ニュースレター 12月

2023. 12. 1発行

今月は「ほっとリフォーム」で、ひと部屋から手軽に暖かくをお届けします。

暖房しているのになんだか寒いと感じたら、ちょっと床や壁を触ってみて下さい。ひんやり冷たく感じるようなら、その寒さの原因は住まいの断熱不足です。今回は、ひと部屋から最短1日で手軽に暖かくできる、「ほっとリフォーム」をご紹介します。

HPのお問合せはこちらから

1、足元から這い上がってくる冷えが辛い冬

冬になると早朝のお弁当作りが辛い、家の中にいるのに指先が冷たくてかじかんでしまう、椅子に座っていると足元が冷えるというようなことはありませんか？

かと言って、暖房の室温設定を上げれば顔ばかり火照り、冷暖房費も気になります。しかし暖房を消せばすぐに部屋が冷えるなど悩みは尽きません。

この時期は、お風呂に入るのが辛い時もあります。冷え切った脱衣室で服を脱いで、あまりの寒さにすぐさま熱いお湯にざぶんと入るという人もいることでしょう。しかしこのようなお風呂の入り方は、身体に負担が掛かり健康によくありません。

暖かい部屋から寒い部屋へ移動すると、寒暖差で血圧が急激に上昇、逆に寒い部屋から暖かい部屋へ移動すると、今度は血圧の急激な低下が起こる可能性があります。このような血圧の急激な変動をヒートショックと呼び、高齢者の場合は、死亡事故につながることもあります。

これらの寒さの原因は、家の断熱性能の低さにあります。断熱性能が低い家は、外気の影響を受けやすいので、いくら暖房しても寒いまま、暖房を切ると急速に室温が下がります。特に日本の古い住宅は断熱性能が低いので、冬の寒さに悩んでいる人が多く、アンケートでも、寒さへの不満を持っている人が7割もいるというデータが出ています。

2、我が家はなぜ寒い？建てられた時代で快適度が違う

では我が家の断熱性能はどれくらいでしょうか？まずは築年数からおおよその性能を知ることができます。

家はその時代の省エネルギー基準に沿って建てられています。省エネルギー基準とは家の断熱性能や建物のエネルギー消費量について定めたもので、簡単に言えば魔法瓶の性能をはかる基準のようなもの。この性能が高いと、ちょっと暖房をつけるだけで、家全体がむらなく暖かくなり、冷暖房費も安く済みます。

この省エネルギー基準は時代とともに進化していて、1980年、1992年、1999年、2013年に新しくなっています。新しい基準に沿って建てられた家ほど性能が高く快適ですが、この基準は今のところ義務ではなくあくまでも目標。新しくてもこの基準に沿っていない家もあります。

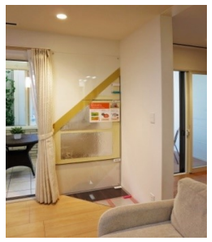
3、暖房しても寒い家は、床や壁に触ると冷たい

次に室内の状況を確認してみましょう。寒い日に、1階の床や外気に面した壁に手を触れてみて下さい。暖房しているのに、床や壁が冷たい家は要注意です。断熱性能が低い家は、外気の影響で床や壁が冷えてしまうので、いくら暖房しても寒いまま。
同じ室温でも、床や壁の表面温度で暖かさが違うのです。
家を暖かくするには、空間を断熱材でくるんで外気の影響を受けにくくし、室内の表面温度を下げないことが大切です。窓の断熱はもちろんですが、**見逃しがちなのが床と壁の断熱です。例えば築20年の家の場合、**冬の暖房時に家の中から逃げ出す熱の約30％が床と壁からというデータがあります。特に冬は、床下から侵入する冷気が足元を冷やすので、女性には辛い季節になっているのです。

4、床や壁の断熱リフォームは手間とお金が掛かるという誤解について

冬暖かく暮らすためには、床や壁の断熱性能を向上させるリフォームが効果的です。しかし手間とお金が掛かりそうと誤解している人も多いことでしょう。確かに、以前は壁をいったん取り外す必要があるなど、大がかりな工事になりがちでした。
しかし今ではリフォームの建材の進化によって、とても簡単にできるようになっています。

5、壁なら壁紙張替えと変わらない、床はフローリング張替え時に



床は今あるフローリングの上から12mmの高性能の真空断熱材を含めた15mmの薄さの床パネルを張って、新しいフローリングで仕上げるだけ。古い壁紙やフローリングを剥がす手間が要らない上、部屋がほとんど狭くなることもなく、手軽に部屋の断熱性能を高められます。

LIXILの＜ココエコ＞は、簡単な工事で部屋をまるごと断熱する商品。
LIXILのショールームで展示してある断熱模型。古い壁や床の上に張るだけの簡単な工事であることがよくわかる

6、いつもいる部屋、特に寒さを感じるひと部屋から暖かくできる

IXILの＜ココエコ＞の最大のメリットは、よくいる部屋、特に寒さを感じる部屋など、ひと部屋からピンポイントに暖かくできることにあります。

家全体を全て断熱しようとすると、やはり手間と費用が気になりますが、部屋単位で暖かくできれば、手軽に取り入れることができます。ここのひと部屋から簡単にできる快適エコリフォームだから、ココエコというネーミングが楽しいですね。

7、タイミングは壁紙や床の張替え時がねらい目

LIXILの＜ココエコ＞を使った「ほっとリフォーム」は、壁紙の張替えや床の張替え時に一緒に行うのがお勧めです。古い壁や床を剥がさないで工事できるので手間が省け、工事費用も安く済みます。＜ココエコ＞は、壁紙以外にも、塗装や珪藻土などの塗り壁仕上げも可能ですから、通常の内装リフォームのように楽しんで行えます。

8キッチンやリビングはもちろん、寝室にもお勧め

キッチンやリビングにもお勧めですが、忘れがちなのが寝室です。寒い朝、起きるのが辛い、夜、トイレに行くのが辛いということも。

住まいの断熱性能を上げれば、冬暖かく過ごすことができるだけでなく、夏のｴｱｺﾝの効きもよくなり、四季を通じて快適になります。＜ココエコ＞はひと部屋からできて、最短1日で施工も可能なので気軽にスタートできます。リフォーム後は、冷暖房費が節約できるようになり、エコな暮らしになるのも魅力です。
イマドキは、リフォームの進化でひと部屋だけでも手軽に暖かくできる時代になりました。いつもいる部屋が暖かいだけで、毎日が幸せになります。

・土　木
・建　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

リフォーム　海津市海津町馬目371-3（コーポ日新1F）
0120-202-988

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遠慮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。