



# FAS住まい新聞

発行責任者  
**㈱福地建築**  
 北斗市中野通 324  
 Tel 0138-73-5558  
 fax 0138-73-8460

## ◇ 70%のストック住宅の断熱性能レベルは ◇

前号では「日本住宅性能表示基準」が改正となり、住宅の省エネルギー性能を一層向上させるため、新たに「断熱等性能等級5」と「一次エネルギー消費量等級6」が創設される事をご紹介いたしました。

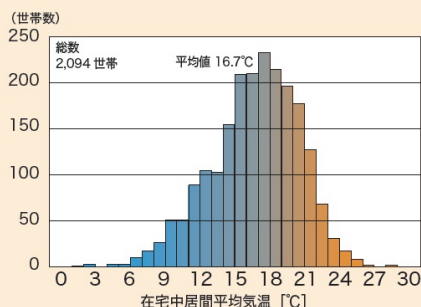
3年後の2025年には現行の省エネ基準が適合義務化となり、更に2030年までには適合義務化基準の水準引き上げが予定されています。

新築住宅は、2050年カーボンニュートラルに向け着々と進んでおります。一方で国の統計によると全国に約5,000万戸あるといわれる「ストック住宅」の約7割は、40年以上前の「昭和55年省エネ基準」以下の断熱性能しかないのが実情です。

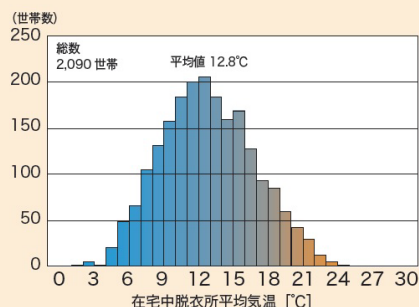
## ◇ ストック住宅の室内環境の実態 ◇

下図は（一財）ベターリビング発行「あたたか住まいガイド」からの抜粋になります。約2,000世帯によるアンケート調査によると、居間の平均室温（在宅中）は、16.7度、脱衣所の平均室温（在宅中）は12.8度という生活環境であるのが実態です。

■ 居間の平均室温（在宅中）の分布



■ 脱衣所の平均室温（在宅中）の分布



出典：「住宅の断熱化と居住者の健康への影響に関する全国調査第3回中間報告会～国土交通省スマートウェルネス住宅等推進事業調査から～室温と血圧・活動量・症状等の分析から得られた知見を速報」（一社）日本サステナブル建築協会2019.2.1

日本国内には、室温に指針がありませんがWHO（世界保健機構）の指針では18度以上ですよう強く勧告されています。

また、ヨーロッパでは室温指針が設けられている国もあります。例えば、イギリス保健省では冬期の室温指針があり、それによると推奨温度は21度、許容温度が18度、16度以下では深刻なリスクが現れるとされ、16

度未満「呼吸系疾患に影響あり」、9～12度「血圧上昇、心臓血管疾患のリスク」、5度「低体温症を起こすハイリスク」とされています。

アンケート調査結果の通りなら、多くのご家庭が日々「呼吸系疾患に影響あり」や「血圧上昇、心臓血管疾患のリスク」と隣り合わせで暮らしていることになります。

## ◇ ストック住宅にも断熱性能を… ◇

国で実施した「スマートウェルネス住宅等推進事業（断熱改修を行うことで居住者の健康状態の改善効果を実証）」や有識者の研究等により、良好な温熱環境下で過ごすことが、健康な生活に繋がることが分かってきています。

下表はそのエビデンスの一例ですが、高断熱住宅に転居した多くの人が健康面での変化を感じていることが分かります。

【高断熱住宅による健康改善効果】

	転居前	転居後
アレルギー性鼻炎	28.9%	21.0%
アレルギー性結膜炎	13.8%	9.3%
高血圧症	8.6%	3.6%
アトピー性皮膚炎	7.0%	2.1%
気管支喘息	6.7%	4.5%
関節炎	3.9%	1.3%
肺炎	3.2%	1.2%
糖尿病	2.6%	0.8%
心疾患	2.0%	0.4%
脳血管疾患	1.4%	0.2%

（出典：岩前篤：断熱性能と健康、日本建築学会 第40回 熱シンポジウム講演集2010.10）

コロナ禍による在宅の長時間化や、在宅ワークによる在宅環境の改善希望、土地不足に伴う住宅付きの土地購入と合わせた大規模リノベーションなど、近年はリフォームやリノベーションが増えてきております。

今年度も国や地方自治体による補助金や、住宅ローン「フラット35」でも【フラット35リノベ】といった金融商品もラインナップされ、リフォームやリノベーションを検討されている方への支援制度は充実しています。

今は「人生100年時代」と言われております。これからの長い人生を元気で健康に過ごし、ご家族と楽しい時間を過ごすためには、間取りの変更や建材・設備の交換だけではなく、住宅性能（断熱・気密など）をしっかりと改修して、冬あたたかく、夏すずしく、快適な環境で健康にお過ごしください。

（著：ファース本部 村上一人）