

YKKAP & ソトコト、窓と健康のライフスタイル・ブック

マドコト



樹脂窓で健康！

四季を

心地よく過ぐらせる

「樹脂窓」の
ある家で、





家族みんなが幸せに。

家族で食卓を囲む、一日の疲れを癒す、子どもと遊び、学ぶ。「家」は、家族にとって、世界で一番、ホッとする場所であり、家族の心と体を育む大切な場所。住まいが快適でなければ、健やかな暮らしを送ることはできません。

今、家のあり方と健康との関係に、注目が集まっています。生活習慣病の要因の20%は住環境に由来しているともいわれています。なかでも、「冷えは万病の元」ともいわれるように、家の中の「寒さ」は、健康に大きな影響を与えることがわかってきました。イギリスでは、冬の室温が18℃以下になる住まいは基本的な人権の侵害にあるとされています。しかし現在の日本では、冬の室温が10℃以下になる住まいが多数存在し、家の中での温度差が要因となるヒートショックによる高齢者の死亡事故は増え続けるいつぼうです。

『徒然草』で吉田兼好が記しているように、古くから日本の家づくりは「夏を旨とすべし」とされてきました。湿気が多い日本における知恵のひとつです。しかし、冷房設備が発達した現在、そして寒さが健康に与える影響からも、これからの家づくりは、「冬を旨とすべし」に変わっていくべきなのです。家の寒さや暑さを和らげるには、まず家の断熱性能を高めなければなりません。そこで重要な役割を果たすのが「樹脂窓」です。従来のアルミ窓に比べ、格段に断熱性能の高い樹脂窓が、窓からの熱の出入りを防ぎ、室温を快適にコントロールしてくれるのです。樹脂窓があれば、夏涼しく、冬暖かい、健康な家が実現します。

康なカラダをつくる 「脂窓」のチカラ。

許容

推奨!

°C

21°C

健康リスクが
現れる温度

健康な温度

イギリス保健省、 冬期の室温指針。

(英国保健省年次報告書, 2010.3)

住宅における健康と安全の指針を制定した、イギリス保健省のHHSRS(Housing Health & Safety Rating System)によるもの。2009年にはWHO報告書でも、室内の寒さは健康に影響を及ぼすことが指摘されている。

健康!
部屋が暖かいと、

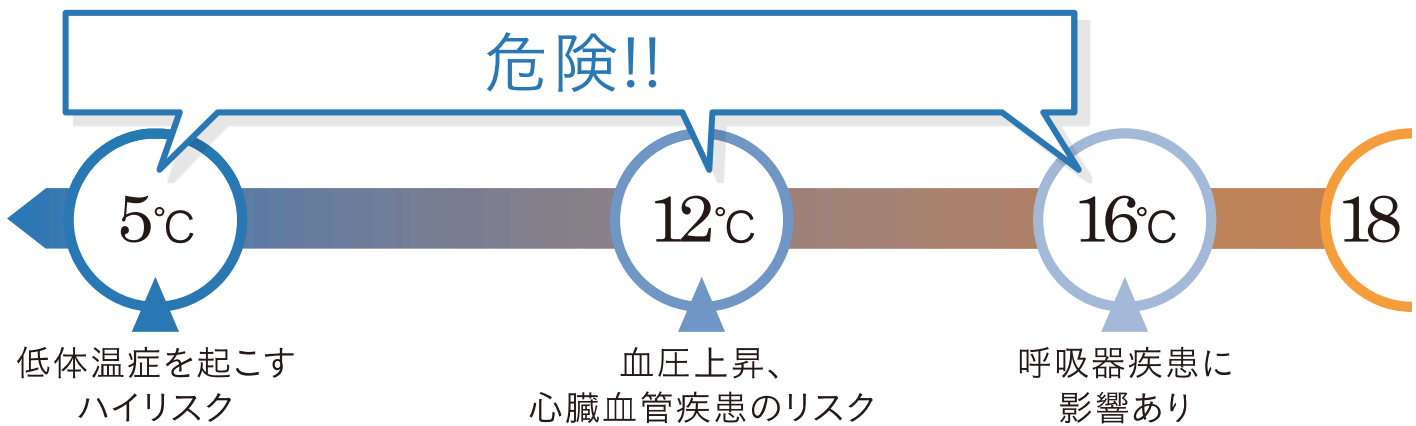
イギリス保健省の指針では、冬の健康的な室温は21°Cで、18°Cまでは許容できる室温。しかし日本で、この室温を保てる“健康的”な住宅は、決して多くない。

健 「樹」

「冬は寒くて当たり前」
では、ありません！

部屋の外が寒くてトイレに行くのも一大決心、結露でびしょびしょの窓を拭くのが日課……冬の住まいでよく見られるこんな光景、イメージできるのでは？ 夏が暑いのも、冬が寒いのも当たり前。それは間違いないけれど、実は家の暑さや寒さは暮らす人の健康と大いに関係あり！

冬の家が寒いのは当たり前と思
い込み、寒さが健康に与える影響
があまり認識されていないといっ
ぽうで、家庭内での不慮の事故死は
増加傾向（P11参照）にあり、そ
れは特に冬に多く発生している。
夏は暑く、冬は寒い部屋で暮らす
ことで発生する健康リスクを知り、
家族みんながいつも快適に、そし
てずっと健康に暮らせる、そんな
暖かな家づくりを考えてみよう！



部屋が寒いと、
不健康……。

一般的に人は、18°Cより温度
が下がると寒さを感じはじめ
るという。指針では、16°C以下
が健康リスクのある室温。冬
の寒さは、健康を害すること
を知ってほしい。

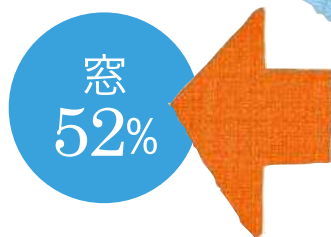
熱はこんなに入ったり出たりしている。

冬は、暖かさが逃げて……、

冬に流出する熱の割合

外気温 0.5℃

選定日：日平均外気温の最低日、2月24日5～6時、東京



※H11年省エネルギー基準で建てた「住宅事業建築主の判断におけるエネルギー消費量計算方法の解説」の住宅モデルにおける例で、AE-Sim / Heatによる計算結果より。窓種：アルミ（複層ガラス）

健康なカラダをつくる「樹脂窓」のチカラ。

住宅の断熱性能は、「窓」で決まります。

夏に部屋が暑くなったり、冬に部屋が寒くなったりするのは、壁や屋根、窓から熱が入り出しているから。なかでも窓は、熱の出入りが一番多い場所。特に日本中に広く普及している複層ガラスのアルミ窓は、極めて熱を伝えやすいため、多くの熱が入りし、夏は暑く、冬は寒い環境をつくってしまう。寒い冬、暖房の効いた居間と、無暖房の浴室やトイレなどとの大きな温度差は、血圧に影響を与える。高齢者なら、命にも関わる危険な状態といえる。

これからの家づくりは、冬を旨とすべし。

左ページ下の表は、冬の寒さから引き起こされやすい心疾患、脳血管疾患、呼吸器疾患による死亡率を地域別の順位で示したものです。

部屋ごとの温度差はヒートショックの原因に。

寒い家で特に怖いのが、部屋ごとの大きな温度差。暖かいところから急に寒いところへ移動すると、血管が収縮し、血圧が上昇する。いわゆるヒートショック現象だ。最悪の場合、脳出血や心筋梗塞を起こすこともある。

