

うるさくなっていませんか？

生活騒音

互いの思いやりで騒音のない社会を



環境省

私たちの生活には、 様々な種類の騒音が存在しています

私たちの生活には、工場や事業場の騒音、建設作業騒音、深夜営業などの営業騒音、家庭生活から発生する騒音、自動車や鉄道などの交通騒音、商業宣伝の拡声器騒音など様々な種類の騒音が存在しています。

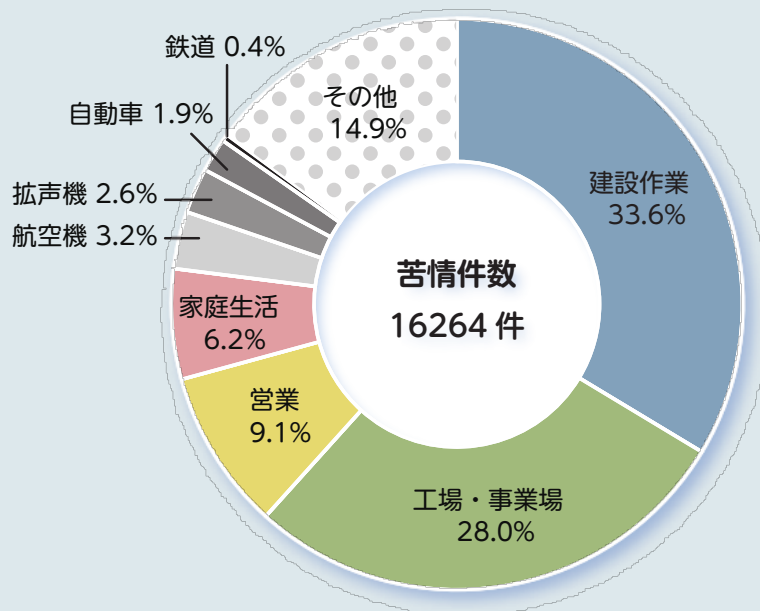
騒音は、生活に密着した問題でもあり、公害の中でも苦情が多く、近年、苦情件数は高い水準のまま推移しています。

日常の生活行動や家庭用機器などから発生する、いわゆる生活騒音は、騒音全体の苦情件数に比べると多くはないですが、都市部において問題となっており、都市生活のあり方と切り離して考えることができません。

騒音を背景とした様々な社会問題が発生しており、この種の問題は、都市の人口集中、各種機器の普及などを考えれば、今後も深刻化するおそれがあります。

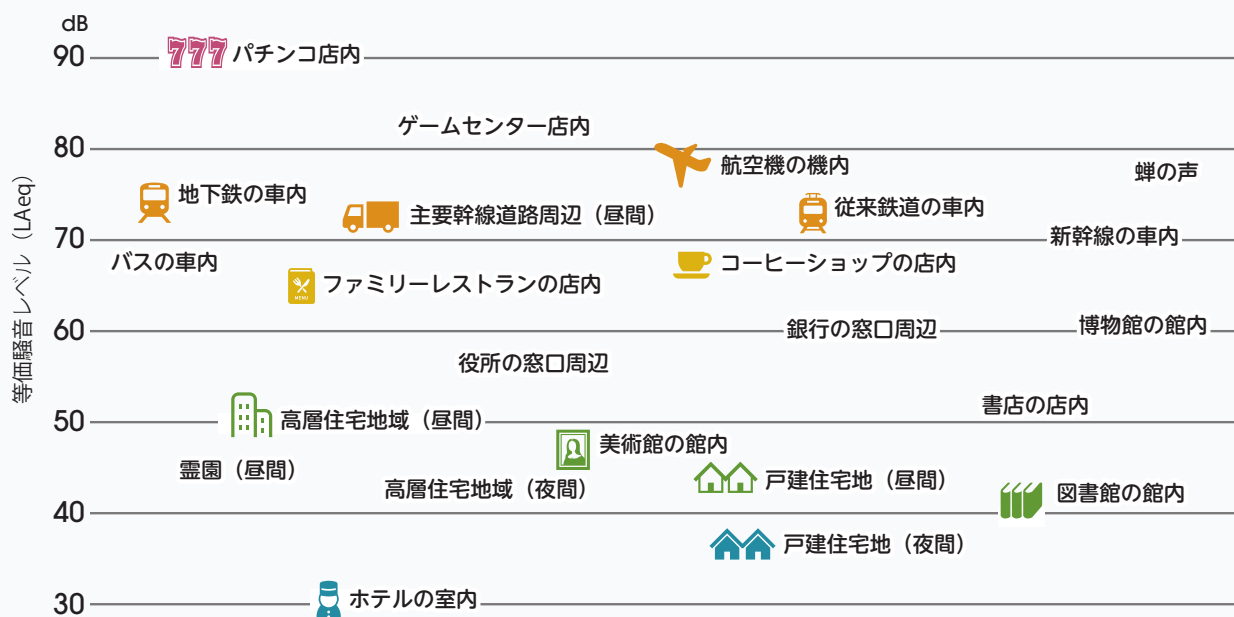
生活騒音の防止のためには、国民一人ひとりの意識の向上のみならず、関係行政機関及び関係業界の理解と幅広い協力が望まれるところです。

平成28年度 苦情件数の割合



(環境省 騒音規制法施行状況調査)

騒音の目安



生活騒音とは

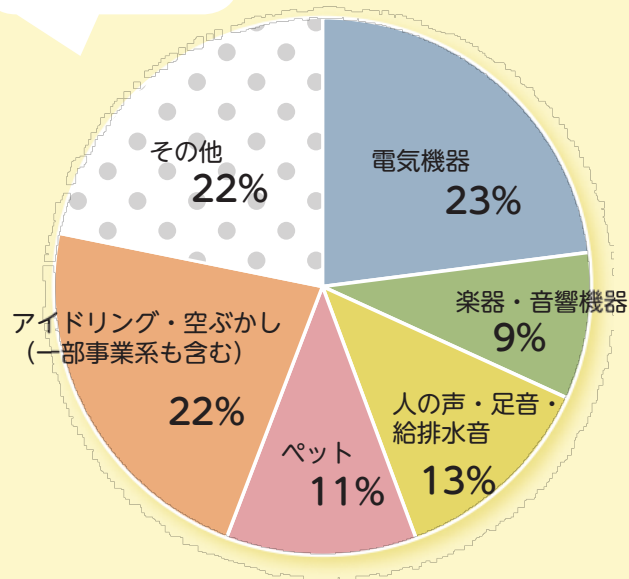
みなさんは、生活していて「騒がしい」「静かにしてほしい」と思ったことはありませんか？一般家庭のピアノやクーラー、家庭用ヒートポンプ給湯機等から発生する騒音、集合住宅でのバス・トイレの給排水音、自動車のアイドリング等の通常一般の生活行動に伴って、居住環境（住宅内及び住戸まわり）において発生するものを指して「生活騒音」と言います。

生活騒音は誰もが生活している間に発生するもので、みなさんは被害者にも加害者にもなる可能性があります。それらは周囲の人との親密さ、自身の心情に影響されるものであるため、感じ方は人それぞれです。一度不快と印象付けられた音をその後敏感に感じるようになることがあります。

また、生活騒音には法的規制はありませんが、近隣住民や地域内で話し合う、市区町村に相談するなどの解決方法があります。

平成28年度 生活騒音の発生源内訳（全国）

1308 件



（環境省 騒音規制法施行状況調査）

騒音に対する配慮

生活していく上で避けられない音、自分にとっては都合のよい音や楽しい音、快適な音が他の人にとっては不快な音、うるさい音として受けとられることがあります。

この点を各個人が認識し、生活騒音問題を生じさせないために、日常生活における騒音防止の配慮、モラル、マナーの向上を図ることが必要です。また同時に日頃から隣人間の交流を図り、隣人にとって好ましくない音としてうけとめられないような良好な近隣関係を築きあげておくことが必要です。

騒音をなくす

5つの
気くばり

- 1 時間帯に配慮しましょう。
- 2 音がもれない工夫をしましょう。
- 3 音は小さくする工夫をしましょう。
- 4 音の小さい機器を選びましょう。
- 5 ご近所とのおつきあいを大切にしましょう。

生活騒音の種類と気くばり

1

家庭用機器からの騒音

家庭用機器の特徴は機器の性能に左右されます。

品質表示ラベル等に応示された騒音値を参考にして
低騒音の機器を使いましょう。



洗濯機・冷蔵庫

- 音や振動が伝わらない置き方をする
(例：防振や消音のマットなどを使う)
- 使用する時間に配慮する

掃除機

- 使用する時間に配慮する

エアコン・室外機

- 位置や向きに注意する

家庭用ヒートポンプ給湯機

- 稼働時間が夜の場合が多いため稼働音に配慮して設置する

ガイドブック

家庭用ヒートポンプ給湯機の据付けガイドブック（社団法人日本冷凍空調工業会）
や家庭用燃料電池コージェネレーションシステム据付けガイドブック（燃料電池実
用化推進協議会）などが公表されています。

2

住宅設備・構造からの騒音

設備や構造、使う人の使用方法に左右されるため、注意して扱しましょう。

建物の窓、床、壁、天井の遮音性能を高めることで、
音の伝播を減らすことができます。



ドアの開閉音

- 乱暴に開け閉めしない
- 引きずらない
- 隙間テープなどの緩衝材をつける

風呂などの給排水音

- 早朝や深夜の利用を控える

家具移動音

- 床にマットなどを敷く

3 音響機器からの騒音

周囲への配慮のため、音量を調節しましょう。
夜間はヘッドホン・イヤホンを使いましょう。

テレビ・オーディオ機器・目覚まし時計

- 適正な音量に設定する
- 周囲への影響に配慮して設置する



ピアノ・ドラム・ギター等の楽器類

- 本格的な防音対策をする
- カーペットを敷くなど室内の吸音性能を高める

4 その他の騒音

生活の仕方や行動によって音の大きさが変わるため、注意しましょう。



ペットの鳴き声

- 小さいときからしつける
- 飼育場所に気をつける
- 習性を知ってから飼う

車のアイドリング音

- 暖機運転は控える

話し声

- 近所へ配慮して話す
- 窓を開けたまま話さない

室内・階段の足音

- マットなどを敷いて音を小さくする
- 歩き方に注意する

啓発活動や 条例

各都道府県、市町村で騒音に関するパンフレットの作成やポスターの掲示などの騒音防止のための啓発活動が行われています。例えば、防止学習として教育向けの啓発活動を行っている自治体もあります。お住まいの地域のパンフレットなどを読んでみましょう。

また、車のアイドリング・ストップを義務づけた条例を設けているところもあります。

よくある質問と回答

Q 生活騒音で困っています。どうしたらよいですか？

A まずは当事者間または住宅の管理人にご相談ください。また、各地方公共団体に相談窓口が設けられている場合がありますのでそちらにご相談ください。

Q 騒音が改善されないと訴えられることはありますか？

A 公害調停となったり民事訴訟で賠償請求となったりした事例があります。

Q 生活騒音を規制する法律はありますか？

A 生活上発生する音のため、法律による規制はありませんが、市区町村によっては条例により生活騒音への配慮を定めているところもあります。例えば、自治体で生活騒音などに関する配慮すべき指針が設けられています。お住まいの地域の自治体（環境に係わる部署）でご確認ください。

Q どれくらいの騒音が発生しているのか知ることはできますか？

A 地方自治体によっては騒音計の貸出を行っているところがあります。窓口にお問い合わせください。

未然防止策

生活騒音を未然に防止する方法として以下のような対策のガイドラインの一部例があります。

ペット

住宅密集地における犬猫の適正飼育ガイドライン（環境省）

子どもの声

子ども施設と地域との共生に向けて－子ども施設環境配慮手引書－（大阪府）



耳をすますと すてきな音が聞こえてきます

日常生活において、私たちは多種多様な音に囲まれており、会話の声、音楽の音、工場の音など数えればきりがありません。

このような中、騒音とはいったいどのような音を指すのでしょうか？

会話の声であっても、ある人にはとっては美しい音楽に聞こえる反面、ある人には単にうるさい音としか聞こえないこともあります。

私たちを取り巻くすべての音が、ある時には必要で心地よい音であり、ある時は不必要で不愉快な音になります。

音の中には、その場所でしか聞くことの出来ない、その土地の風土を背景にした音もあります。そこでの聞くという体験は、音そのものだけでなく、目で見える風景とともに感じる視覚と聴覚の体験といえます。このような、音の環境全体として体験される世界が「音風景」です。

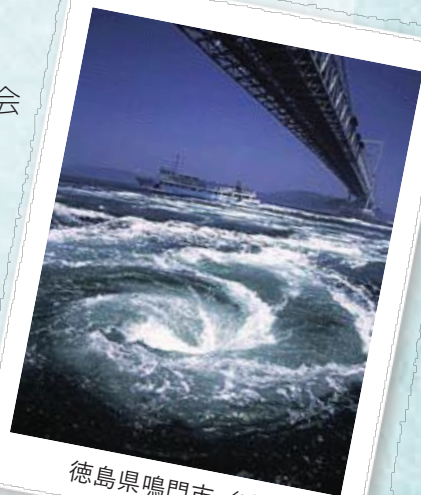
音風景を体験することで、音環境に対する意識の向上になることを願い、平成8年度に「残したい“日本の音風景100選”」を選定しましたのでご紹介いたします。

この100選は、鳥の声や昆虫の羽音などの「生き物の音」から、川の流れや海の波などの「自然の音」、祭りや産業などの「生活文化の音」まで多岐にわたります。それぞれがその地域固有の、後世に伝えたい大切な音風景です。

喧騒に包まれた都市にも、心静かに耳を傾けると癒される「音」があります。一人ひとりが身のまわりの音環境に関心を持ち、良好な音環境をつくりましょう。

残したい“日本の音風景100選”は

http://www.env.go.jp/air/life/nihon_no_oto/へ。



徳島県鳴門市／鳴門の渦



埼玉県川越市／時の鐘



京都府京丹後市／琴引浜の鳴き砂

騒音に関する資料



●騒音に関するパンフレット

「騒音規制法」

<https://www.env.go.jp/air/noise/souonkiseih-pamphlet.pdf>



●近隣騒音に関するパンフレット

「その音だいじょうぶ？」

<https://www.env.go.jp/air/life/sonotoo.pdf>



●低周波音に関するパンフレット

「よくわかる低周波音」

https://www.env.go.jp/air/teishuha/yokuwakaru/panhu_full.pdf

騒音に係る基準等

●騒音規制法について

<https://www.env.go.jp/air/noise/low-gaiyo.html>

●騒音に係る環境基準について

<https://www.env.go.jp/kijun/oto1-1.html>

●航空機騒音に係る環境基準について

<https://www.env.go.jp/kijun/oto2.html>

●新幹線鉄道騒音に係る環境基準について

<https://www.env.go.jp/kijun/oto3.html>