

2018年8月30日 ダイヤモンド・オンライン編集部

「室内で熱中症」の元凶は日本の住宅スペックにあった

シチュエーション別で見ると、実は室内での発生が最も多い熱中症。我慢せずにエアコンをつけるように呼びかけられているが、それだけでは、この問題は解決しない。日本の住宅の断熱性能は欧州に比べて低く、「夏暑く、冬寒い」仕様になっているからだ。

アルミサッシ×コンクリは 最悪の組み合わせ



断熱性能が低ければ、エアコンをガンガンかけても効果はイマイチ。「家の性能」にもっと目を向けるべきだ Photo:PIXTA

記録的猛暑となっている今年の夏。熱中症での搬送者数も過去最高ペースとなっている中、「室内で熱中症死」というケースも多発している。東京消防庁によると、熱中症発生場所の4割超を占めて最多なのは「住宅等居住場所」、つまり家の中だ（2015年6～9月の数値）。

温度に対する感覚が弱まっている高齢者の場合、エアコンをつけずに自宅にいて、熱中症になるケースがある。また、エアコン代を節約したくて…という人もいるだろう。しかし、あまり議論になっていない問題点がある。日本の住宅の「断熱性能」だ。

「もし断熱性能が十分なら、30～40坪の家の場合、小さなエアコン1つあれば、夏も冬も十分快適です」。そう語るのは、不動産コンサルティング会社、さくら事務所会長の長嶋修氏。ちなみに、小学校へのエアコン設置も議論されているが、「アルミサッシと鉄筋コンクリートの組み合わせというのは最悪。夏は暑くて、冬は寒いに決まっている」のだという。

特に暑さの「戦犯」と言えるのは窓で、外から伝わる熱のおよそ半分は窓経由だ。断熱性の高い樹脂サッシと、二重ガラスや三重ガラスに交換すれば、それだけで部屋の中の暑さはだいぶ和らぐ。サッシが交換できない家の場合、今ある窓に内窓をつけて二重窓にするなどの方法もあるが、こうしたリフォームを家中の窓にしようと思えば、数十万円の出費は避けられない。簡単にでき、安く済ませるには、効果は落ちるが、シェード（よしず）やオーニング（可動式の日よけ）を設置するだけでもだいぶ違う。

さらに完璧にしたければ、外壁の断熱工事や、天井と床下も断熱仕様にする方法がある。

エアコン代は半減！ 家の寿命も大きく伸びる

ネックとなるのは費用だろう。サッシと外壁、天井+床下すべてを断熱にすれば、費用はざっと5~600万円（30坪程度の戸建て住宅の場合）。外壁はそのままして、サッシと天井+床下の断熱工事のみにすれば、2~300万円ほどが相場となる。

費用対効果はどうか。「エアコン代は劇的に改善されます。1ヵ月2万円の電気代だった家庭なら、1万円、もしくはそれを切ることも可能です」（長嶋会長）。冬も暖かい家だから、年間を通じてエアコン使用は少なくて済む。断熱性能の高い住宅は、省エネ効果が高いのだ。

電気代が半分になるのは魅力的だが、仮に1ヵ月で1万円を節約できたとして、年間12万円。数百万円の改修費の元を取るには何十年もかかる計算だ。目先の費用対効果を重視するなら、窓まわりの断熱対策のみにしておくのがいいかもしれない。それだけでも、前述したように「外から伝わる熱の半分は窓経由」なのだから、効果は十分にある。

しかし、建物全体の断熱性能をアップすることは、電気代削減以外にも大きなメリットがある。それは住宅の寿命を伸ばす効果だ。

家を劣化させる要素で大きいのは「水」。雨漏りはもちろん、水漏れや結露などが建物の寿命を大きく減らすのだが、断熱仕様にすることで、結露をなくすることができる。ちなみに、結露は窓だけでなく、壁の中で起きるものもあるのだという。

さらに、家族の健康にも寄与する。夏場の熱中症が恐ろしいのはもちろん、冬になれば、寒すぎる家がヒートショックによる心臓病や脳出血、脳梗塞を引き起こすことが知られている。夏にも冬にも家の性能が低くて住人の命が脅かされる、というのが、日本の住宅の抱える大きな問題点なのだ。

断熱や省エネに理解のない 工務店もまだまだ多い

ただし、断熱リフォームをしようにも、工務店探しが大きなネックになる。「断熱、省エネに詳しい工務店は2軒に1軒もないでしょう。日本の場合、ようやくこの数年でマスコミが啓蒙活動を始めたような段階です」（長嶋会長）。たとえば、[日本エネルギーパス協会](#)が工務店向けに勉強会を開くなどの取り組みもあるが、まだまだ日本中に「断熱」が浸透しているとは言えない。

たとえば、断熱住宅先進国と言えるドイツでは、省エネ政策の一環で断熱住宅を推進している。一方、日本は、戸建てハウスメーカーの9割を占める中小工務店の負担への配慮から、住宅の省エネ基準のバーを大きく引き上げることは消極的だ。

YKKやトステムのようなサッシメーカーも、断熱性能の高いサッシを売らようになったのは、この1~2年のことだ。断熱工事はどれも、さほど難易度の高いものではないが、建物の特性に応じた工事をすべきで、失敗すると「工事したのに結露する」というようなトラブルも起きる。

地球温暖化が進んでいる中、「暑すぎる夏」は今年で終わりではないだろう。エアコン設置・使用を啓蒙することも重要だが、それ以前に住宅の「断熱性能」という根本的な問題があることに、もっと注目すべきだ。

(ダイヤモンド・オンライン編集部 津本朋子)