

ニュースレター 10月

2024. 10. 1発行



今月は、家が寒い原因を知ろう！冬も暖かい家にするリフォーム



HPのお問合せはこちらから

冷気は意外なところから侵入しています。まずは我が家の築年数をチェック、断熱性能を確認するところから始めましょう。赤ちゃんからお年寄りまで健康に快適に過ごせる、冬暖かい家にするリフォームをご紹介します。寒さの原因を知り、しっかり対策しておきましょう。

1、寒い家は健康によくないというデータも！原因を知り対策リフォームを



暖かさのカギは住まいの断熱性能にあります。

暖房しているのに家の中が寒い！と感じていても、一戸建てはそういうものだから、北向きの部屋だから仕方がないと諦めていませんか？

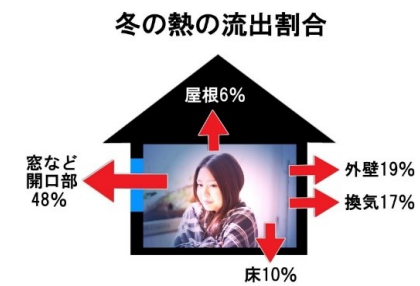
ポイントは住まいの断熱性能にあります。最近の新築住宅は断熱性能が格段に進化し、ちょっと暖房するだけでも一日を暖かく過ごせるようになっています。

冬に家の中が寒いと健康に良くないというデータもあります。国交省住宅局より発表された報告によると、冬に起床時の室温が低いほど

血圧が高くなる傾向があり、断熱改修によってその血圧が低下する傾向があると確認されました。健康と室温には大きな関係があることがわかったのです。

冷気は意外なところから侵入しています。今回は、赤ちゃんからお年寄りまで健康に快適に過ごせる、冬暖かい家にするリフォームをご紹介します。寒さの原因を知り、しっかり対策しておきましょう。

2、我が家の断熱性能をチェック！窓を制する者は冬を制す



冬に寒さを防ぎ、暖かく過ごすためには窓から熱が逃げないよう工夫をしておくことが欠かせません。窓の対策リフォームは意外と簡単で、短時間でできて効果が大きく、冬に暖かい家になるのはもちろん、光熱費の節約もできるようになります。

そこでまずは我が家の断熱性能を確認してみましょう。家はその時代時代ごとに定められた省エネルギー基準に沿って建てられていて、新しい家ほど高い性能を持っています。

この断熱性能は、その家が建てられた年代によって異なり、最新の住まいは断熱性能が高く、小さなエネルギーで家全体を暖かく保つことができるようになっています。簡単に言えば、家は築年数によって快適さが異なるということです。

【我が家の省エネ性能をチェック】

～1979年：無断熱、旧省エネ基準以前
1980年～1991年：旧省エネ基準
1992年～1998年：新省エネ基準
1999年～2013年：次世代省エネ基準
2013年～2020年：平成25年省エネ基準
2020年～：省エネ基準の義務化

新しい基準になるに従って、使う断熱材の厚みや窓の性能が進化しています。しかしこの基準は今のところまだ強制力はありませんので、中には新築であっても性能が低い家もあります。この基準は2020年には義務化されましたので、今後は断熱性能が高い家が標準になっていくことでしょう。

古い断熱性能の家の場合、1999年の次世代省エネ基準を目指してリフォームをすると、かなり快適になります。そこで1999年の省エネ基準を満たしているかどうか、確認してみましょう。地域によってこの基準は異なりますが、関東以西であれば、窓ガラスが1枚か2枚かでおおよそのところが判断ができます。冷気の侵入を大きくカットしてくれる複層ガラスの使用を基準としたのは、1999年の次世代省エネ基準以降です。

窓に結露が発生するのも、断熱性能が低いことが原因です。1枚ガラスの場合は、窓の断熱性能を上げるリフォームをすることで、部屋が暖かくなるのはもちろん、結露も軽減し、住環境が大きく改善します。では次に、窓の断熱リフォームの方法をご紹介します。

3、簡単な窓の断熱リフォームで、冬暖かい家になる



窓の断熱性能を上げるリフォームはどれも手軽にできるものばかりです。

- 1.窓の内側に断熱効果が高いスクリーンを取り付ける
- 2.ガラスを断熱性能が高いエコガラスに交換する
- 3.窓の内側に内窓を取り付けて二重窓にする
- 4.窓ごと断熱窓に交換するなどの方法があります。

断熱スクリーンの取り付けは手軽です。脱着も簡単にでき賃貸住宅でも使えます。しかし閉めておかないと効果がありません。手軽にできて風景が楽しめるのはガラスの交換リフォームです。ただしアルミは熱伝導率が高いため、**ガラスの性能だけを上げてでも枠は冷えるので、そこに結露が集中する可能性があります。**結露もしっかり防ぎたいなら、枠ごと覆う内窓の取り付けか、枠も断熱されている断熱窓への交換リフォームが効果的です。内窓の取り付けは2時間ほどで完了し、防音効果が高いので、家の中が静かになるメリットもあります。

4、2階に比べて1階はなぜ寒い？床下の断熱材をチェック



古い一戸建てでは、2階は暖かいのに1階が寒いという声をよく聞きます。1階が寒い原因は、床下からの冷気と太陽光の恩恵を受けられないことによるものです。冬に2階が暖かいのは、日当たりがいい上に、屋根が受けた太陽の熱が輻射熱となって部屋内を暖めてくれるからです。

そこでまずは、床下からの冷気の対策をしましょう。築年数が古い家は、床下に断熱材が入っていないケースも多く、床板の真下がすぐに冷たい地面ということも。これではいくら部屋を暖房しても、足元から冷気が忍び寄ってくるので底冷えがしてしまいます。

床の断熱に関して言えば、省エネ基準が無かった**1980年より前に建てられた家**は、床下に断熱材が全く入っていないことが少なくありません。また1992年～1998年の間に建てられた新省エネ基準の家でも、今の基準の半分以上の性能しかありません。

5、床下に断熱材を入れれば足元が暖かく、工事は1日で完成



1階の日当たりをよくするリフォームも寒さ対策に効果があります。

日当たりをよくするコツは窓の位置を高くすることです。ただし夏は暑くなり過ぎないように、日差しを遮ることができるよう工夫をしておきましょう。

断熱・気密性能を上げるリフォームをしたら、必ず換気設備の見直しを行い、家の中の空気をいつもキレイにしておくよう心がけましょう。断熱と気密と換気は必ずセットにして考えることが大切です。

床の断熱性能を上げるためには、床下に潜って断熱材をはめこむだけ、もしくは吹き付けるだけの手軽なリフォームがあります。工事は約1日で完成します。また厚手のカーペットを敷いたり、フローリングを二重張りにしただけで寒さが薄らいだ家もありますので、ぜひお試しください。

土
建
リ
フ
ォ
ー
ム

木
築
リ
フ
ォ
ー
ム

株式会社 渡辺組

本社 海津市海津町高須町720-1
0584-53-0174

E-mail:info@watanabegumi-kaizu.com
URL http://www.watanabegumi-kaizu.com/

*毎月皆様の暮らしのお役立ち情報をお届けしています。何かお気付きの事や知りたい事などございましたらいつでもご連絡なくお申し付け下さい。皆様のご意見ご感想を元にお役に立てれば幸いです。