



守り
育てる
家づくり

快適さは床から

真冬の床の冷たさは、つらいものです。足元が冷え、寝転ぼうとは思わなくなり、布団に入っても底冷えする時もあります。暖房の設定温度を上げたり、靴下やスリッパを履いたりしてしのぐ方が多いでしょう。光熱費が跳ね上がるだけでなく、暖房をしていない廊下やトイレなどとの気温差は、身体に負担を掛けます。冬の過ごしやすさの第一歩として、床の断熱がもたらす快適な住まいを考えます。

床断熱が「基本」

足元が冷たくなるのは、床面から熱が

逃げていくからです。ですから、暖房の設定温度を上げて、なかなか効果が得られません。

まず、室内の熱が逃げないようにすることが必要です。床下の断熱材を厚くしたり、断熱効果の高いものに取り換えたりしましょう。床の表面温度と室温が近づき、足元の寒さを感じにくくなります。熱が室外に逃げないので、暖房の効きも良くなります。

床断熱リフォームには、「床上タイプ」と「床下タイプ」の二つがあります。

床上タイプは、床を張り替える際に、断熱材を床の組み木の間に挟むものです。張り替えと同時に行うことでコストも抑えられますが、寒冷地の底冷えに対しては十分な断熱効果が得られない場合があります。

床下タイプは、今の床のまま、床下に新たに断熱材を施工するものです。床上タイプよりも多くの種類の断熱材を選べます。断熱材の一種であるウレタンフォームを吹き付ける工法だと、断熱材を採寸してはめ込む作業が省けるので、工期も一日程度です。

工法・素材の組み合わせによって、総工費や手間も大きく変わります。ご自宅の構造や予算との比較が必要です。

床暖房も「よみがえる」

床暖房は、室内の空気を汚さず、風を起さないでホコリが舞い上がらないうえ、室内の乾燥をあまり気にしなくて

よい暖房とされています。しかも、熱を壁や天井へ反射させ、室内全体を心地よく温めてくれます。「頭寒足熱」を作り出し、足元から体をリラックスさせてくれます。また血流もよくなり、冷え性の改善や安眠効果ももたらすとされています。

ただし、床の断熱がしっかりしていないと、熱の半分以上が床下に逃げてしまふという実験結果もあります。お湯を循環させる床暖房の場合、一日中お風呂を沸かし続けるのと変わらないぐらいのガス代がかかることだってあります。

しかし、床の断熱が十分であれば、しばらく床暖を作動させ、室温がある程度まで上がった時点で床暖をオフにしてもすぐに室温が下がることはなく、エコで快適な生活につながります。

夏も「一気に快適に」

床断熱リフォームは、施工後すぐに効果を実感できるとされています。

断熱効果が高まれば、真夏の冷房効果も高まるなど、快適さとエコの両立をしやすいくなります。

ただ、断熱効果を上げるために室内の換気をしなかつたり、床下の風通しが悪くなつたりすると、健康被害や住宅を傷めるリスクが出てきます。

暖めたり冷やしたりした空気の「熱」を失わないまま、新鮮な空気と入れ替える点については、専門の業者に知恵を出してもらった方が良いでしょう。

読売不動産

本社 東京都千代田区大手町 1-7-1
大阪支社 大阪府大阪市北区野崎町 5-9

読売新聞ビル内
読売大阪ビル内

TEL (03) 3217-8309 FAX (03) 5200-1833
TEL (06) 6363-8055 FAX (06) 6316-1400