当たる場所	46.8%
3位	エアコン暖房の温風が当たらない場所	39.8%
4位	部屋の角	22.0%

表 3

■三菱電機はお悩みを解消する情報を発信中。

三菱電機はエアコンにまつわるよくあるお悩みに耳を傾け、役立つ情報を発信しています。

<https://www.MitsubishiElectric.co.jp/home/kirigamine/special/oshiete/>

<快適に過ごすためのお役立ち情報一覧>

冬の室内温度、「ちょうど良い」と回答したお子様は 35.3%。大人と子どもどちらも快適に過ごすには？

<https://www.MitsubishiElectric.co.jp/home/kirigamine/special/oshiete/pdf/221201.pdf>

窓開け換気に代わる換気方法と「空気のよどみの解消」とは！？

<https://www.MitsubishiElectric.co.jp/home/kirigamine/special/oshiete/pdf/211224.pdf>

受験・テレワークにもおすすめ 専門家が教える「集中できる冬の室内環境」づくり

<https://www.MitsubishiElectric.co.jp/home/kirigamine/special/oshiete/pdf/211207.pdf>

睡眠のプロが教える 寒い冬でも快眠できる環境づくり！

<https://www.MitsubishiElectric.co.jp/home/kirigamine/special/oshiete/pdf/201208.pdf>



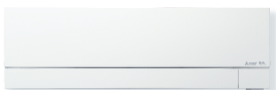
【調査概要】

■グラフ 1～4、表 1・3

・調査対象者：エアコン暖房が設置されている室内で観葉植物を育てている 30～50 代の男女 600 名（東京・大阪在住）

・調査方法：インターネット

・調査期間：2022 年 12 月 16 日（金）～12 月 18 日（日）



<本件に関するお問合せ先>

三菱電機 霧ヶ峰 PR 事務局（ヒールビル内） 担当／黒須、喜井
TEL:03-3263-5900 FAX:03-3263-5623 E-mail:kirigamine@prk.co.jp

