



(株)伊藤工務店通信 第28号  
(2010年9月)

発行責任者 高橋 衛 (営業担当常務)  
株式会社伊藤工務店  
三重県伊勢市河崎1-11-4  
Tel.(0596)28-9266 Fax.(0596)25-1246  
E-mail [ito@amigo2.ne.jp](mailto:ito@amigo2.ne.jp)  
URL <http://www.amigo2.ne.jp/~ito/>

# 木造住宅で健康!

類人猿は木の上が住み家でした。人間と木の相性は良いのです。木は住まい、人にとつて健康でやさしい素材です。

なぜ今、健康住宅なのか?それは乳幼児、高齢者、病気の人など体の弱い人ほど長く家にいることが挙げられます。

また、家を建てたり、建て替える人の年齢はほとんど40~50歳。

あと10年もすれば、だんだん体も衰えていきます。その時のことも考えておかなければいけません。



## 木造と鉄骨造の違いは?

木の箸の先端を燃やして、燃えている部分の近くまで手で持てるか実験します。

その結果、木は燃えている部分の近くまで持てません。しかし、鉄の場合、温めると反対側の端部は熱くて持てません。

このように木は繊維の間の空気が熱を伝えません。鉄は空気を持っていませんから、熱が伝わってきます。ですから、鉄骨造は冬季に冷やされて結露し、カビが生える原因となることもあります。

木造は高い断熱性と気密性があり、熱の損失や居室間の温度差をなくすため、**冷暖房費を大幅に節約します。**

## 健康につながる木の効果

### 「体の健康づくり」

吸放湿性で湿気を吸いとり、乾燥した時に放湿してくれるので風邪予防となります。

高い断熱性があり、夏は涼しく、冬は寒さに耐えられ安眠できます。床材が木だと足の裏が冷えないので、血液の流れが良くなり脳卒中予防となります。

### 「心の健康づくり」

内装に木を使用することで精神的やすらぎを与えます。

森林浴効果の素になるフィトンチッドを嗅ぐと脳の活動と血圧が低下し、生理的に鎮静化します。

### 「住まいの健康づくり」

害虫・防腐菌が侵入しにくい環境を維持。換気を維持し、劣化を防止します。



### 湿度が低いと

### インフルエンザ

### ウィルスの

### 生存率が高まる!



インフルエンザウイルス菌は、湿度が45%以上になると生存率が低くなります。

さらに人間の喉を考察すると、過乾燥状態では気管内の繊毛が乾燥し、微生物を捕らえられなくなり、不健康状態になります。そのため吸放湿の特性を持つ木材が有効です。

# 親の良い子が育つ家づくり

## 斜め天井の秘密

日本の住宅は、二階でも四角い箱を作っています。しかし、米国・欧州などに調査に行くと二階の子供部屋・夫婦の寝室は、斜めの天井です。「なぜ斜めですか?」と尋ねますと、次のような返答です。



子供が**クリエイティブ**(獨創性)な思考空間になります。四角い空間よりも高さの違う天井に触れると、考え方が創意工夫の出る考え方になってくると思います。また、斜め天井は子供を包み込み、語りかけるような空間になります。更にその中に木の構造材を露出させると、そこで育つ子供にとつても力強い子供に変化させるパワーが出ます。結果的にそのような空間に触れると、**いきいきとした子供**が育つと考えられます。また、斜め天井にすると空気が働いてくれるので、そこには結露もカビも発生が押さえられると考えられています。

## 玄関から子供部屋への直接階段は避ける

細切れで過剰なプライバシー保護の内部空間、それは通風が悪く湿度の多い住まいです。そこで家族がどこにいても触れあいを生じる・開放感の生じる家を考えていきたいと思っています。具体的には、次のような家です。

### ●階段はリビングを通過して、二階に行ける家

学校帰りの子供が家族に気付かれるようにする。

### ●リビングの上方は、吹き抜けにしている家

誰が何をしているかすぐわかる家。

「おはよう」「ただいま」などと、家族と出会う、目を見て挨拶できる空間づくりです。

挨拶を交わすことから心の交流は始まります。

現代社会では家族共々、**以心伝心**の住まいづくりがますます重要になってきます。



## 火災が心配...



木造でも**枠組壁工法**なら安心です。枠組壁工法は構造用材で支えており気密性が高いので耐火性能をあげることができます。火の通り道になっている壁の内側・天井裏を構造体で細かく区分し、空気の流れを遮断するファイヤーストップ構造が適用されています。

そのため**枠組壁工法**は、木造住宅部のみならず唯一最難関な基準、耐火構造の認定を取りました(2004年4月)。

これは**鉄筋コンクリート住宅と同じレベル**であることを意味します。

木材でも太い材料は火に強いことが実証されています。金属は熱で急速に軟化するのに対し、木は炎が近づくと火の進行をストップさせます。



これは燃えた部分に炭化層が形成され、酸素の供給が遮断されるためです。以上のことから、火災を出火室内に閉じ込め、その間に住宅から避難することが出来ます。

今回のニュースレターは

福岡大学建築学科教授 **須貝 高氏**の資料を参考にさせていただきました。

(株)伊藤工務店 総務部

編集者 小西せな