

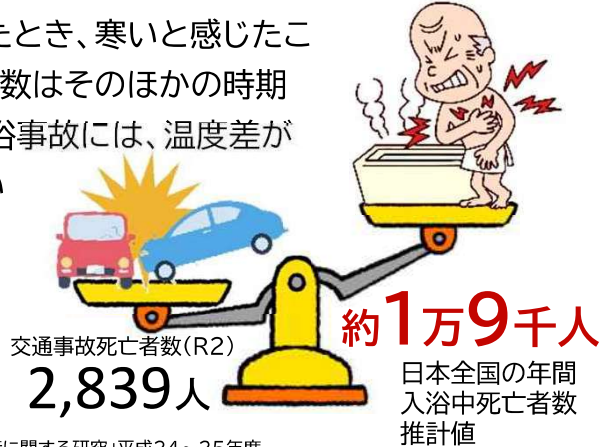
# 世界から今、注目が集まっています！「住宅と健康」の深い関わり！

## WHO「住宅と健康に関するガイドライン」で冬季室温を18℃以上にと強く勧告！

世界保健機関(WHO)は、室内の過剰な暑さや寒さに関する健康へのリスクを回避するため、温暖あるいは寒冷地域の寒い季節に於いては、室温を18℃以上とすることを強く勧告しています。寒い！暑い！じゃ済まされない「住宅と健康」の深い関わりについて今回はご紹介していきたいと思ひます。ぜひ、ご覧になってご自宅の状況思い返してみてください。

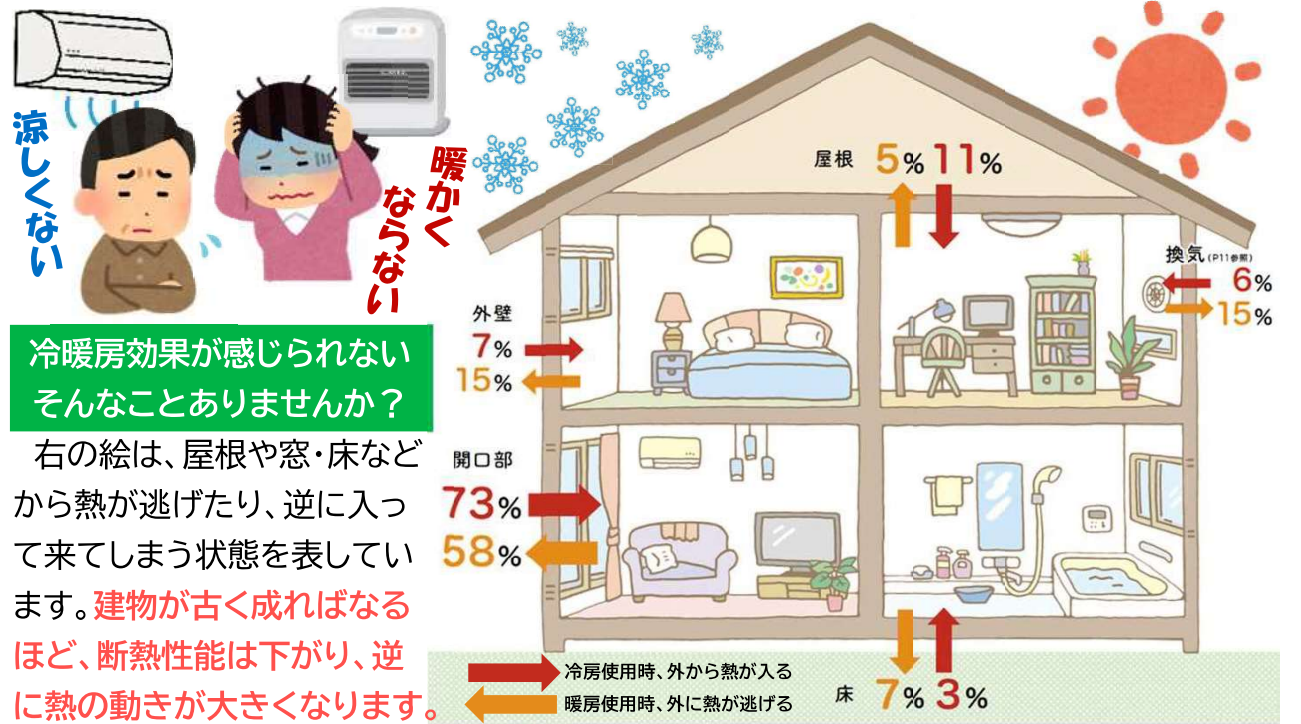
### 冬 入浴中の事故は交通事故より多い！ 温度差によるヒートショックのリスク！

暖かいリビングからお風呂場へ移動したとき、寒いと感じたことはありませんか？冬季の入浴中の死亡数はそのほかの時期と比べて何倍にもなっており、冬場の入浴事故には、温度差が引き起こすヒートショックの影響が大きいと推測されています。身体には大きな負担がかかる部屋間の寒暖差には家の断熱性能が大きく関わっています。



出典：厚生労働科学研究費補助金「入浴関連事故の実態把握及び予防対策に関する研究」平成24～25年度、総合研究報告書、警察庁「令和2年における交通事故の発生状況等について」

### 冬！どれだけの熱が外に逃げているか？ 夏！どれだけの熱が中に入ってくるか？



冷暖房効果が感じられないそんなことはありませんか？  
右の絵は、屋根や窓・床などから熱が逃げたり、逆にやって来ってしまう状態を表しています。建物が古く成ればなるほど、断熱性能は下がり、逆に熱の動きが大きくなります。

様々な価格が高騰し、光熱費が家計を苦しめているご家庭も多いと思ひます。暖房にも冷房にも電気代、更には灯油やガス代が加わるご家庭もあります。せっかく暖めた、冷やした空気が断熱性能で奪われていくなら「冷暖房費がもったいない！」ですよ？  
また、左で ご覧いただいた冬と夏の現状。昨今、寒すぎるだけではなく夏の暑さも厳しくなってきたとは感じませんか？もうすぐ来る夏！夏は熱中症対策が必要です。一年中快適に過ごせる我が家を目指して、家の断熱改修について一度考えてみませんか？

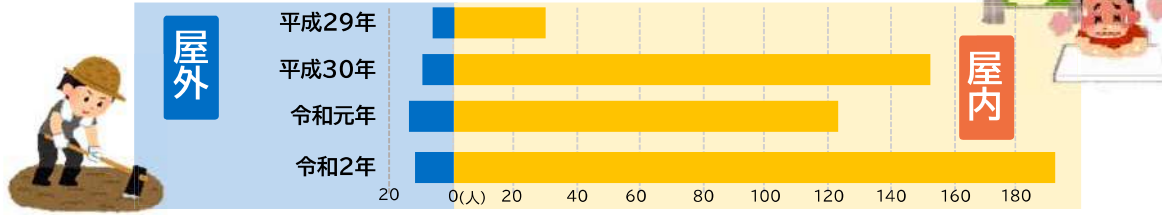
### 裏面必見 色々な「断熱改修」の方法があります

家まるごと断熱改修。それも方法の一つですが、普段よくいる部屋や寝室だけ、またお年寄りが過ごす部屋だけなど方法も様々です。ぜひ、裏面もご覧ください。➡裏面

### 夏 夏の部屋が暑すぎると感じませんか？ 家の中の熱中症に注意が必要です！

2020年夏、静岡県の浜松市では国内最高気温(41.1℃)を記録。多くの地域で最高気温を観測しました。全国の熱中症による救急搬送者や死亡者数は増加傾向にあります。下の棒グラフをご覧ください。圧倒的に屋外よりも屋内で熱中症になり死亡する人が多いことがわかります。窓や天井の断熱性を高めることで、屋外から熱が入る割合を減らし、自宅を涼しく保つことが有効です。

東京23区での熱中症死亡者数の推移



出典：東京都監察医務院「令和2年夏の熱中症死亡者の状況(東京都23区)」