

# 住宅の省エネ性能にも注目しよう

## 少ないエネルギーで“夏涼しく、冬暖かい家”

エアコンを買い替えたのはいいけど、窓隙に行くと寒いわ

効率のいい機種選びや使い方はしっかり勉強したから、次は住宅の省エネ対策を考えよう！

友達の家は内窓をつけたいよ！

家を買うときやリフォームのときは、省エネを進めるチャンスです



### 省エネ住宅にする

- 冷暖房の効きがよくなる
- 部屋間、部屋内の温度差が小さくなる
- 結露が抑制され、ダニやカビが繁殖しにくくなる
- 結露による木材の腐朽や建材の劣化を防ぐ



省エネ  
快適  
健康  
住宅が長持ち

### 断熱性能をアップしよう！

#### 家を建てる時、リフォームするとき

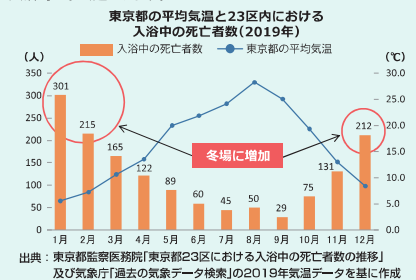
- 窓ガラス、サッシ、ドアを断熱性・気密性の高いものにする
- 壁や天井・屋根、床などの外気に触れる部分に断熱材を入れる

#### 自分でできること

- 厚手で長いカーテンをつける
- 窓ガラスに断熱フィルムを貼る

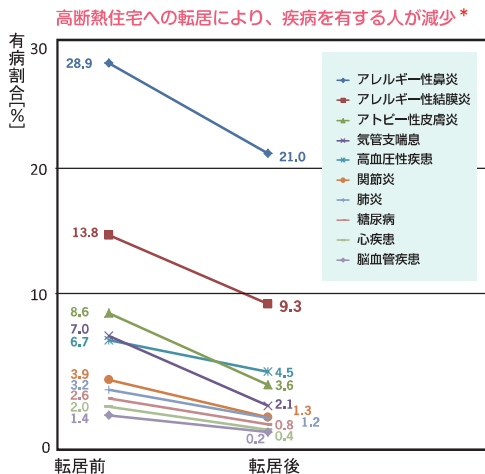
#### ヒートショック

急激な温度変化によって、血圧が上下に大きく変動することをきっかけにして起こる健康被害のこと。特に、気温の下がる冬場の、入浴時に多く起こります。



\* 結露減少によるカビ・ダニ発生改善、暖房方式の改善と24時間機械換気による室内空気質改善、遮音性能改善、新築住宅への転居による心理面での改善などの複合効果と考えられます。

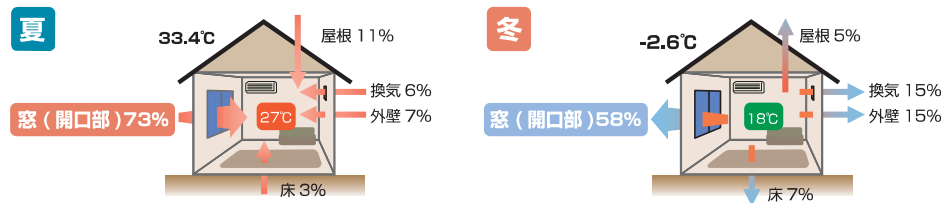
出典：伊香賀俊治、江口里佳、村上周三、岩前篤、皇旦二ほか「健康維持がもたらす間接的便益(NEB)を考慮した住宅断熱の投資評価」日本建築学会環境系論文集Vol.76 No.666, 2011.8



## 暑さ、寒さは窓からやってくる！

夏に冷房をしているとき室内に熱が入ってくるのも、冬に暖房の熱が逃げていくのも、その大半は「窓」からです。複層ガラスや樹脂サッシなど断熱性能の高い部材の窓にしましょう。

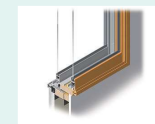
### 夏の冷房時、冬の暖房時に熱が入り出る割合



出典：「住宅の省エネリフォームガイドブック」東京都住宅政策本部、一般社団法人日本建材・住宅設備産業協会

### ★リフォームでできる窓の断熱

- \* 内窓取り付け  
既存の窓の内側に窓を取り付ける
- \* ガラス交換  
既存のサッシにアタッチメント付複層ガラスを取り付ける
- \* 窓交換  
ガラスとサッシを断熱性能の高いものに交換する



内窓



アタッチメント付複層ガラス

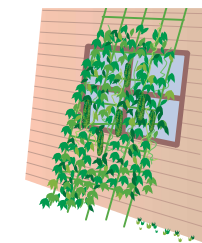
画像提供：AGC(株)

### 夏は窓の遮熱も忘れずに

断熱性能が高い住宅ほど、いったん室内に熱が入ると、それを室外に排出するのが困難です。そこで、夏は窓から直射日光が入らないようにしましょう。住宅の外側で行う方が、内側で行うよりも遮熱効果は高くなります。

緑のカーテンに挑戦しようか

夏はブラインド・すだれ・よしず・オーニングをつけるといいのね



詳しくは →

東京都住宅政策本部「住宅の省エネリフォームガイドブック」ホームページ

[https://www.juutakuseisaku.metro.tokyo.jp/juutaku\\_seisaku/reformguide.html](https://www.juutakuseisaku.metro.tokyo.jp/juutaku_seisaku/reformguide.html)

窓の断熱など要件を満たす住宅の省エネリフォームを行うと、減税や補助などを受けられる場合があります。

一般社団法人 住宅リフォーム推進協議会「住宅リフォームガイドブック」ホームページ

詳しくは →

[http://www.j-reform.com/publish/book\\_guidebook.html](http://www.j-reform.com/publish/book_guidebook.html)

東京都の補助金制度もあります。詳しくはP26をご覧ください。