



これからは「住まいのウォームビズ」を…



環境省では地球温暖化防止のため、暖房時のオフィスの室温を **20°C**にすることを呼びかけています。

“寒い時は着る”“過度に暖房機器に頼らない”そんな原点に立ち返り、“暖房に頼り過ぎず、働きやすく暖かく格好良いビジネススタイル”それが「ウォームビズ」です。

ウォームビズは暖房に必要なエネルギー使用量を削減することによって、**CO2** 発生を削減し、地球温暖化を防止することが目的です。

オフィスだけでなく住まいでも暖房温度を下げて、少しでも環境にいい生活を送りたいものです。「住まいのウォームビズ」のために、何ができるのでしょうか。



## 太陽の熱を上手に利用する

冬場は日が短い分、太陽の高さが低いので、室内の奥まで日が届きます。そこで、この太陽の力を上手に取り入れましょう。天気の良い昼間はカーテンを開け、できるだけ太陽の熱を取り入れます。南向きの部屋など、昼間はまるで温室のように暖かいものです。せっかくの自然の恵です。しっかり部屋の温度を上げましょう。

## 湿度を調節する

冬は暖房の影響などで乾燥しがちですが、湿度を15%上げれば室温を1度下げても体感温度は変わらないと言われています。そこで、適度な湿度を保つ工夫をしましょう。

冬の定番アイテムである「加湿器」を利用するだけでなく、植物を置くのも有効です。植物が持つ水分が、程よい加湿をしてくれます。



## 室内の空気の流れに気を配る

皆さんもご存知のように、暖かい空気は軽く上にいくため、足元の温度が低くなりがちです。上に溜まった暖かい空気を上手に循環させましょう。

サーキュレーター代わりに活用するのが扇風機です。エアコンの性能が向上し、空気の循環もかなり良くなりましたが、さらに補助として、数時間に1度でも扇風機を回すと効果的。暖かい空気が効率よく室内に行き渡り暖房効果がアップします。

高気密・高断熱の LaLa の家で、住まいもウォームビズ対策をして、少しでも環境によい生活を送りましょう。