

皆様、元気でお過ごしでしょうか？  
これからの季節、お部屋で快適に過ごすには、自然の風やエアコンとの上手な付き合い方がポイントです。今回は「エコで快適・涼ライフ」をテーマに心地よい風と空気で夏をさわやかに過ごすポイントをお話します。

## お部屋に風の通り道を作る



開口部を2ヶ所以上開けて、風の入口と出口を確保。開口部の位置に高低差があると風が通りやすくなります。

自然の風を家の中に取り入れるには、1ヶ所の窓を大きく開けただけではだめ。風の「入口」と同時に、「出口」を作ることが大切です。風の入口となる窓の、反対側に位置する開口部(窓やドア、襖など)を開けると効率よく風が通り抜けれます。入口を大きく、出口を細く開けると風の勢いが増し、より涼しく感じられます。二階建てなら上の階を開ければ、階下から二階にかけ

ての風の通り道が完成。窓を開けても空気が動かない時は、扇風機を使って空気の流れを作りましょう。風の出口になる方の開口部の外側に向けて扇風機を回し、強制的に空気を部屋の外へ出します。また、風の通り道をふさいでいる家具がないかも確認しましょう。



## エアコンの上手な活用術

猛暑や熱帯夜が続くようなケースでは無理をせずエアコンを活用することも必要です。ただし、冷え過ぎは体によくないので設定温度をこまめに調節しましょう。冷房時は設定温度をこまめに調節しましょう。**冷房時は設定温度を1℃高くすると約10%の節電**になります。冷たい空気は下にたまるので、エアコンの風向きは下向きよりも水平にしたほうがムラなく効率的に冷やせます。また、空気の無駄をなくすためにもフィルターのお手入れはこまめにしたいもの。室外機の吸込み口や吹出し口の近くにモノを置くと冷房効果が弱まり、電気の無駄になるので注意しましょう。家庭での夏の消費電力はエアコンが約5割を占めます。自然の風や扇風機を賢く使い、心地いい空間を確保しましょう。

### 【暮らしメモ】

#### 涼しく暮らすためのエコ・アイデア

お部屋の中をより涼しく、快適にするためには、家の外回り、エクステリアのこなしと工夫で“暑さを家の中に入れない”ことも効果的です。

#### 直射日光を上手に遮る

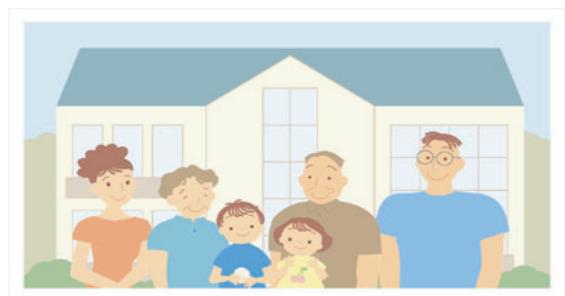
テラスやウッドデッキなどからの照り返しは、室温を上げる要因のひとつ。日射しを調節でき、雨除けとしての機能もある可動式テント「オーニング」を取り付けると日射しも照り返しも防いで冷房費を抑える効果大。小窓に設置して西日を抑えるタイプもあります。

#### 窓の外は緑で遮光

ギラギラの炎天下でも、木陰に入るとひんやりしてホッとします。このように、家の南側に樹木があると太陽の日射しを遮って日陰ができ、地面からの照り返しも防げるので、室内の温度を抑え涼しく保つ効果が。植物で日射しをガードする緑のカーテンも木陰がもたらす涼しさと同様の効果があります。そして、窓の外に広がる緑は見た目も涼しさを運んでくれます。



オーニングでおしゃれに遮光。風の通る涼しいスペースが完成します。



TOYAスマイル倶楽部事務局  
今治市玉川町中村甲677-7  
有限会社十弥工務店内  
TEL (0898)36-8182  
FAX (0898)36-8183  
E-mail : toya-info@toya.co.jp