



## 寒いと「生きる気力」が沸いてこない

### 前向きでポジティブな人生には暖かい家が必要だ

小説『異邦人』などで有名な作家のアルベール・カミュ（1913-1960）は、『魂の中の死』というエッセイのなかで、寒々とした東欧のプラハから陽光降り注ぐヴェネチアに列車で移動する間に、それまでの暗澹たる気分が消え去り、身体の奥底から生きる歓びに満たされる経験をした、と書いています。

花が咲き、木の葉がそよぎ、鳥がさえずる温暖な気候のなかに身を置くだけで、「ま、どうでもいいっか」というような楽天的でポジティブな気分になってくるものらしいです。暖かい南の国に比べて、寒い北の国における自殺率が異様に高いことを社会学者も指摘しています。

人間は、寒いと生きる気力が沸いてこないのです。デザインや機能性や価格も重要ですが、住まいの計画を立てる際に、「暖かい家」というコンセプトをもっと重要視してもいいんじゃないでしょうか。

木族の家では、新築はもちろん、リフォームでも、「暖房お手本住宅」を提案しています。

太陽熱を使ったハイブリットソーラーシステムと、低価格の深夜電力を使ったオンドルエコノ。どちらも蓄熱式の床暖房で、お家は24時間どの部屋もポカポカ。1年を通してTシャツだけで暮らせるあったかECO民家です。

暖房システムをしっかり計画することで、様々なかたちで床を占拠する暖房機器をすっきり無くすことができ、お部屋の整理整頓が一気に解決することにもつながる、ということをご存知でしたか？

例えば、リビングやダイニングを床暖房にすることで、ストーブやコタツが不要になります。季節ごとの片づけもいりませんし収納スペースも空いてきます。蓄熱式床暖房は和室も床暖房が可能です。

寒い信州の冬にお悩みの方は、ぜひ『暖房お手本住宅』を体験しにいらしてください。

12月に松本市、安曇野市でそれぞれ完成見学会を開催いたします。

詳しくは巻末にてご案内いたしております。



体も心も温まる蓄熱式床暖房

さて、冬に旅行されて、日本旅館に泊まれた経験がおありのことと思います。風情のある老舗旅館ほど、冬の寒さは身にしみますね。

「寒い夜中、辛抱できずに何度も寒い廊下を歩いてお風呂に体を温めにいく」という経験をしたことはありませんか。古い日本旅館の主たる暖房は『お風呂』だということがわかります。

日本人はお風呂好きといわれますが、冬場のお風呂の目的は、「体を温める」ことにあることはまちがいありません。

しかし、寒い旅館や自分の家で、体が温まるまで熱いお湯をがまんして長時間つかることのリスクは大きな悲劇を生み続けています。

## 日本の風呂・トイレは、世界で一番危険

日本の高齢者の溺死率は世界一で、主要24カ国だけで見ると日本がその56%を占めているそうです（東京ガス都市生活研究所）。

日本の高齢者が特別多く河川で溺死するのは考えられないので、日本特有の寒い季節に特徴的な入浴方法に原因があると指摘されています。

入浴中急死は外国ではほとんどなく、日本人の高温浴（冬季の入浴温度は43度、欧米の入浴温度は40度以下）が誘引と考えられています。

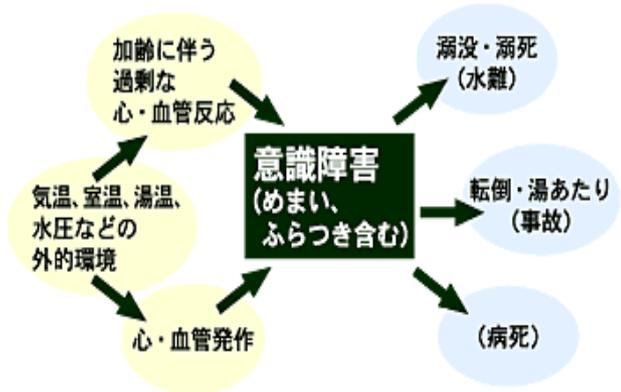
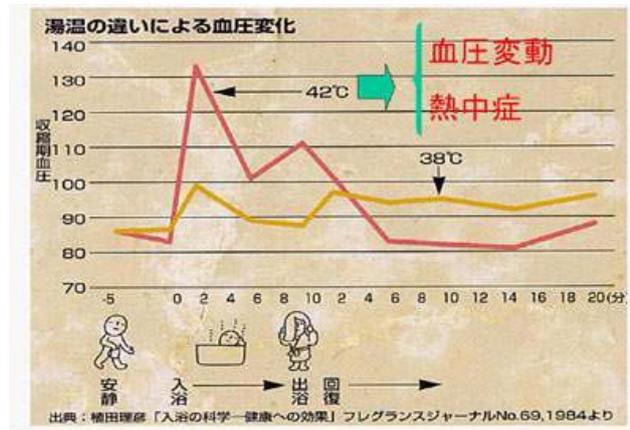
入浴中の血圧変動を調査したデータでは湯温が高いほど血圧変動は激しくなることが明らかにされています。

入浴中急死が発生する場所は浴槽内が圧倒的に多く、何と76.6%。続いて洗い場が18.4%、脱衣所4.0%となっています。

東京消防庁の協力で全国の「入浴中急死者数」の推計を行ったデータでは、年間約1万4000人と推計され、交通事故死の数倍にのぼることが判明しました。

入浴中急死はこれまで、心筋梗塞や狭心症などの循環器疾患が主な原因とされてきました。

しかし最近の研究では、浴槽内で意識を失い、湯におぼれることが主たる原因と考えられるようになりました。



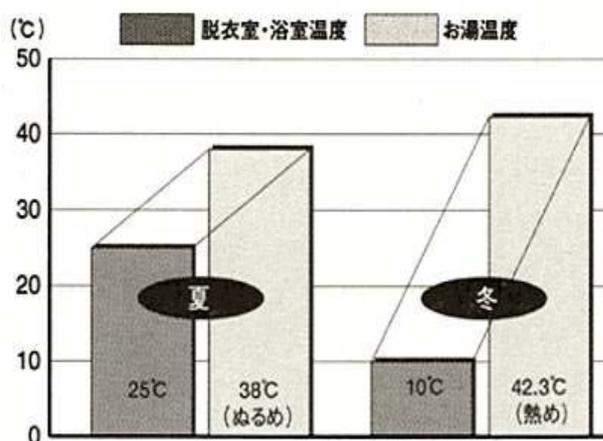
寒い家でのつらさから、身体を温めるために熱い湯で、しかも浴槽に長時間浸かりすぎて体温の上昇を招き、のぼせや湯あたりに似た症状で意識を失い、溺死。あるいは浴槽から出たあとの転倒事故につながっています。

また、夜間のトイレで事故が多いのも同じ理由です。正確には、用を足そうとふとんから出た瞬間から、危険が増します。

通常、ふとんの中は35度位の温度になり、電気

毛布を使うと40度くらいになります。

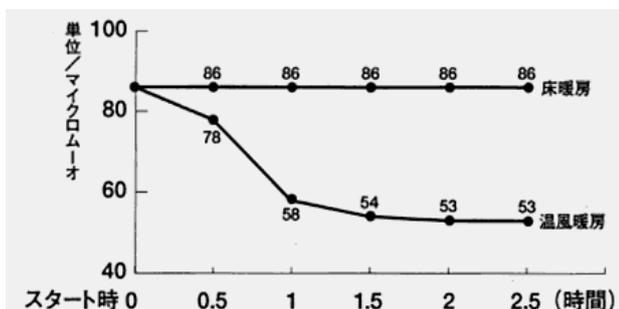
一方、冬場の夜間の室温は5～10度しかなく、トイレに行くためにいきなり20度以上の温度差に身をさらすこととなります。さらに、居室より寒いトイレで脱衣することでリスクは一気に高まります。浴室暖房やトイレ暖房は、高齢者のおられるお住まいには不可欠なものです。ぜひ、新築・リフォームの際に導入されることをお勧めします。



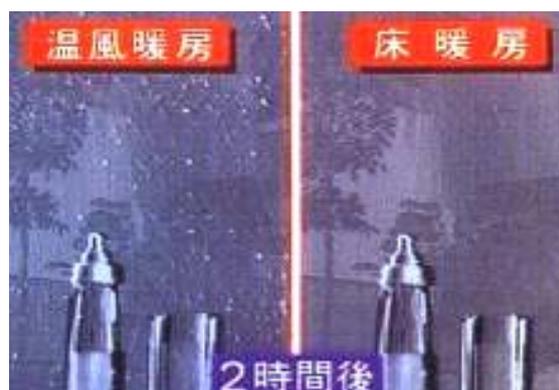
### 日本人は暖房が嫌い？

さて、高齢の方から「暖房は嫌い」という声をよく聞きます。頭がのぼせる、空気が汚れる、肌がかさかさになる、…でも、これはストーブやエアコンの暖房の現象です。そこで、あらためて床暖房のメリットをご紹介しておきましょう。

床暖房は空気を暖めて暖房するのではなく、輻射熱で暖めるため、空気が汚れず、ホコリが舞いません。



暖房時のお肌の水分量の変化



また、温風暖房は過剰な乾燥を招き、皮膚の水分を奪いますが、床暖房は遠赤外線で暖める方式のため、空気の乾燥を引き起こしにくいのです。このように、床暖房は快適な暖房に不可欠な設備です。そして、床がすっきり使えて、お部屋が広々することは言うまでもありません。



床暖房は小さなお子様にも安心！



# ※10月～11月開催の見学会報告



10月8日(土)より毎週末、完成見学会を開催いたしました。  
 どの家もそれぞれに個性と特徴があり、ご来場のお客さまも熱心に見学されていま  
 した。  
 最後の松本市惣社の見学会は『信州木の家まつり』同時開催ということで、期間も  
 長くたくさんのお客さまにおいでいただきました。  
 全て合わせると延べ255組。760名様以上というほんとうに多くの方に木族の  
 家を見ていただきました。  
 ご来場くださいましたみなさま、ありがとうございました。

# ※12月開催の見学会のご案内

12月は2つの見学会を開催します。どちらもオンドルエコノ採用の『暖房お手本住宅』  
 あったか～い無垢の床が自慢です。ぜひ体感しにいらしてください！

★ECO民家再生 ーあったかいおうちに大変身ー  
 安曇野市豊科光 12月17日(土)～18日(日)

★小さくてかわいい4人家族のおうち  
 松本市里山辺 12月23日(祝)～25日(日)



↑オンドルエコノの蓄熱砂利  
 (里山辺の現場の様子)

♥年が明けてもまだまだ続きます！  
 ♥最新情報は「木族の家ホームページ」で！！

[木族の家](#) [検索](#)

## 11月のカレンダー

2011年

1 火 先負 地鎮上 棟吉日	2 水 仏滅	3 木 文化の日 大安	4 金 赤口	5 土 先勝 地鎮上 棟吉日	6 日 友引	7 月 先負	8 火 仏滅	9 水 大安 地鎮祭 吉日	10 木 赤口 上棟 吉日	11 金 先勝 地鎮上 棟吉日	12 土 友引	13 日 先負 地鎮上 棟吉日	14 月 仏滅	15 火 すまい りんく 発行日	16 水 赤口 三隣亡
17 木 先勝 地鎮祭 吉日	18 金 友引	19 土 先負 上棟 吉日	20 日 仏滅	21 月 大安 地鎮上 棟吉日	22 火 赤口 地鎮上 棟吉日	23 水 先勝 勤労感謝の日	24 木 友引 地鎮上 棟吉日	25 金 大安 地鎮上 棟吉日	26 土 赤口	27 日 先勝 地鎮祭 吉日	28 月 友引 三隣亡	29 火 先負	30 水 仏滅	1 木 大安	2 金 赤口