

暮らしに役立つ情報満載！



住まいの ニュース

2025 **4** vol.173

今月の特集

光熱費高騰時代の 家づくり

電気・ガス料金の継続的な値上げにより、家庭の光熱費負担が増加しています。これからの住まいづくりでは、省エネ性能の高い家が快適な暮らしを実現するだけでなく、家計への負担を軽減する重要な選択となっています。

住まいの断熱性が 光熱費軽減のカギ

住宅の省エネルギー性能を決定づける最も重要な要素は「断熱性能」です。

断熱性能が低い住宅では、冬は室内の暖かい空気が外へ逃げ、夏は外の熱が室内に入り込むため、エアコンなどの空調機器を頻繁に使用することになります。これが高い光熱費の主な原因となっています。特に冬場は、暖房のためのエネルギー消費量が増加。室内の熱が逃げやすい家では、暖房器具をつけても暖かさが持続せず、常に稼働させる必要があるため、光熱費の負担が増大します。

断熱性能を高めるためには、壁や屋根、床などの外皮全体に適切な断熱材を十分な厚さで施工することが重要です。また、窓やドアなどの開口部は熱の出入りが最も激しい部分であるため、二重窓や断熱サッシの採用が効果的です。

こうした断熱対策は、光熱費を削減するだけでなく、室内の温度ムラを解消し、住まいの快適性を高めます。結露の発生を抑制する効果もあり、住宅の耐久性向上にも貢献します。住まいの断熱性を高めることは、省エネだけでなく、住宅の資産価値を保つことにもつながります。

近年では、ZEH(ネット・ゼロ・エネルギー・ハウス)のような高い省エネ基準を満たす住宅の普及も進んでいます。これらの住宅は断熱性能に加え、太陽光発電などの創エネルギー設備も備えることで、使用するエネルギーを削減することを目指しています。住宅の断熱性能を表す指標として「UA値」があり、この数値が小さいほど断熱性能が高いことを示します。

未来を見据えた 『FPの家』という選択

省エネ住宅への投資は、短期的には建設コストが上がるものの、長期的に見ると光熱費の削減により経済的なメリットをもたらします。高断熱・高気密住宅では、断熱性能の低い住宅と比較して冷暖

房費が削減できることが示されています。エネルギー価格の上昇傾向を考慮すると、省エネ住宅の経済的メリットは重要な検討要素となります。

こうした時代背景の中、『FPの家』は高断熱・高気密を実現する住宅として注目されています。独自の断熱工法と厳格な品質管理により、外気温に左右されない安定した室内環境を実現し、年間を通じて光熱費を抑制します。優れた気密性能は隙間風を防ぎ、熱損失を削減します。

また、計画的な換気システムにより、室内の空気環境を清潔に保ちながら熱回収も行うため、換気による熱ロスも抑えられます。省エネルギーと快適性を両立した『FPの家』は、これからの光熱費高騰時代を賢く乗り切るための理想的な選択と言えるでしょう。



住まいの知恵袋

ランドリールーム



従来の日本の住宅では洗濯機を浴室近くに置き、洗濯物を2階のベランダで干す配置が一般的でした。しかし近年、花粉やPM2.5への懸念から室内干しのニーズが高まり、さらに衣類乾燥機の普及により、1階にラン

ドリールームを設ける住宅が増加しています。このスペースは単なる洗濯機置き場ではなく、洗濯から乾燥、アイロンがけ、収納までを一カ所で完結できる機能的な空間として設計されています。特に共働き世帯では、家事の時間短縮と効率化を実現する重要な要素として、住宅設計時の検討項目になっています。また、最近では洗面所と連続させたり、キッチンの近くに配置したりと、家族の生活スタイルに合わせた様々なプランがあり、住まいの快適性向上に貢献しています。

できた！簡単DIY

ガーデニングを楽しむ便利グッズ



春のガーデニングシーズンを前に、作業を効率的に進める便利グッズをご紹介します。まず基本の園芸用品として、手の保護と滑り止め効果のある園芸用手袋は必須アイテムです。土や苗に直接触れる作業が多いた

め、丈夫で水洗いできるタイプがおすすめ。次に、移植ゴテと剪定ばさみは作業の質を大きく左右します。握りやすいハンドルのものを選ぶと、長時間の作業でも疲れにくくなりますよ。最近注目されているのが、膝への負担を軽減するニーパッドと折りたたみ式の園芸椅子。特に地面に近い作業が多いガーデニングでは、腰や膝の痛みの予防が重要です。ガーデニングを楽しむ便利グッズを活用して、ガーデニングをより楽しく続けられる趣味にしましょう。

お金の豆知識

金運アップのお財布



風水では、お金を引き寄せる財布に3つの特徴があります。色は「黒」か「赤」が吉とされ、特に黒は富の象徴。形は「長財布」が理想的でお金が伸びると言われています。素材は「革製品」が良く、特に牛革は安定した金運をもたらすとされています。これらを意識して財布選びをすれば、あなたの金運がアップするかも！

おしえて！Dr.住まいる

しおれた薬物野菜をシャキシャキに

しおれた野菜を復活させるには、お湯が効果的です。野菜にお湯をかけると、野菜の表面にある「気孔」という小さな穴が開き、その後、冷水に浸すことで水分を効率よく吸収します。この温度差で、みずみずしいシャキシャキとした食感が戻ります。レタスやほうれん草、小松菜など様々な薬物野菜に効果的です。

暮らしの1ポイント

ファスティング

一定期間食事を控えて胃腸を休ませる健康法のファスティング。消化器官を休ませることで、体内の解毒機能が活性化し、細胞の修復や再生が促進されると言われています。短時間から始めて徐々に時間を延ばすのがおすすめ。実践する際は十分な水分補給を忘れずに。持病のある方は必ず医師に相談してから取り組みましょう。

