

住まいが健康に与える影響！？ ～部屋間温度差により健康が左右される～

住宅内の室温変化が、健康に影響する調査報告が日本サステナブル建築協会「スマートウェルネス住宅等推進調査委員会」より発表され、住宅内の室温変化が体に影響を与えることが報告されました。室温と血圧の関係はいままで指摘されてきました。急激な温度の変化によって血圧が乱れたり、脈拍が乱れたりする、ヒートショック現象は皆様も耳にしたことがあると思います。今回の調査報告によると“起床時の居間の平均室温が冬 18℃以上・夏 26℃未満の住宅を室温安定群、冬 18℃未満・夏 26℃以上の住宅を室温不安定群と分類し調査したところ、室温安定群の居住者は最高血圧、最低血圧ともに安定していた。部屋間の温度差が大きく、床近くの温度が低い室温不安定群の住宅では、居住者の血圧が高い”事が報告されました。他にも室温の低い住宅では、コレステロール値が基準値範囲を超える人や、心電図の異常所見がある、過活動膀胱症状が出るなど様々な疾病や症状が出ている事が分かったようです。この報告から、健康で過ごしていくには、住宅の断熱性を上げることがいかに大事かということが分かりました。

住宅性能の基準がとてつもないイギリスでは、室温が体に与える影響に注目し、冬場暖房を消した時の最低室内温度「18℃」を推奨する計画書をまとめ、この基準を満たしていない住宅は「改善命令」や「取り壊し命令」が出る程、住宅の性能に厳しい基準を設けています。日本の住宅は断熱性能が低いため、血圧の変動によるヒートショックなどの家庭内事故が交通事故数よりも多いのが現状です。その点、スーパーウォール工法は体感気温 22℃前後と1年中快適な室内環境。また、計画換気により、清浄な空気を保ちアレルギー物質や室内の空気のよどみを減らしたり、健康に暮らせる工法となっています。快適な住宅環境で長く健やかに過ごせるよう、これからも高気密・高断熱にこだわり、住宅性能の高い家づくりをしていきたいと思っております。



居間の室温
冬 18℃未満
夏 26℃以上
室温不安定群

居間の室温
冬 18℃以上
夏 26℃未満
室温安定群

町田税務署より表敬状を頂きました！

平成31年2月4日、町田税務署長より表敬状を頂きました。また、当日は税務署長に表敬訪問して頂き大変感謝しております。



Staff Diary ～雑話！！ トドのひとり言～

平成最後の新年一般参賀に天皇皇后両陛下を一目拝見させて頂きたいと思ひ皇居を訪れました。当日は、寒くないようにと防寒対策をしっかりとして向かいましたが、穏やかな晴天に恵まれ、思ったより寒く感じられませんでした。参賀会場につくと皇居に向かう人の波や、待っている人の多さに圧倒される程でした。幸い参賀会場には、バリアフリーの専用エリアがあり、車椅子で移動する会長は、前の方で両陛下のお姿を拝見出来、また天皇陛下のお言葉を直に拝聴し、とても感動したそうです。

会長は初めての一般参賀で「一生のうちで、記念に残る思い出になった！」ととても喜んでおりました。今年、会長は 80 歳になります。言葉数は少なくなったものの、大好きなお肉は、今も良く好んで食べております。また自宅では負けてたまるかの精神で・・・リハビリにも励んでいます。時折お世話になったお客様から「会長は、元気ですか？」と聞かれることがあり、今回は会長にお話を伺いながら書かせて頂きました。昭和、平成の時代を生き抜き、新元号を心待ちにしながら今は、日々をゆっくりと大切に過ごしています。



寒さも少し和らいで、木々が芽吹き、花が咲き始める春が近づいてきています。

春は、二十四節気の春分や雛祭りなど季節を感じる行事がありますね。

そして春は別れと出会いの季節。卒業や入学式、入社式等人生の節目となる記念の日もあります。

弊社にも、4月には新しい仲間が入社してきます。元気で明るい若い力と共に、さらに飛躍することが出来ればと、社員一同 春を楽しみに待っております。



編集後記

〒194-0035 東京都町田市忠生 3-7-15

◆新築(分譲・注文)リフォーム

株式会社三和住建 TEL042-794-3030

◆リフォームショップ

みつわ 三和株式会社 TEL042-794-0320



さんわ四季報

春号 2019 年
vol.69

世帯当たり CO2 年間排出量 3.3 トン！！

パリ協定の締結国となっている日本。国際的な枠組みの下、各締結国が様々な政策を検討したり、目標を定めています。日本は中期目標として、2030 年度の温室効果ガスの排出を 2013 年度の水準から 26%削減すると目標を定めました。この目標は、決して楽な数値ではないようですが、具体的な対策に裏付けされた実現可能な数値でもあるようです。

さて、そんな中 環境省が家庭部門の CO2 排出実態統計調査を実施し結果が公表されました。公表によると、家庭で排出される CO2 は一世帯あたり年間 3.3 トン。内訳は電気 2.25 トン(68.2%)、都市ガス 0.43 トン (13.0%)、LP ガス 0.18 トン (5.5%)、灯油 0.43 トン (13.0%)。電気の使用に 2.25 トン！家庭で出る排出量の 7 割弱が電気とは驚くと同時に、現代は電気が無いと暮らせない時代、電気に頼って暮らしているのを再確認してしまいました。家庭でも電気の使用を抑えていく必要があります。家庭で使う電気の 4 割は、冷蔵庫、照明、テレビ、エアコンです。電化製品も省エネ型の商品が増え環境に配慮した商品がたくさん出ています。その電化製品を使用するのに太陽光発電を使用すると、もっと環境にやさしくなります。ではなぜ、太陽光発電システムはエコな環境発電とされているのかというと、化石燃料を燃焼させエネルギーを取り出すには大量の二酸化炭素やその他の温室効果ガスが排出されます。それに比べ太陽光発電は太陽光のエネルギーを変換し電気に変える時、ほとんど CO2 は発生しないため、エコな発電方法とされています。(図 1)

また、化石燃料のように限りある資源に頼っているといつか枯渇してしまいます。太陽光であれば、半永続的にエネルギーを取り出すことができるからです。

発電し余ったエネルギーを蓄電池や電気自動車

に貯めておけば非常時の備えとして活用

することもできます。私達が暮らしている

中で排出している 3.3 トンの CO2 を

減らすために節電というと「我慢」に

なってしまいますが、家電の買い替え時

に省エネタイプを選択したり、太陽光発電

や蓄電池などを使用するなど「我慢」

せずに節電や節約ができて CO2 排出量

を減らして行けると良いですね。

皆様と共に、環境の事を考えながら

省エネ+創エネな家づくりを続けて行き

たいと思っております。

種類	温室効果ガス排出原単位
電力全体の平均	約360g-CO2/kWh
化石燃料火力発電全体の平均(石油、石炭、天然ガスなど)	約690g-CO2/kWh
太陽光発電の平均	約17~48g-CO2/kWh

↑図 1 現在の日本の電力の排出原単位

(出典：中央環境審議会 地球環境部会「目標達成シナリオ小委員会」資料、P.86)

★排出原単位とは、1 キロワット時 (1kWh) の電気を発電した時の CO2 排出量★

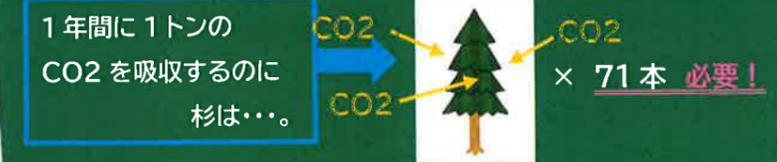
CO2 1トンはどのくらい？

サイ(クロサイ)の
1頭の体重と同じくらい。



排出した CO2 1トンを吸収するには？

杉の木約 71 本が 1 年間に吸収する CO2 が 1 トンです。



お施主様訪問記

農園直営カフェ・マルシェ「café B factory」オープンしました



町田市山崎町にある忠生公園大橋そば「ファッションセンターしまむら山崎店」の向かい側に、手入れのされた芝生とスタイリッシュで洗練された建物が目印の「café B factory」が2018年10月にopenしました。

今回はこちらのカフェを運営されている T 様を取材させていただきました。

オープンしてから数日後、早速弊社の女性社員でランチを頂きにお邪魔させていただきました。扉を開けると、左手には旬の採れたて野菜がおしゃれな木箱に入って陳列されていました。

そしてまるでコレクションされているかのように並んでいるスイーツたち。「美味しそう！どれにする？全部食べたい」と目を輝かせている私達。日替わりランチが運ばれてくると、また大騒ぎ！ワンプレートに珍しいお野菜がたくさん色どりよく、まるでアートのように盛り付けされていました。ボリューム感もたっぷり。サラダには玉ねぎのさっぱりとしたドレッシングをチョイスしてみましたがお野菜にとってもマッチしていました。ドリンクは自家製梅ソーダをオーダーしてみました。すっきりとして程よい梅の味とソーダが絶妙でした。T 様が Café をオープンするにあたってのテーマは「アートと植物を融合させた新しい農業スタイルの発信」との事。T 様はヨーロッパ圏への海外留学で沢山の友人に出会い、様々な国の家庭料理を食されたそうです。そこで感じたのが日本にしかない四季を感じる心や植物とアートを繋げたいという思い。日本に帰国後、植物園で農薬を使わず栽培するノウハウを4年間学び、珍しいお野菜の食べ方を知ってもらい、アレルギーレスフード（卵や乳製品不使用、マヨネーズは卵を使用せず豆乳で作る等）で食に対してのストレスを減らし、体に優しいものを提供したいと思ったそうです。カフェの裏手には T 様が自ら管理されている無農薬農園があり、新鮮なものを新鮮なうちに、採れたてのお野菜をご提供されています。農園作業もあり、カフェの営業は水曜日と土曜日の2日間の営業になってしまうそうです。「もっと open していたら！嬉しいのに」と思いますが、納得ですね。

このような想いが詰まった店舗を三和住建へご依頼頂いた理由は「もともとコンテナハウスを利用して Café にしようと考えていましたが、コンテナの※ヒアリが問題視された事もあり、どうするか悩んでいたところ、父が木造でも出来るのではと三和住建さんを勧めてくれました」との事でした。T 様のお父様は弊社も大変お世話になっており、今回のお話を頂きとても嬉しく思います。T 様は福祉にも目を向け「みんなのトイレ」のバリアフリーや、どんな方でも立ち寄れる場所として、入口は車いすやベビーカーの方でも利用できるよう、スロープにされました。「三和住建さんと、このお店が近いので、打合せもスムーズにできました。監督さんにもよく足を運んで頂き、打合せが沢山出来た事がとても良かったです」とお話頂きました。T 様は予算を考え、なるべく出来る事はご自分でと、デザインは、ほぼご自身でお考えになり、素敵な夢を形にさせて頂くお手伝いが出来た事を弊社としても嬉しく思います。T 様はこちらの Café だけではなく、このお店を拠点にさまざまな企画を考えて発信させたいとのことで、ますます楽しいお店になりそうですね。冬場は、夏に向けてのブルーベリーの剪定や農場の手入れ作業があり、「お休みがないんです」とおっしゃっていました。若くてエネルギッシュでおしゃれな T 様。取材のお時間を頂きありがとうございました。

ぜひ皆さんも植物とアートのカルチャーの融合を感じるお店へ足をお運び下さい。

※ヒアリ：毒針を持つ（火蟻）危険な特定外来生物



入口のスロープ



カフェ裏手無農薬農園



旬のお野菜は購入可



美味しそうなスイーツ

\ B factory 珍しいお野菜がたくさん /

種から育てている T 様 ぜひおいしい食べ方を聞いてみてください！



じゃがいもの種類がなんと6種類！インカのめざめ、十勝こがね etc...



グラスジェムコーン 同じ種から個性豊かに生長



色も形も多種多彩のトマト



白ゴーヤ シャキっとした歯ごたえ



カラフルパプリカ



手摘みのできる鮮やかなブルーベリーの実



カボスにそっくり実は...青柚子！



パリッと新鮮白と黒のパプリカ とても珍しいカラー

季節限定のワークショップや無農薬農園マルシェを開催されているようです。

ぜひチェックしてみてください



Café B factory



T 様がデザインされたタイルによるロゴマーク



中央：T 様 左：T 様お母様 右：従業員様

〒195-0074
東京都町田市山崎町 1877-1
(忠生公園大橋そば)
TEL 042-851-9213
カフェ営業時間
水曜・土曜のみ 11:00~17:00

【ブルーベリー摘み】

7月8月期間限定

Access

Café B factory 様 HP より

