



今月の  
特集

## 自然素材の家に 住みたい!

木造住宅を建てる時に使われる木材は、大きく無垢材と集成材の2種類に分けられます。自然素材である無垢材は自然の風合いや触感が良いだけでなく、湿度を調整する調湿作用もあるなど、さまざまなメリットがあります。

**みんなが安心して暮らせる  
自然素材の家**

「自然素材の家」に定義はありませんが、一般的には自然素材を積極的に使用した家のことで、具体的には、無垢材や漆喰、珪藻土などの自然からできた素材で造られた家のことを指しています。現在、木造住宅の多くは、手入れやメンテナンスが容易なことなどの理由から新建材と呼ばれる塩化ビニルやポリエステル、プラスチック、複数の木材を接着剤でつなぎ合わせた合板や集成材が多く用いられています。ただしそれらの新建材には、ホルムアルデヒドなどの化学物質が含まれていることがあり、シックハウス症候群などの健康被害が危惧されることから、近年、「自然素材の家」への関心が多く寄せられています。

くれる効果も期待できます。

**健康的な住まいづくりは  
快適な温度を保つことも大切**

自然素材にもやはりデメリットもあります。例えば、価格です。大量生産できる新建材と違い、自然素材は長い時間をかけて育てる必要があり、それを扱う職人さんにも特別な技術が必要になるので、費用も割高になってしまいます。それに、季節の変化による無垢材の曲がりや割れが出る可能性や、表面に傷やシミが付きやすいといった点などのデメリットがあるとされています。自然素材の家は、本来自然界にある本物の素材を使用するため、年月が

経って付いた傷や汚れを経年劣化と感ずるのではなく、それ自体を“味”として楽しみながら生活することが大切です。

健康的な住まいづくりには自然素材の検討もさることながら、室内を常に快適な温度に保つことも大切な要素です。「FPの家」は独自のウレタンパネルにより優れた断熱性と気密性を発揮。外の熱気や冷気を通しにくいのでどの居室も一定の温度に保ち、寒暖差がなく体に負担を与えない健康的な住まいづくりが可能となります。健康住宅を考えるなら、「FPの家」で自然素材を採用した注文住宅をぜひ検討してみたいかがでしょうか。



## 住まいの知恵袋

### 日影規制



建築物から周辺の土地にできる日かげを一定時間に抑え、近隣の日照を確保して居住環境を保護する、建築基準法で定められた建物の高さを制限するためのルール。日照時間が1年で1番短い冬至の日の日当たりを基準に、午前8時から午後4時まで(北海道では午前9時から午後3時まで)

の間、その場所に一定時間以上続けて日かげを生じないようにしなくてはならないと定められています。日影規制を受ける建物は「用途地域」と「高さ」から決められており、第一種低層住居専用地域や第二種低層住居専用地域では、軒高7mを超える建物、または3階建ての建物、それ以外の地域については、建築物の高さが10mを超える建物などが規制の対象となります。

## 簡単DIY

### レジンを使ったDIY



最近、DIYで注目されるレジンは英語で「樹脂」のこと。現在、市販されているレジンは「UVレジン」と「エポキシレジン」の2種類。UVレジンは1液タイプでUVライトなどの紫外線に当たると数分で固まるので、その手軽さから人気となっています。エポキシレジンは2液混合タイプ

で透明度が高いのが特徴です。レジンを入手したら、まず、スマホケースからチャレンジしてはいかがでしょう？100円ショップで入手できる透明のスマホケースにレジンを垂らし、海で拾って来た砂や貝殻をレイアウト。そこで一度UVライトや太陽光を当てて固めます。再度、レジンをコーティングしたら完成です。アイディア次第でいろいろなものが作れるレジン。ぜひDIYチャレンジを！

## お金の豆知識

### 繰上げ返済

住宅ローンの一部もしくは全部を予定よりも前倒する繰上げ返済。支払い金利は節約できますが、金利が低い場合は利息軽減効果が少なくなり、また、住宅ローンの返済期間を短縮することで住宅ローン控除の対象外になってしまうこと、繰り上げ返済時に手数料がかかることなどもあるため、慎重に検討しましょう。



## 暮らしの1ポイント



### 夏野菜

夏に旬を迎える夏野菜は夏バテ予防に効果的な栄養素を多く含んでいます。例えばトマトやキュウリに多く含まれるカリウムは、尿の排泄を促して体の余分な熱を体外へ逃がす働きがあるほか、シソトウに含まれるビタミンCやカロテンは疲労回復効果があるなど。夏野菜を食べて暑い夏を元気に乗り切りましょう！

## Dr.住まいる

### キーボードの掃除

キーボードはただの水拭き掃除では故障してしまう可能性があるため、掃除には無水エタノールがおすすめです。クロスや綿棒に無水エタノールを染み込ませて拭き、キーボードの隙間などの細かい部分は爪楊枝を使用します。拭き掃除が終わったら最後にエアダスターで細かい部分の汚れを吹き飛ばしましょう。

