

もくじ

はじめに

1. 建てた後も幸せが続く家づくり -----
2. 本物の健康住宅は身体にも家計にもやさしい -----
3. 家計にやさしい健康住宅 -----
4. 呼吸できない窒息気密住宅 -----
5. 24時間強制換気システム -----
6. 高気密・高断熱なのに呼吸できる家 -----
7. 快適なダウンジャケットを着た家 -----

8. 湿気と室内病気 -----
9. 湿気と修繕費 -----
10. 化学物質と室内病気 -----
11. シックハウス症候群の本当の怖さ -----
12. 室内温度差と室内病気 -----
13. 高気密＝高断熱 の勘違い -----
14. 家計にやさしい本物の健康住宅の作り方 -----

終わりに

湿気と家内病気

空気中に水蒸気（气体）の状態を保つていられる水蒸気の量は、気温によつて変わります。

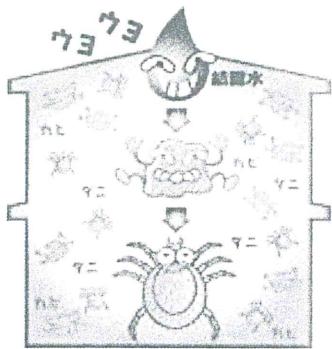
気温が高いほど、より多くの水蒸気を气体の状態で保つてゐることがでりますが、気温が下がると、气体の状態でいられなくなつた水蒸気は液体に変化します。

皆さんのが寝た後、部屋の気温は次第に下がつていきます。一番早く冷たくなるのはアルミサッシのガラスや金属、次に家具の裏や押入れの中という順番で結露として現れます。

特に押入れや物置の中は換気もできないので、湿気が籠りがちになりやすいのです。

この結露になつた湿気を好むのがカビです。

そしてカビを好むダニが繁殖して、その死骸やフンが空气中に漂い、ハウスダストとして、ぜん息・アトピーなどのさまざまアレルギー反応を引き起こします。



湿気と修繕費

この他にも、湿気を好む腐朽菌やシロアリを寄せ付けて、家を腐らせ壊してゆくのです。

このようにして、湿気が医療費と修繕費を増大させて家計を圧迫するのに対し、湿気の籠らない家は医療費や修繕費の他にも、エアコンの使用頻度も減るので電気代が抑えられ、家計に非常にやさしいことがお分かり頂けたと思います。

ちなみに、アルミサッシをどんなに高性能の断熱仕様に替えても、「断熱不足で室温が下がりすぎる」、「窒息状態で湿気が充満してしまう」という根本的な問題を解決しない限り、結露の問題はなくなりません。

化学物質と室内病気

シックハウス症候群と呼ばれている病気は、主に揮発性有機化合物が原因で引き起こされる病気で、目まい・吐き気・頭痛などの症状があり、ひどい時には倒れて、起き上がれない状態に陥ることもあります。

これらの化学物質は、花粉症と同じように徐々に身体の中に蓄積され、人によつて差がありますが、その人の許容量を超えたときに発症し、一度発症してしまうとそのアレルギー反応が一生涯続くわけです。