

以前に比べたら確実に寒がりになっている はるさんです。更年期でしょうか？
そんな私が 突然！住宅の朝の最低気温を調べてみたくなりました。

そこで、自分の家や自社で建てた家、有名ハウスメーカーを含め、友人・知人にモニタリング…
約10軒に「2月1日朝暖房使用前の室内最低気温調査」を頼みました。

結果は **7℃～16℃！！**

しかし、どの家の人も寒さは感じていて暖房を点けたり、暖房が欲しいと思っていました。

あなたの家の朝はどうですか？

家のつくりようは **冬をもって旨とすべし**

グラスウール100mm・密度16kg/m³ Low-Eガラス 2月1日は16℃

はるさんの「家にできる事」

現代の死亡率は冬場に最も高くなっています。死亡原因を見ると病気・事故ともに冬が高い。なかでも溺死・転倒・窒息などの家庭内事故で亡くなる人の割合が夏に比べ高い。ちなみに交通事故の年間死亡者数は約5,000人。家庭内事故の死亡者総数は年間13,000人。交通事故の2.6倍のリスクが家庭内に潜んでいることとなります。

さて、冬場の死亡率の高さは「寒さ」に関係します。
気温の低さを着るものでカバーしても、冷気を吸い込むことで肺が冷え、免疫力が低下することは防げません。
暖房の効いた部屋と冷えた廊下やバス・トイレとの温度差、布団の中と室温との差は体に大きな負担となり「ヒートショック」の危険を生みます。

しかし、カナダやスウェーデンなどの寒さが厳しい国では季節ごとの死亡者数の差はそれほど大きくないそうです。
長い歴史を経て、寒さを乗り越えるための生活習慣や住居の備えができていますからと考えられます。

参考：近畿大学 岩前篤教授のコラム