

お役立ち情報

家が人に与える影響



シックハウス？
なんとなく聞いた事はあるけど・・・

リフォームした後、なんか
変な臭いがするけど、すぐ
なくなるかしら？



子供がアレルギーも持ってるので
内装材にはこだわりました！
部屋の中の空気環境なんか、気にし
てなかったけど、いろいろ調べてみ
るとその大切さが解りました。

リフォーム豆知識

「家」が人に与えるもの、家族団らんの空間・やすらぎ・落ち着き・安心感・・・人にとって家は、今も昔もかけがえの無いものです。しかし、時代の流れとともに、「家が人に悪いものを与える」という問題がでてきました。

その悪いもののひとつがシックハウス症候群です。

家が人に悪い影響を与えるという事があってはいけません！

家は人にとってあたり前のように、心地よい空間であるべきです。

シックハウス・結露・構造問題（欠陥住宅）・・・ 様々な問題が出てきている近年、『あたり前の家』に暮らすために、私たちはもちろん、国も規制が厳しくなっています、皆様も勉強してください。

「シックハウス症候群」を知ろう！



シックハウスとは、建材に含まれる有害化学物質が人体に害を与えるということです。

新建材の大量生産（安く・施工しやすく）
合板フロア・ビニールクロス・建材接着剤

ホルムアルデヒド・アスベスト
（有害化学物質）を含む

現代住宅病 シックハウス症候群発生

新築住宅やリフォームしたての部屋に入ると、頭痛がする・目がチカチカするなど、化学物質に敏感な方は感じるケースがあります。

国による規制

シックハウスの症例が次々と報告され、国が「建材における有害化学物質の含有量」の基準を作りました。規定値以内の建材には『F☆☆☆☆（フォースター）』マークの表記を義務付け、現在流通している建材は全て入れ替えが行われました。

世間では「自然素材」が話題に！

「シックハウス」「ホルムアルデヒド」という言葉がメディアで取り上げられ、世間で『自然素材住宅』に注目が集まりました。安心して暮らせる家・室内環境が良い部屋を求め、木（無垢材）や塗り壁（けいそう土）などがでてきましたね。



壁紙は一概に化学物質を含むから悪いというわけではないんですよ。例えばビニールクロスは、燃焼した時に有害物質を発生すると言われます、壁紙もそうですが接着剤にいたるまで、F☆☆☆☆マークが表記されていますので、国お墨付きで安心できるでしょう。

それでも心配なら！

アレルギーがあるなど化学物質に対して敏感な方は、無垢材（木本来そのもの、一枚板）やけいそう土（塗り材、けいそうとは植物性プランクトンの化石のこと）をおすすめします。これらは目に見えない無数の穴が多数あいているので、その穴が室内の化学物質や湿気を吸収してくれます。床・壁全面が、自然の空気清浄機といったところでしょうか。手軽にできる対策としては、『換気』です！1番簡単で1番効果があるでしょうね！

お役立ち情報

『自然素材って?』～癒し・無害のリフォーム～



「自然素材住宅」ってよく聞くけど、なにが良いのですか?

自然素材は好きだけど、高いよなあ・・・



家族や子供のために人にやさしい自然素材を選びました!



リフォーム豆知識

「古民家」「田舎暮らし」など、雰囲気や自然といったキーワードが好まれる時代ですよね。ほとんどの場合、「自然素材住宅」への入り口は、

『木や塗り壁の雰囲気が好きだから』

『癒しの家を造りたいから』

ということからの人が多いですね。

そして、もうひとつ大切なキーワードは、「人と家にやさしい住宅」ということです!

「自然素材」の特徴を知ろう!

お役立ち情報の第10号「シックハウス症候群」で、お話ししたように、家が人に悪い影響を与えるという問題があり、現在、無害の自然素材が注目を集めています。



	新建材 壁紙(クロス)・合板フロア	自然素材 塗り壁(けいそう土)・無垢フローリング
雰囲気	一般的な住宅ですね。 <u>自然素材との比較は難しいですが、趣味の問題ですね。</u>	塗り壁の風合いのほうが落ち着くという方は多いと思います。またなんととっても「木」のぬくもりは、癒しに不可欠ですよ。
調湿 通風	「高気密」つまり密閉された空間ですから、結露や湿気がおこるかも。	「呼吸する家」と呼ばれます。木や土は、湿気を吸放出しますので、一年を通じ部屋の中の湿度を自動調整してくれます。結露を軽減し、室内の空気環境を清浄化してくれます。
痛み 耐久性	壁紙は5～10年で貼替え時期と言われます。(使用状況による) 合板フロアは15年ぐらいで傷や色落ちが目立ってくるかと思えます。	珪藻土などの塗り壁は10～15年で塗り替え時期です、無垢フローリングは一生ものと考えてください。ただし傷はつきますよ。
手入れ	壁紙は、有る程度の汚れは拭けばとれますが傷などの補修は難しいですね。合板フロアも同様、傷がついたらあきらめましょう・・・	塗り壁も無垢フローリングも、部分補修が可能です。汚れや傷はもちろん付きますが、例えば無垢フローリングは削れば復活しますし、へこんだら水をしみ込ませると元通りふくらんできます。
価格	最も一般的な建材ですので、価格も安定しています、比較的安価。種類も豊富。	壁、床とも自然素材の方がコストはかかります、耐久年数との関係もありますので、一概に高いとは言えませんが・・・
有害性	シックハウス・ホルムアルデヒドと言った問題がありましたが、現在は全ての建材は安心と言われています。(有害物質含有量規制) ただし、化学物質に敏感な方には本当の安全ではないかも・・・	木や土などの自然の材料を使うので、人に優しいと言われます。また、自然素材の調湿機能は家屋を長持ちさせると言われます。また、煙草やペットなどの脱臭効果も見込めますよ。

例えば、お子様がアレルギーの方・・・

「自然素材」がアレルギーを直してくれるというわけではありません。

「自然素材は人体に悪影響を与えない」と理解してくださいね。



『自然素材って?』 ~どうして自然素材にしたいのですか?~



自然素材って流行ってますよね。でもいい事ばかりじゃないしね。

将来、自然素材の家にリフォームしたいと思って、いろいろ調べています!



自然素材を使うと、こんなにお金がかかるのかあ。本当にこんなに予算をかけて価値があるかな?



リフォームポイント

「自然素材の家」といっても構造材は一般住宅と同じです。なにが自然素材かと言うと『仕上げ材』です。

床：合板フロア → 無垢木

壁・天井：クロス（壁紙） → 左官塗り（珪藻土など）

最近では、仕上げ材だけではなく『断熱材』も自然素材にこだわった商材も!

「どこまでこだわるのか」 「自然素材を使う目的」

「本当に自然素材である必要があるのか」

ただ「好き」と言うだけで自然素材を選んで後悔しませんか?

どうして、自然素材をお考えですか?



木の匂いとか、癒しの雰囲気が好きなんです!



「木の香り」っていいですよね。リラックス効果や消臭効果があるといわれますね。年月が経つと匂いは弱まりますが、床など薄く削れば、きれいになるのと同時に香りも復活します。ただし、痛みや傷・隙間・汚れは覚悟して! 気長に手入れしながら一生付き合う覚悟をお願いします。



子供がアレルギーで、自然素材が体に良いと聞いたのもので。



「体に良い」と言うのは、語弊があるので「体に害を与えない」と理解してくださいね。自然素材は、室内環境をきれいに保ってくれます、室内の湿度や温度などを勝手に調整してくれるので、カビやダニの発生が減少するという事です。室内環境の清浄化が目的であれば、手入れの大変な無垢の床ではなく、壁や天井を珪藻土にされたほうが、効果が見込めますよ。ただ珪藻土（自然素材）ではなくても同じような効果がある壁面商材があるのでご予算面など踏まえてご検討下さい。（INAXエコラット等 詳しくは次号で紹介しますね）



今、住んでいるマンションが結露がひどいので、結露しない自然素材を考えています。



「結露しない」家と言うのは難しいですね。結露は土地（立地）に1番影響されますからね。室内の結露対策を考えられるなら、自然素材よりも気密性を上げるほうが有効です! そもそも結露の原因は、室内外の温度差です、外部の冷たい空気が壁内を伝い、暖かい室内側で水滴（結露）にかわると言うわけです。

そこで、結露対策ですが、考え方の違いを理解してください!

木や珪藻土は室内の湿気を吸放出します、室内の湿気を吸って結露を防ぎます。

気密住宅は、室内に外気熱を伝えない（熱移動が少ない）ので結露しない。

※ 気密住宅：室内の熱が外へ逃げにくい、外部の熱を室内に伝えない。断熱性に優れた住宅 外断熱・ペアガラスなど熱・空気の流れが少ない商材を採用。

『自然素材って?』 ~自然素材の商材・材料~

「これは自然素材です。」という商品にも、自然である度合いがあるということ! 家に使う材料ですから、木材には防虫防腐剤が塗ってありますし、けいそう土でも、施工がしやすいように接着剤が混ぜられています、フローリングを貼る時にも接着剤を使う場合があります。

暮らしやすい・施工しやすいを優先しすぎると、

自然素材に「余計なものを混ぜてしまう」ことになります。

そうすると、自然素材の特徴や効果が弱まってしまうんですよ。



リフォームポイント

「自然素材」(むくフローリング・けいそう土など) 自体だけではなく、「補助建材」(接着剤・塗料・防腐剤など) にも、気をつけて!

今回は、「けいそう土」にポイントを絞ってお話します!

けいそう土

けいそう(珪藻)とは植物プランクトンの化石の事です。これは無数の穴があいていて、その穴が室内の湿気を吸放出してくれ、同時にほこりを吸いつけてくれます、だから室内の空気環境がきれいに保たれ、結露やアレルギー対策に有効と言われる、壁天井塗り材(左官材)です。



壁にけいそう土を塗る時、「けいそう土」だけでは、壁にひっつきませんので、接着剤を混ぜて塗ります。

A社の珪藻土		B社の珪藻土		C社の珪藻土	
珪藻土	57%	珪藻土	23%	珪藻土	7%
火山灰	23%	酢酸ビニル系樹脂	7%	アクリル樹脂	11%
でんぷん糊	2%	炭酸カリウム	65%	充填材・骨材	75%

けいそう土商品を販売しているメーカーはすごく増えてきました。同じ「けいそう土」と言っても、中身はメーカーによって違います。

上の表で注目してほしいのが、**青字の『珪藻土含有量』**つまり、けいそう土が入っている割合です。A社は「自然素材にこだわった」有名なメーカーです。半分以上がけいそう土ですよ。逆に、C社は「施工のしやすさ・安さにこだわった」メーカーです、けいそう土は全体の7%しか含んでいないという事です。

そして、けいそう土以外に含まれる物ですが、**『接着剤の役割をする材料』**に注意してください。表の**赤字**の部分ですが、A社のでんぷん糊はもちろん、自然素材です、逆に樹脂系の接着剤はそうではありません。つまり

『珪藻土含有量』が多い → 自然素材の効果を十分に発揮!しかし、**施工(塗り)にくく商品コストも高い。**

『接着剤含有量』が多い → **施工(塗り)やすい!コストダウンも!**しかし、**接着剤が珪藻土の穴を塞いでしまい効果が下がる。**

どの商品も人体に有害という訳ではありません。前回の「お役立ち情報」でお話したように『あなたが自然素材に何を求めるのか?』を考えて商品選びをしてくださいね。



けいそう土選びのポイント

塗り壁の風合いを求めるなら

材料費(商品代)も安価で、塗りやすいので施工も早くでき、全体でコストダウンすることができるC社がおすすめ。

結露対策など自然素材の利点を最大限に生かしたいなら

当たり前ですが、珪藻土を多く含んだA社がおすすめ。

ちなみに、一般的に1番よく使うのは、B社の商品ですね。