



## ～梅雨を快適・健康に過ごせる家づくり～

### 湿気は驚くほど大きな熱を持っている

誰もが寒暖計に見える気温だけを熱と思っており、空気中に含まれる水蒸気（湿気）の持つ莫大な熱をそれほど重視していません。夏場になれば気温30、湿度80%と言う日が毎日のように続きます。

私たちはこの30という気温を熱と思っています。しかし、この気温30、湿度80%空気から70%の湿気を一気に抜いて10%まで湿度を下げますと、30の気温が一気に60に上昇します。つまり、70%の湿度は30もの気温に相当する熱を持っていた事になります。

専門的になりますが、このように寒暖計に表示される熱を、見える「顕熱」と言い、湿気の持つ熱を見えない熱「潜熱」と言います。この顕熱と潜熱との遣り取りでエアコンの冷暖房作用が成立しています。つまり、普段、目に見えない湿気は膨大な熱量を持っており、この潜熱を除去する事で気温をそんなに下げる事をしなくとも快適な冷房空間をつくる事が可能になります。

### 安易な気密構造は壁内に弊害を与える

特にこの日本の梅雨時期には室外の湿度が80%を越える日々が続きます。この外部湿度を家屋内に入れないような気密構造をつくる事ができれば、エアコンのドライモード稼働で家屋全体の湿度を低い状況で維持できます。ところがこの気密構造が課題であり、壁の内側にポリフィルムを張り付けたのであれば、外部からエアコンで吸い込んだ湿気がそのフィルムに遮断される場合があります。

この遮断された湿気が断熱材に含浸して断熱効果の低下を促進させたり、腐朽菌が繁殖する要因になる場合があります。外部の気温が30、湿度が80%の時にエアコンで室内気温を26度まで下げますと、80%の露天温度（結露が始まる温度）が27ですので、26の部分に結露水が引っ付く事になるからです。つまりエアコンの機能と気密構造が大きく関係しているのですが、このような冷房のメカニズムを吟味しない家が殆どです。

## 賢明な気密とエアコンの除湿モードで快適健康を

エアコンはこの湿気が持つ膨大な潜熱を除去し、気温をことさら下げること無く、快適で健康的な冷房空間をつくるために開発されました。ところが現在の住宅性能では、室内でどんなに多くの湿気を除去しようとも、家のあちこちの隙間から外部の湿気をドンドンと吸い込んでしまいます。

せっかくのドライモードもエアコンの吹き出し付近でしか効果を得られないのが実状です。家全体の気密性をしっかりした構造にする事で、健康で快適な冷房空間が出来ます。

湿気を取ると言う事は潜熱を奪うと言う事ですが、解り易く言えば私達の身体から水分を蒸発し易くすると言う事になります。人間の身体は約70%が水で出来ていますが、そのために常に身体から水蒸気が蒸発しており、この蒸発の際に体温を奪うのです。風邪を引いて熱がでるのは身体機能である治癒作用が働きだして体温を下げるのです。

洋服を着込んだりするのには、身体を外気にあてないという理由もありますが、人体からの水分蒸発を防ぐ効果の方がはるかに大きいのです。真冬に暖かく過ごすには、湿度を保って人体から水分の蒸発を防ぐ事が賢明なのです。

エアコンのドライモードを始め様々な機能は、家にちゃんとした気密や断熱の性能が伴ってこそ、その機能を十分に果たす事が出来ます。

## 孝の知恵袋

### 冷凍食品の賞味期限

冷凍食品の賞味期限って生鮮食品よりもずいぶん長くなっているよね。冷凍食品は、食品の種類によって多少の差はあるんだけど、マイナス18以下に管理すれば、製造されてから1年間は最初の品質のまま保たれるんだよ。

でも、一般家庭の冷凍庫だとこんなにも低温にはならないんだ。だから、冷凍食品の品質が保てるのは、購入してからせいぜい2~3ヶ月ぐらいと思ったほうがいいんだよ。また、賞味期限はまだ先だって思っても、霜がついていると品質が劣化しているから気をつけてね。

