

## 住まいメイト通信ホームページ号 vol.2

発行: 斎木ガス株式会社 リフォーム事業部 ライファふじみ野  
ふじみ野市上福岡1-4-12 TEL:049-266-2641  
URL:<http://www.happyreform.jp> MAIL:[mail@happyreform.jp](mailto:mail@happyreform.jp)



こんにちは

住まいメイトの高橋・手塚です  
先日お盆休みに八ヶ岳方面に出掛けました  
都会の喧騒から離れ露天風呂に入りながら考えました  
快適な暮らしとは。。。  
この季節在宅中に感じる不快感をまとめてみます！

というわけで今回は夏の住まいの困りごとについて  
日本の夏は年々暑くなっています。  
家の中にも暑さを感じ不快に。住宅が暑くなるのは住まいに原因が！  
住宅の中で最も熱の出入りが大きい場所は、窓・ドアなどの開口部  
全体の73%の熱が窓やドアから入ってきており  
この熱が室内の温度を上昇させるほか、室内熱中症の原因になります。  
夏の暑さ対策は窓やドアから入ってくる熱を遮断することが大切です。  
また体が実際に感じる体感温度と室温は違うため  
外からの熱の影響を少なくする断熱対策も重要です。  
部屋の暑さの原因のひとつが、風通しの悪さ。風通しが悪いと室温が上がりがやすく、  
空気も循環しづらいので、ムシムシして不快指数もアップ。  
そんなときにうちわであおいだり、扇風機に当たったりすると涼しくなりますね。  
秒速1mの風が吹き抜ければ、体感温度は1℃下がります。  
風が部屋の中を自然に流れていくような工夫が大切です。  
真夏日が続くような季節は、冷房もフル稼働。  
でも、いくらつけても効きが悪くて室温が下がらないこともありますね。  
直射日光が当たっている窓ガラスに内側から手を当ててみてください。  
手のひらに熱を感じるならば、窓ガラスの遮熱、断熱効果が低い証。  
内窓をつけたり、窓ガラスの交換で解決できることもあります。  
冷房も効くようになり、光熱費も大助かりです。  
この先夏場の気温が下がっていくことはあまり期待できないので  
快適な暮らしのために内窓リフォームなども視野に入れ対策が必要ですね！