

# 建築と まちづくり

No.426

2014  
January

1

特集

## 私の考えるエコハウスのつくり方

エコロジカルな建築は、環境への負荷の極小化という段階から、持続する環境系の積極的な形成へと展開している。総合的な評価法によりさまざまな技術を相対的に比べることが可能となり、設計手法の幅は大きく広がった。地域循環型エネルギー政策を展開する海外事例を含め、エコハウスの最前線を事例紹介する。

2013建まちセミナーin金沢  
木構造文化と町家・町屋——金沢

【好評連載】

木の建築～歴史と現在  
建築保存物語









断熱ブラインドの開け閉めのタイミングや、風の入れ方、廃熱の仕方、日射遮蔽の方法などを案内した「住まい方ガイド」(夏編・冬編)をつくって引き渡しのときにお渡ししています。またその季節になれば一度訪問して、具体的に説明をさせていただくようにしています。

#### ⑥ 入居後の状況把握

実際に生活が始まってから、こちらが想定した温熱環境になっているどうか、入居後一年間は温湿度をデータロガーで測定させていただいています。光熱費の推移はどうか、光熱費の記録も環境家計簿に転載させていただき、光熱費はもちろんCO<sub>2</sub>の削減率も出してみます。さらなる暮らし方へのアドバイスもできますし、設計内容へのフィードバックにもなります。

### 3 健康で快適な暮らしのできる住まい

#### (1) 健康

健康とは、不調になった身体でも、平常状態にもどることの

できる自己治癒力の働きを持っていることだと思います。家の温湿度および表面温度がほぼ同じに保たれ、それが暑いときも寒いときも不快でない温度帯になつていれば、身体的なストレスがかからず自己治癒力や免疫力はよく働きます。これは経験的なことばかりでなく、近畿大学・岩前篤教授の調査研究からも証明されています(\*)。

また、家の中に温度ムラがあったり、換気不足で湿気が排出されない状態では結露を起こしやすくなります。そこにはカビが繁殖してダニを呼びアレルゲンを増大することになります。温熱環境を整えたとこの身体ストレスからも遠ざかります。さらに気をつけなければならぬのは、静電気と電磁波です。これも温熱と同様目に見えないものですが、さらにどの人も同じようには感じないものです。感じてしまう人々には辛い状況を住まいの中に作り出すことを避けなければなりませんし、感じない人にも必ず影響をおよぼしているので、それをなるべく

少なくしておく配慮が必要です。

#### (2) 快適

住宅内での快適とは、温泉に浸かったときの「あゝ気持ちいい」とは違う種類のものです。「不快でない温度帯」と前述したように、気持ちよいとも悪いとも感じない状態、体内の産熱が適度に廃熱できている状態、他の因子にも反応を起こさない状態、それが「快適」といえるでしょう。

#### まとめ

小さなエネルギーで豊かに暮らす。使用時のエネルギーを抑えるべく燃費のよい家にする。住まう人の健康を害さず快適な暮らしを実現する。それを構成する資材が、生産されるときも廃棄されるときも環境負荷の少ないものを選ぶ。これが私の考えるエコハウスのつくり方です。

\* [http://dannetsujyutaku.com/column/1\\_index/1\\_01](http://dannetsujyutaku.com/column/1_index/1_01)