

冷暖房計画の重要性を

知っていますか？

約50%の人があまり深く考えないで
建てた後・・・後悔されています。

建築サポートの高高断熱住宅のススメ！

P7 ページ短時間で読めます。

冷暖房計画の重要性

冷暖房は設計段階から考えないと、夏暑く冬寒い家に間違いなく なります。

そして、結露も窓に付きますね。

以前、夏は2階がものすごく暑くて冬は暖房器具をいくら使 用しても、暖まらないという相談を受けました。調査したと ころ、床下と屋根下が無断熱になっていました。

これじゃ夏は暑く冬は寒くて当たり前の状態でした。

新築後25年くらい経つ家だそうです。断熱材を床下と屋根 下に取り付け、既存のサッシの内側にペアガラスを取り付け、 蓄熱暖房機を2台設置する断熱リフォームをお勧めしまし た。この状態は何も築25年だからではないのです。

新築の家も通常この状態の家が多いですね。その証拠に、T 川建設の築1年の新築の家でも寒くてどうしようもないと いう事で、断熱リフォームをしたということです。

その新築住宅の断熱材の入れ方に私もビックリです。これじゃ入れない方がまだましだと思ふような入れ方です。

家を作るとき、多くの方が、見た目や、設備機器などを重点項目として考えられていると思いますが、ぜひ、冷暖房計画を一番考えてください。

この冷暖房計画をちゃんとやらないと、ものすごく住み心地の悪い家になってしまいます。住み心地だけではなく、結露で家が腐り寿命の短い家になります。

あなたは、知っていますか、家が寒いのが原因で心臓麻痺（ヒートショック）を起こし多くの方が亡くなっている事実を。このような家は絶対作らないでください。

見た目よりまずは冷暖房計画です。健康です。

その次にデザインでもいいでしょう。

冷暖房は家のついでではなく、間取りを考える時に一緒に考える時代です。

地球環境にもいいです。ムダな光熱費も使わなくてすみませ
から。

あ、もちろん家中を同じ温度にする必要はありませんよ。
私が考える冬の室内温度は、リビング22℃寝室は布団を着
るので少し低く18℃トイレ、廊下は19℃玄関は15℃ぐ
らいではないでしょうか。

外が厳しい気候の時は、家の中ぐらい快適に過ごしたいです
ね。

ゆっくり休み、疲れを残さずまた働きに外に出て行く。こん
な家が一番ですね。

断熱性能を高め快適に住める家を作りましょう。

有限会社建築サポート 高井弘一郎

自然素材のススメ

住宅汚染の現状

有害化学物質の排除

建築医学においては、住環境の中にある有害物質はまず真っ先に排除されるべきものです。

壁紙のホルムアルデヒドや畳に含まれている農薬そして、高圧鉄塔の近くに見られる強烈な有害電磁波、極端に地磁気が低かったり乱れていないかどうかや騒音、交通量の多い土地であるかどうかを調査しなければなりません。

環境汚染がある限度を超している場合は、まずそれらを取り除き、外を暖和する方法を考える必要があります。

人間生活の中心的な場を形成している住宅の建築は、過去においては人類の文化・文明と深く関わってきました。

生活つまり安全に生きるために重要な役割を果たしてきました。しかし、今や経済活動を中心に置いた建築が文化・文明どころか人間をも滅ぼそうとしています。

「建築に人は蝕まれ、滅ぼされる」という時代にもなってきました。家に住むことで健康を損なったり、気分が悪くなったりする人が増え始めています。

化学物質過敏症、頭痛や吐き気、のどの痛みや呼吸器疾患などは住宅に使用されている様々な化学物質が原因で起こっているのが現状です。

建築医学では特に空気の質と水の状態を重要視します。

しかし現在、私たちの食べる食物や室内の空気や水はほとんどが、化学物質で汚染されています。

平成 15 年 7 月改正の建築基準法に、シックハウスに関する基準が盛り込まれ、ホルムアルデヒドなどに対する使用規制がなされるようになりました。

しかし、その後も新築の学校や公共施設などで、指針値を超える高濃度の化学物質やアスベストが放散されていた問題が発覚しました。

そして健康被害にあった居住者による損害賠償や慰謝料を請求する訴訟が次々と起こっています。

また、指針値以下であっても化学物質の影響を受ける場合もあるのです。これらの有害物質に囲まれていれば確実に健康は阻害されます。

建築医学入門

日本建築医学協会