

スイカも家も 中身が大切

10/3(土)・10/4 (日)

構造見学会開催

会場：三鷹市下連雀

詳細は裏面で→



TSUKASA NEWSLETTER



Take free

ご自由にお持ち帰りください

2020 * August

3密を防ぐための住まいの換気対策

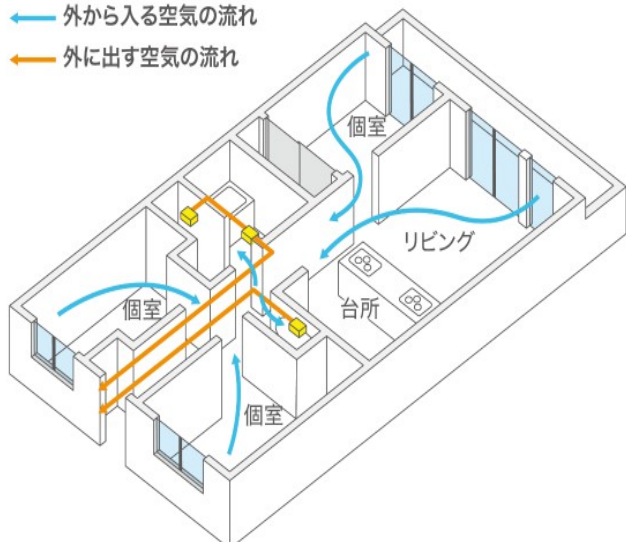
今年の夏は熱中症と新型コロナウイルスの感染の予防を両立するため、家庭でのこまめな換気が求められていますね。帰宅した際には室内にこもり暖まった空気をいったん換気してからエアコンをつけることなどが効率的です。窓を開けて換気する際もエアコンをつけたまま行うほうが消費電力も抑えられると空調機器の業界団体は発表しています。この夏はエアコン+換気の生活になりそうです。今回は、家庭で効率的に換気する方法をご紹介します。

POINT1 : 24時間換気システムを正しく使う

2003年7月以降に建てられた戸建住宅やマンションの場合機械換気設備（24時間換気設備）の設置が義務づけられていますので、まずは機械換気設備がきちんと機能しているかを確認してみましょう。

住宅における換気システムのイメージ

← 外から入る空気の流れ
→ 外に出す空気の流れ



機械換気設備が設置されている住まいでは、部屋の壁や天井にある給気口から外の空気を採り入れ、トイレや浴室、キッチンなどにある排気口から汚れた空気を排出するよう設計されています。しかし、24時間換気システムのスイッチが「オフ」になっていたり、給気口や排気口が閉じていたり、ほこりや家具や障害物などでふさがれているときちゃんと換気することができませんので、確認しましょう。

POINT3 : 窓の高低差で空気の流れを作る

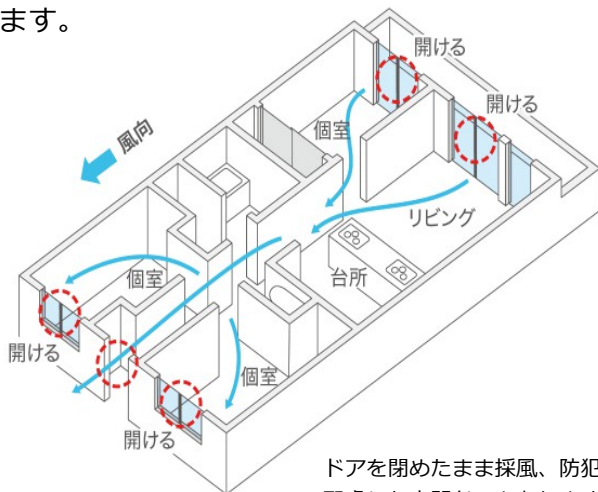
暖かい空気は上に行くという特性を利用することで、無風状態でも空気の流れをつくるのが可能です。家の中に低い位置と高い位置（1階と2階など）に窓がある場合は、同時に開けるようにしましょう。

<換気に関する参考サイト>

公益財団法人 空気調和・衛生工学会、一般社団法人 日本建築学会

POINT2 : 風には入り口と出口が必要

窓を開けて換気する際は、1カ所だけではなく、2カ所の窓を開けることが大切です。風の入口と出口を設けることで空気の通り道が生まれ、より効率的に換気できます。



ドアを閉めたまま採風、防犯性にも配慮した玄関ドアもあります。採風ドアなら爽やかな風を取り込み、夏の熱気や湿気ともサヨナラ。



リフォームで
1日交換OK！



自然素材× 高性能住宅× パッシブデザイン ＝ 司の家づくり

今年は家で過ごす時間がいつも以上に長い夏となります。さらにこの夏は猛暑になるという予報で、
一番気になるのは光熱費ではないでしょうか？

司建築計画では、無垢材のフローリング・珪藻土の壁など自然素材を生かした家づくりを行っています。
さらに近年では、高気密・高断熱の家づくりにも力を入れています。

高気密・高断熱な高性能住宅は、冷房で快適な温度にした室内の空気が逃げにくく、外の暑さの影響を受けにくくなります。効率よく部屋を冷やし、省エネで光熱費を抑えることができます。

さらに自然の光や風の力を利用するパッシブデザインにすることで、一年中快適に過ごせる家をつくることができます。例えば、夏と冬のそれぞれの太陽高度を計算して庇をつけることで、夏は陽が入らず、冬は暖かな日差しを家の中まで取り込むことができます。風が流れるよう窓の大きさや向きを設計することも大切です。さらに、無垢材の床は、湿気を吸収するため、裸足で歩いても足の裏がベタベタしません。そうした太陽や風の力を最大限に利用して、必要な明るさや暖かさ、涼しさ、新鮮な空気を得る設計が実現できれば、心地良い暮らしとエネルギー消費量の削減につながります。

高性能な家は、建築時の初期費用は従来工法の家より高額になりますが、生涯住居費を考えると決して高くはない、むしろお財布にも環境にも優しいエコ住宅といえます。



光熱費はどのくらい？

高性能住宅は、一般住宅と比較して、冷暖房・換気・給湯・照明などの光熱費を40%削減することが可能です。さらに、水道費においても39%の削減が行え、全体で40%の水道・光熱費を削減。年間で140,680円の節約を実現することができます。

一般住宅とは、90年代の一般的な断熱仕様の戸建てを標準値としています。

高性能な住宅は、光熱費が抑えられてお財布に優しい家といえます。また、住宅の性能を上げることは住み心地を高めることに加え、建物の資産価値を高めることにつながります。

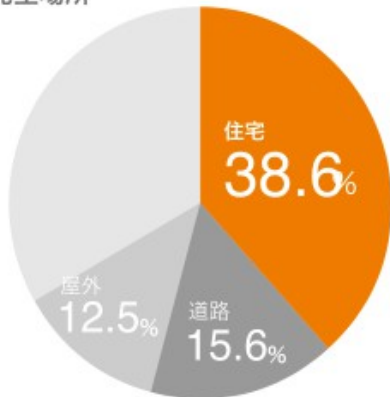
住宅の価格は、建築時の価格だけではありません。何十年と過ごす、高い買い物だからこそ、住み心地はどうか、住み続けていくにはどの程度の費用がかかるのか、などトータルで検討されることをおすすめします！

『建築費＋光熱費』のトータルで家づくりを考えましょう

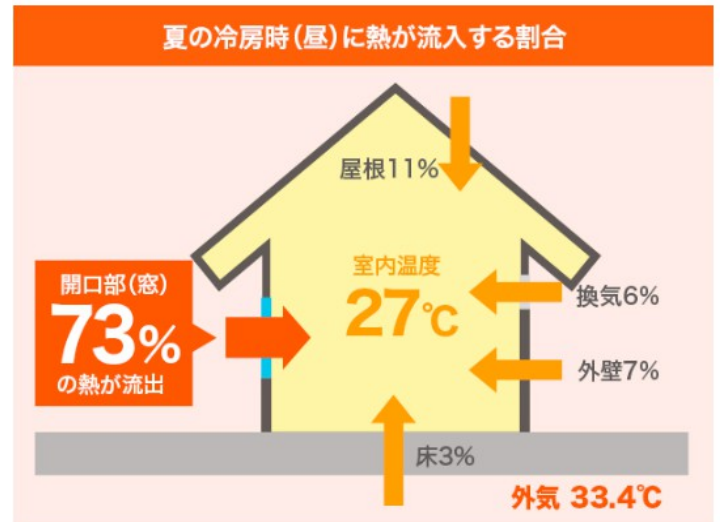
今年の夏は我慢しない！ 健康でエコな暮らしはじめませんか？

日によって40度を超える地域もあるほど、日本の夏は暑くなっています。厳しい夏の暑さは、家の中にいても不快に感じることがあります。また、冷房をつけるのを我慢すると熱中症になる危険もあるので注意が必要です。熱中症の発生場所4割近くが家の中で発生しているのです。家の中が熱くなる原因はどこにあるのでしょうか・・・？

熱中症の発生場所



出典元：総務省消防庁令和元年11月報道発表資料より
（「住居」は「住居（敷地内全ての場所を含む）」数値を使用）



（一社）日本建材・住宅設備産業協会 省エネルギー建材普及促進センター
『省エネ建材で、快適な家、健康な家』より

家の中が暑くなるのは3つの原因が！

原因1：窓・ドアから外気の熱が流入

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。

原因2：風通しが悪く室温が上昇

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。

原因3：断熱性が低いと冷房効率ダウン

真夏日が続くような季節は、冷房もフル稼働。しかし、冷房の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。光熱費も大助かりです。

健康でエコな生活をするための工夫とは！？

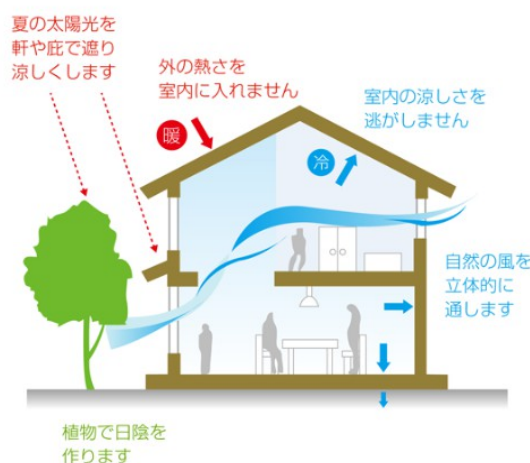
新築注文宅での工夫・・・①パッシブデザインの家

まずはできるだけ夏の強い日差しを室内に入れないことが重要です。自然のエネルギーを利用するパッシブデザインでは、軒や庇の長さに工夫を凝らすだけではなく、窓の取付位置などもしっかり検討します。ここが不十分だと、どうしてもエアコンに大きく頼る住まいになってしまいます。

そのために庇や軒の仕様を考え、日除け効果の高い装置を窓まわりに設置することがポイントになります。

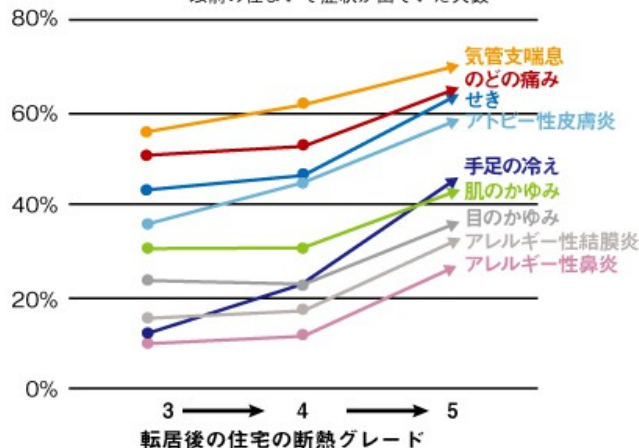
次は風通しです。敷地によく吹く風向きがあるかを把握し、建物の中の風の流れを考えながら窓の配置や大きさを決めることが重要です。

夏 パッシブデザインで涼しく



各種疾患の改善率と転居した住宅の断熱性能との関係

改善率 = $\frac{\text{新しい住まいで症状が出なくなった人数}}{\text{以前の住まいで症状が出ていた人数}}$



グレード3=Q値4.2 (H4年省エネ基準レベル)、グレード4=Q値2.7 (H11年省エネ基準レベル)、グレード5=Q値1.9

資料提供：近畿大学 岩前 篤教授

②高気密・高断熱の高性能な家

高断熱・高気密住宅の大きなメリットのひとつは、快適な室温を一年中保ちつつ、冷暖房コストを軽減できることです。

冷暖房の使用エネルギーが減れば当然ながら二酸化炭素の発生量も小さくなります。

家計にやさしい暮らしは環境にもやさしいのです。

さらに高性能な家は、家族の健康維持にも大変効果が高いことが証明されています。

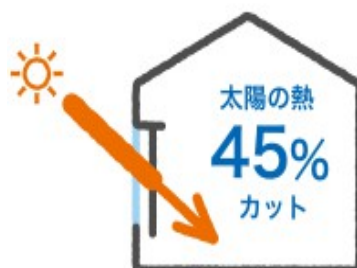
現在お住まいの家での工夫・・・シェードや外付けブラインドの利用

お住まいの家ですぐにできる日差し対策は「窓の外側でのカット」が効果的です。

夏場、室内に入ってくる熱の約7割は窓から。しかし、窓の内側のカーテンで日差しをカットしても、室外の熱が室内まで入ってきてしまいます。夏の日差しは、窓の外側のシェードや外付ブラインドでカットするのがポイントです。



カーテンの場合



シェードの場合



司の家 施工例ご紹介



新築注文住宅

高断熱・高気密の高性能の家と木cocotiの家



施工事例は
こちらから



暑い日に食べたくなるものは、冷たいアイスですね！？家庭で手作りアイスクリームを作るのはいかがですか？
材料もご家庭によくあるものを使うので作り方さえ覚えたとすぐに作れるのでおすすめですよ。

材料(4人前)

牛乳 … 300ml 生クリーム … 100ml
卵黄 … 3個分 砂糖 … 75g

①ボウルに卵黄と砂糖を入れ、泡だて器でしっかりと混ぜ合わせる。
砂糖が溶けて少し白っぽくなるので、まで混ぜ合わせる。

②鍋に生クリームと牛乳を合わせ、火にかける。
鍋のまわりがふつふつと沸いてきたら、①のボウルの中に泡だて器で混ぜながら少しずつ加える。

③②の液が混ざったら、タッパー等の容器に移して粗熱を取ったあと、
冷凍庫に移す。
蓋があれば蓋をし、なければきっちりとラップしてから冷凍してください。
※氷水に浸して、ある程度粗熱をとって冷凍するのがおすすめ。

④2～3時間で容器のまわりが固まってくるので、取り出し、スプーンを
使って全体をかき混ぜる。その後30分おき位に2～4回かき混ぜる。

『今月のレシピ
バニラアイスクリーム』



司建築計画は、地域工務店と設計事務所の良さを融合した住宅会社です。

年間12棟を丹念に、心を込めてつくっています。
同じ予算でワンランク上のお住まいがきっと実現できます。
新築、リフォーム、リノベーションのご相談承ります。

8 August

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7 立秋	8
9	10 山の日の	11	12	13	14	15 終戦記念日
16	17	18	19	20	21	22 つかさ 個別相談会
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9 September

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19 つかさ 個別相談会
20	21 敬老の日	22 秋分の日	23	24	25	26 構造見学会
27 構造見学会	28	29	30	1	2	3

※イベント開催日以外でもご都合の良い日をご連絡ください

『完全予約制』つかさ個別相談会開催



司建築計画HPの
[お問い合わせフォーム]
はこちらから

安全を確保したオフィスで、安心して家づくりのことお話しませんか？

司建築計画では、新型コロナウイルス感染症拡大防止策として、

お客様の健康・安全面を第一に考慮し、『完全予約制』の家づくり個別相談会を開催中です。

HPのお問い合わせフォームより、ご予約ください。

開催
日時

平日・土曜

事前にご予約ください

家具蔵（KAGURA）× 司建築計画
家具屋さんとのコラボレーション始めました



家具蔵さんの家具
を含めたトータル
コーディネートを行えます。

←詳しくはこちら

2現場連続開催！！

見えない部分が大切

構造見学会

一生住む大切な家。
「中身」を知らずに建てられますか？

9/26(sat)・27(sun)

10:00～15:00

国分寺市

welcome



10/3(sat)・4(sun)

10:00～15:00

三鷹市下連雀

夏涼しく、冬温かい
今話題の「高気密・高断熱の
高性能住宅」の中身が
見られます♪

子どもと思いきり
遊びたい！子育て世帯が
建てる広いロフトのある
長期優良住宅です♪

参加無料

事前予約制

各日先着3組様限定

キッズコーナー有

注文住宅をお考えの方にぜひ参加していただきたいイベントが「構造見学会」です。

建物の基礎や構造は、完成してしまうと壁や屋根の中に隠れて、見えなくなってしまう。

完成してからは見ることができない耐震性や断熱性能といった構造部分を見ていただくために行われるのが、**構造見学会**です。資料やホームページを見れば、その会社がどんな構法で構造を作っているのかは確認できます。

ですが、それはあくまでも見本です。構造見学会に参加し、**自分が頼んだ時にどんな施工が行われるのかを
ご自身の目で見て確かめてみてください！** ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、入場人数を制限して行います。



司建築計画HP



←過去の構造見学会の様子

ご予約
はこちら

E-mailで
info@tsukasak.co.jp

お電話で
0422-42-0271

司建築計画
で検索

お問い合わせ
フォームの
QRコードから



TSUKASA

建築企画・設計・監理・施工
株式会社 司建築計画

三鷹本社オフィス 〒181-0013

東京都三鷹市下連雀6-15-33

八王子出張所 〒192-0153 八王子市西寺方町1006-394

電話 0422-42-0271

Fax 0422-42-0801