

快適・安心に暮らす

省エネ住宅のススメ

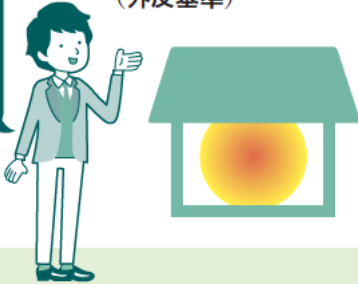
省エネ住宅とは

省エネ性能に関する2つの基準

1 住まいの熱を快適にコントロールできること!

屋根・外壁・窓などの断熱の性能に関する基準があります。
(外皮基準)

屋根や壁を断熱材や高断熱窓でくんで、魔法瓶のような構造にするんですね



2 住まいのエネルギーを賢く使えること!

暖冷房、換気、給湯、照明など住宅で使うエネルギー消費量に関する基準があります。
(一次エネルギー消費量基準)



高効率のエアコンや給湯器、LED照明にして、エネルギーを上手に使うんですね!

省エネ住宅のメリット

メリット① 環境&家計に優しい



省エネ性能の高い家電や照明、効率の良い給湯器など最新の機器・設備を導入することでエネルギーの使用を削減でき、環境も家計もプラスに。
また、太陽光発電などでエネルギーを作り出せば、さらに省エネです。

メリット③ 毎日の健康な暮らしを



断熱性能が高く暖かい住宅は、ヒートショックの防止、高血圧症の防止など、住まい手の健康作りにつながります。

メリット② 一年中快適な空間に



断熱性能が高いと部屋の中が均一に同じ温度に保たれ、一年中、24時間快適に過ごすことができます。

メリット④ 災害時も頼りに



太陽光発電システムや家庭用蓄電池などを備えておけば、停電時や災害時など、もしもの時に頼りになります。

省エネ住宅のメリットやポイントの詳細情報はこちら

省エネ住宅のススメ

検索

<http://shoene-jutaku.jp>

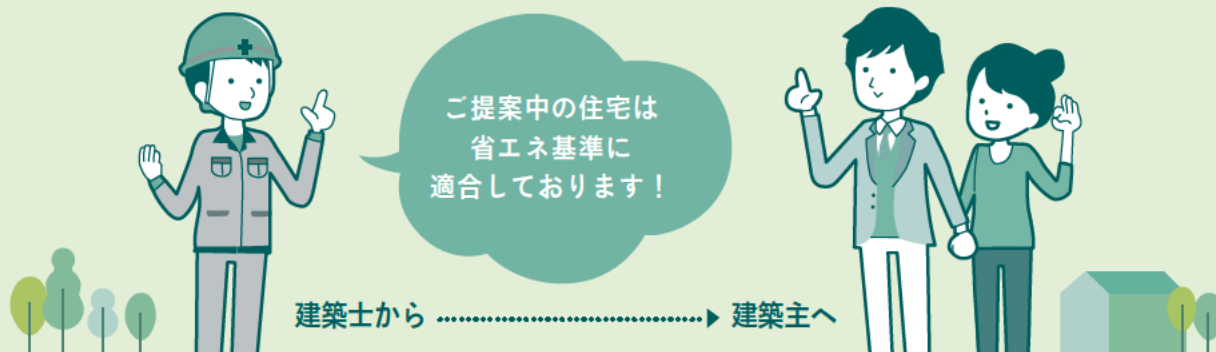


説明義務制度とは

建築士は、300㎡未満の住宅を設計する際に、建築主に対して省エネ基準への適合性等について書面を交付して説明することが、「建築物のエネルギー消費性能の向上に関する法律」で義務付けられています。

また、建築主は、建てようとする住宅について、省エネ基準に適合するよう努力義務が同じ法律で課せられています。建築士から積極的に説明を求めて、省エネ基準に適合する住宅を目指しましょう。

※建築主が説明を希望しない旨の意思表示をした場合、建築士から説明は行われません。



説明内容

- ① 省エネ基準への適否
- ② (省エネ基準に適合していない場合) 省エネ性能確保のための措置の内容

制度・省エネ基準に関するご質問は
一般財団法人建築環境・省エネルギー機構

省エネサポートセンター
☎フリーダイヤル 0120-882-177
(受付時間：平日 9:30～12:00 / 13:00～17:30)

設計・工事監理に関するご質問は
一般社団法人 日本設備設計事務所協会連合会

建築物省エネ アシストセンター
TEL : 03-5276-3535
(受付時間：平日 10:00～12:00 / 13:00～16:00)

建築士からの省エネ性能の説明に関するご相談は
各地域の建築士事務所協会

電話番号は で
※不明な場合は、日本建築士事務所協会連合会へ問合せください。
TEL : 03-3552-1281 URL : <http://www.njr.or.jp/>

その他、住宅に関するトラブルのご相談は
公益財団法人住宅リフォーム・紛争処理支援センター

住まいるダイヤル. 0570-016-100
※一部の IP 電話からは、03-3556-5147
(受付時間：平日 10:00～17:00)

省エネ基準への適合を希望します 氏名

建築士からの評価及び説明を希望しない場合には、以下についてご記入下さい。

建築士の氏名 殿 年 月 日

建築士 登録 第 号

建築主の氏名

建築物の所在地

評価及び説明を要しません

省エネで健康・快適な住まいづくりを!

「省エネ住宅」と「健康」の関係を ご存知ですか?

住宅を新築する方
住宅をリフォームする方



冬暖かく、夏涼しい! 省エネ住宅は **経済的** + **健康的**

断熱性を高める住宅設備は数多くありますが、普及はまだ充分とは言えません。
このためヒートショックや高血圧症など深刻な健康被害になることもあります。
リフォームや新築の際には、経済面だけでなく、より健康で快適な暮らしのために
省エネルギー住宅について考えてみませんか。

～断熱性能が高く、暖かい「省エネ住宅」は、住まい手の健康づくりにつながります～

ヒートショックの防止

高血圧症の防止

循環器疾患の予防

熱中症の予防

身体活動の活性化



高齢者が自立して暮らせる住生活の実現や、安全で質の高い住宅ストックを推進する観点から、ヒートショック防止等の健康増進リフォームを推進。(住生活基本計画)



●循環器疾患の対策として、40～80歳代の国民の収縮期血圧を平均で4mmHg低下させる目標。※1(健康日本21(第二次))
●糖尿病・循環器疾患等の予防の観点から、現在の身体活動量を少しでも増やすことを世代共通の方向性とし、活動指針として「+10(プラステン):今より10分多く体を動かそう」を推進。(健康づくりのための身体活動基準2013)
※1 これにより、脳卒中死亡数が年間約1万人、冠動脈疾患死亡数が年間約5千人減少すると推計されています。

改正建築物省エネ法 令和3年4月スタート

建築士は住宅を新築する施主に対し、省エネ性能の説明をすることが義務づけられます。

令和元年5月に公布された改正建築物省エネ法により、住宅を新築する際※2に、建築士から建て主に対して、省エネ性能を説明することが義務づけられます(令和3年4月スタート)。住まいを新築される際は、建築士からの説明を参考に、賢く省エネルギーな住まいを検討しましょう!

※2 300㎡未満の注文住宅や賃貸住宅等の設計契約時に、建築士に対して適用される説明義務制度です。
マンションや分譲戸建住宅の購入時や賃貸住宅の賃借時において、売り主や仲介事業者に対して適用されるものではありません。

省エネルギーを実施した居住者の健康への影響を調査

調査：国土交通省 スマートウェルネス住宅等推進調査事業（2014年度～）

室温と血圧の関係

室温が低下すると血圧が上がります



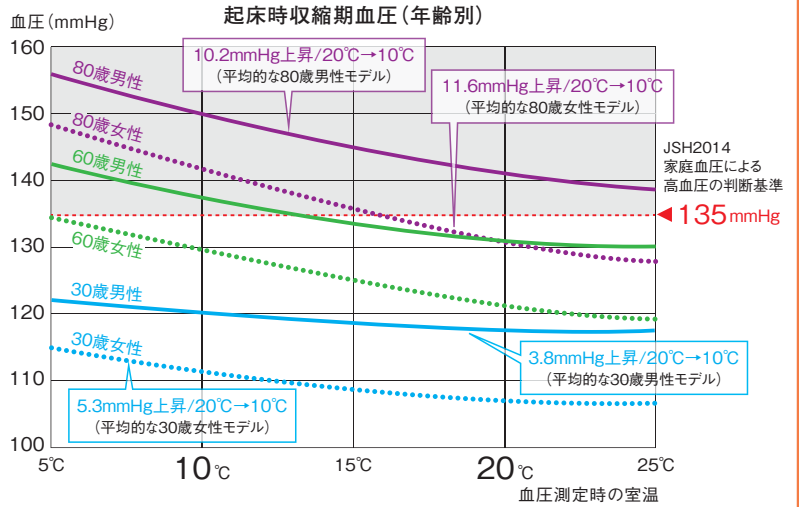
リフォームで断熱性を改善、最高血圧が平均3.5mmHg低下!

右のグラフからも、室温が低下すると血圧が上がります。その影響は高齢になるほど大きくなるのがわかります。

【例】冬季の起床時
室温が20℃から10℃に下がった場合
最高血圧はそれぞれ上昇。

80歳	女性の場合	11.6mmHg 上昇
	男性の場合	10.2mmHg 上昇
30歳	女性の場合	5.3mmHg 上昇

省エネルギーフォーム後、
起床時の最高血圧が
平均3.5mmHg 低下しました。

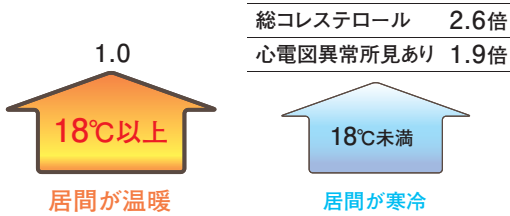


健康診断結果

室温(18℃未満:18℃以上)で比較 健康診断結果にも差が

室温の18℃未満の住宅に住む人は、
18℃以上の住宅に住む人に比べて、

- ・心電図の異常所見のある人が約1.9倍
- ・総コレステロール値が基準範囲を超える人が約2.6倍

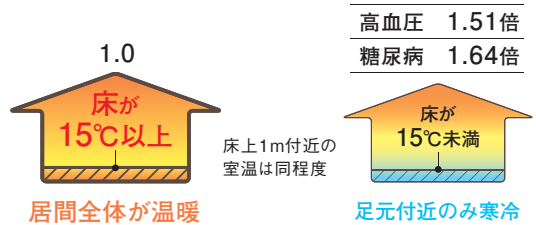


疾病との関係

足元を冷やさない住環境と病気の関係を 通院人数から考察

床付近の室温が15℃未満の住宅に住む人は、
床付近の室温が15℃以上の住宅に住む人に比べて、

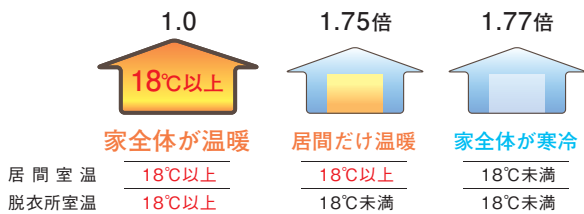
- ・高血圧で通院している人が約1.5倍
- ・糖尿病で通院している人が約1.6倍



入浴方法との関係

居間や脱衣所が18℃未満になると “熱め入浴”になりがち ヒートショックに気をつけて!

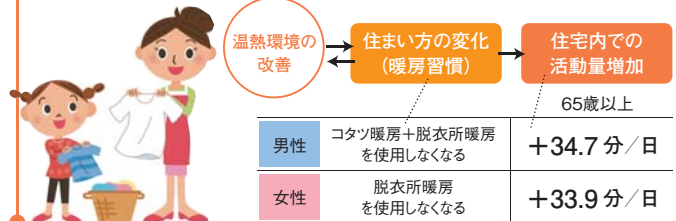
居間や脱衣所の室温が18℃未満の住宅では、
入浴事故リスクが高いとされる“熱め入浴(42℃以上)”が
約1.8倍に増加します。また、部屋間の温度差を無くす
ために居室だけでなく、家全体を暖かくすることが重要です。



住宅内活動時間との関係

居間や脱衣所の室温が上昇すると 住宅内での活動が活発に

断熱改修により居間や脱衣所の室温が上昇。
コタツが不要となることなどで、住宅内の身体活動時間が
約30分程度増加。



調査結果の詳細はこちら

断熱改修等による居住者の健康への影響調査中間報告(第3回)
https://www.mlit.go.jp/report/press/house07_hh_000198.html

省エネ基準への適合性に関する説明書

年 月 日

様

建築物のエネルギー消費性能の向上に関する法律第 27 条第 1 項の規定による説明をします。この説明書に記載の事項は、事実と相違ありません。

[建築物に関する事項]

所在地： _____

建築物エネルギー消費性能基準への適合性：

 適合 不適合

建築物エネルギー消費性能の確保のためとるべき措置：

[建築士に関する事項]

氏名： _____

資格： _____ 建築士 _____ 登録第 _____ 号

[建築士事務所に関する事項]

名称： _____

所在地： _____

区分（一級、二級、木造）： _____ 建築士事務所

(備考)