

わが家に注ぎ込む 光をあやつる！

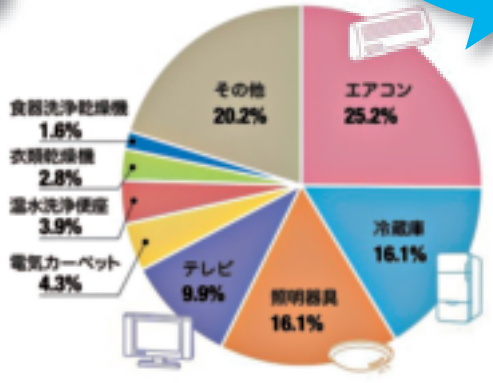
自然の光ならではの
ゆらぎが真の
癒しにつながる！

自然の光は、人工照明とは違い、天候や雲の流れ、時の経過により刻々と変化します。朝には朝のやさしい光、昼には昼の明るさ、風によぐ木漏れ日や陽だまり、夕焼けのあたたかな明かり…。人間も動物の一種です。こうした自然に近い光のゆらぎこそが、真の癒しにつながると思われます。

また、昼間の光を上手に採り込めば、照明エネルギーを2〜10%削減することができます。さらに、昼間の光の量や強さを調整することで、冷暖房の効き目上がり、使い過ぎを防ぐこともできます。

光や風など、自然にあるものを上手に利用することで、心地いい住まい環境と省エネ住宅を手に入れることができます。

家庭のエネルギー消費内訳



出所：資源エネルギー庁 平成16年度 電力需給の概算（平成15年度推定実績）
注：割合は四捨五入しているため、合計が100%とは合いません。

光をあやつることで
照明エネルギーを
2〜10%も削減できる！

意外にも
「照明エネルギー」が
16.1%も占めています！

照明エネルギー削減量の期待値

- リビング・ダイニングを2面採光とする
2〜3%程度削減
- リビング・ダイニングと老人室・子供室を2面採光とする
5%程度削減
- リビング・ダイニングと老人室・子供室を2面採光、非居室を1面採光とする
10%程度削減

出所：一般財団法人 建築環境・省エネルギー機構

光をあやつる手法は 採光・導光・日照調整

光をあやつる ▼ 採光

家の中に光を
たくさん採り入れる

窓から昼間の光を採り入れ、室内の明るさを確保する手法。ひとつの部屋に2面以上の窓を設けて明るさを増したり、高い位置に窓を設けて床面の明るさを均一にします。



▲ 2面以上の窓を設ける



▲ 吹き抜けをつくり、高い位置に窓を設ける

光をあやつる ▼ 導光

家の中に入った光を
家の奥まで導く

採り込んだ昼間の光を家の奥まで導く手法。欄間を設けて南側の部屋の明るさを北側の部屋に届けたり、内装を白くして光を反射させます。



▲ 内装を白くする

カーテンや
壁紙を白くするのも
効果的!!

光をあやつる ▼ 日照調整

ちょっとした工夫やリフォームで
窓から入る光の量や強さを調整する

住まいの開口部である「窓」まわりを工夫して、昼間の光の量や強さを調節することで、冷暖房の効き目上がり、使い過ぎを防ぐことができます。

屋外編

● 外付けスクリーン

窓全体を覆う、外付けタイプのスクリーンシート。日差しが強い西側の部屋にオススメです。夏は日差しを遮り、冬はシートを開けて日光調整が可能です。



● オーニング

オシャレに日よけができるオーニング。景色を遮らずに大きな日影がつくれます。目的に応じて長さ調節が可能。冬はオーニングをしまえば、日差しがたっぷり入ってきます。

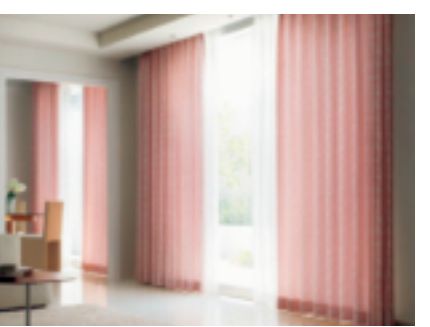


取り付け場所を選ばないオーニング。時にはオシャレなカフェ空間、時には癒しの縁側空間と、テラスの活用幅も広がります。

屋内編

● オーダーカーテン

外からも窓も工夫できない方は、カーテンの交換がおすすめです。太陽の熱を通しにくいので、部屋の温度上昇をぐっと抑えてくれます。



遮熱効果とインテリア性がアップ！カーテンがない場合と比べると、最高2.7℃も違います。

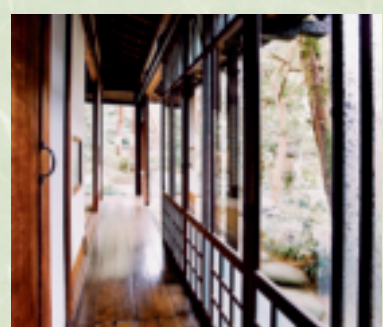
● ブラインドイン複層ガラス

ブラインドの開閉で日差しを自由に調整できるブラインドイン複層ガラス。冷房のつけ過ぎ防止にも効果大。ガラスの間にフラインドがあるので、掃除の手間も省けます。冬は室内の熱を逃さないため、暖房効果を高めてくれます。バスルームやキッチンなど水まわりにおすすめ。



縁側

日本の伝統的な民家の造りには、
学ばべき点がたくさんあります。



昔ながらの日本家屋は、さまざまな工夫が施されています。なかでも「縁側」は日本独自の空間と言えます。
縁側の庇のおかげで、日差しの高い夏は日差しが直接、家の中に入るのを防ぎ、暑さを和らげることができます。また、日差しの低い冬は、日差しを上手に採り込むことができます。日本の「夏は暑くて冬は寒い」という気候を緩和する工夫のひとつとなっています。

