住まいの安心・安全

住生活月間特集 2013

10月の住生活月間に合わせ、毎週金曜日付で掲載している「住生活月間特集」。最終週は県内の不動産情報や、こだわりの家づくりなどを取り上げます。

contents

第4回

6面…県内の不動産事情
7面 8面…こだわりの家づくり

企画・制作　佐賀新聞社営業局

結露、空気、温湿度、光、音…

適性環境保つ家づくりを

健康に暮らせるか否かを決めるポイントの一つに、住環境の善しあしが挙げられる。健康に暮らせる住宅とはどんな住宅なのか。NPO「日本健康住宅協会」の佐賀支部長を務める中尾朱実さんに聞いた。

アロマサロンを経営しながら、インテリアコーディネーターや第一種・第二種電気工事士など多くの資格を持つ中尾さん。

「以前、アロマのお客さまに『眠れない』と相談されたが、よくよく聞いてみると、症状が出始めたのは自宅のリフォーム工事の直後だった」。室内環境の変化によって、体に不調をきたしたりストレスを覚えることは珍しくない。

中尾さんが住宅と健康の問題でまず指摘するのは換気。「高気密・高断熱住宅により室内環境は昔と比べかなり改善されたが、こうした住宅に住めば健康に暮らせるのかといえば、答えはノー」。逆に、換気を正しく行わないと室内の空気が汚れ、体調を悪くする場合もあるという。

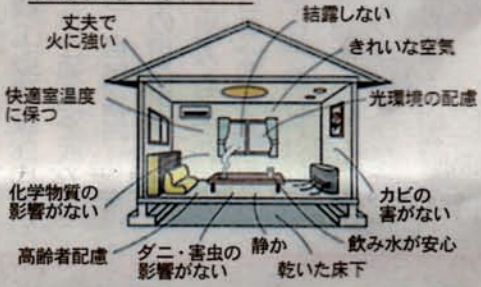
NPO「日本健康住宅協会」佐賀支部長
中尾朱実 さん

健康に暮らすための住まいの要素として同協会が挙げるのは、結露、空気、カビ、シロアリ・害虫、温湿度、光、音などの環境が適正な状態に保たれていること。中尾さんは「例えば光。快適な睡眠を得るためには体内時計を整えることが大切。そのためには、寝室の設計を朝日が十分に入るようにしたい」と話す。

新築住宅やリフォームした部屋、新しい家具を置いた部屋などで、のどの痛みや頭痛、めまい、発熱などの症状が出るシックハウス症候群に対する関心も依然として高い。

「予防に勝る対策はない。原因物質を極力減らすのが重要で、こうした要望をしっかり施工業者に伝えてほしい」と中尾さん。「美しい、見栄えがいい」という視点ではなく、健康阻害を予防するという視点こそが家づくりには大切という。

健康住宅のイメージ



出展・日本健康住宅協会