

# 生活

## あした計画

### 住まいの スタイル

松野尾 仁美

この冬は冷え込みが厳しく、体調を崩した方も多いのではないだろうか。寒いときは暖房に頼りがちですが、近年は高い断熱性と気密性で冬場でも暖房いらすの「無暖房住宅」が注目されています。

今回は福岡県糸島市で「無暖房住宅」を新築された林祐介さん(42)、真弓さん(36)夫妻にお話を伺ってきました。

当日は粉雪が舞う寒さ。なのに、お部屋に入ると暖房をつけていないとは思えないほどです。室温はおおむね18〜19度を保っていて、雪が積もる日でも15度を切ることはないそうです。補助的にエアコンを使うことがあっても短時間との話です。

暖かい住まいになって、暖房器具の前で縮こまらず、活動量

か。  
A 選択できる受給開始の上限が引き上げられそうです。現在でも個人の自由

#### 年金受

1カ月ごと  
0.5%減額

1カ月ごと  
0.7%増額

新たに増額  
増額率は検

の経済状況や健康状態に  
じて計画を練り、適切な開  
始時期を選ぶことが大切で  
す。

#### 使い捨てカ

外出や屋外  
さ対策とシ  
力できるもの、  
を温める商品  
桐灰化学  
は、冬の屋外  
ポーツ観戦  
度が従来品  
なるように  
でも手をし  
でき約12時  
る。希望小  
で756円。

## 快適な「無暖房住宅」断熱性と気密性



今のお宅に越してからは体調も良くなったという林さん夫妻と、設計者の江藤真理子さん(左)



無垢(むく)の床材や紙クロスなど自然素材に囲まれたインテリア

が上がったことを全員が実感されています。家に帰ると体が緩まり、リラックスできるので「早く家に帰りたいと思うようになった」と真弓さん。

実は真弓さんは以前からアレルギーがひどく、年中くしゃみと鼻づまりに悩まされていました。体の冷えもつらく、いつもぐったりしていたそうです。体調を整えるには、生活の基

盤を整えよう、そのためには家を暖めなければならぬと考えたお二人は、今の住宅にたどり着きます。

昨年10月に引っ越して4カ月。真弓さんの体調はすこぶる良くなり、住み始めてから、くしゃみとアレルギーの症状が治まりました。その効果は引越した

ら、すぐに現れたというから驚きです。こちらでは、お風呂上り住宅の断熱性能を表す指標に「外皮平均熱貫流率」(UA値)があります。数値が小さいほど熱の出入りが少ないことを表します。2020年度までに義務化が見込まれる省エネ基準値は0.87(北部九州など地域区分6)ですが、こちらのお宅は0.29と、はるかに優秀なUA値となっています。

お二人のお宅は物が少なく、すっきりとした暮らしがうかがえます。江藤さんいわく「高性能な住宅に住むと、荷物が少ない暮らしになっていく」そうです。上掛けの布団も不要になるなど、だんだんシンプルになるらしいのだとか。「毎年何十万円になっていた医療費が今はほとんどかからない」という真弓さんのお話を聞くと、住まいの在り方が、健康と直結していることも改めて感じます。

(九州産業大准教授・1級建築士、福岡市) Ⅱ第3金曜掲載