

シリーズ 「環境」から「すまい」を考える

暑い夏の過ごし方

----- クーラーで冷やし過ぎない -----

手頃な広さの庭に、池があって、花壇があって、樹木が並んで、夕方には打ち水がなされ、茂みの中から涼しげな虫の声。軒先の風鈴の音がそよ風によってさやさやと室内に送られてくる……。街中のアスファルトジャングルにくらしている者にとって、夢のような光景ですね。すまいやくらしの環境は、ちょっとしたくふうで快適にすることができます。聞きなれない用語が出てきますが、むずかしいことではありませんので、実行して、暑い夏を涼しくすごしてみませんか。

家の中での快適環境の条件は、次のような4つの要素からなっています。
①温度 ②湿度 ③気流 ④ふく(輻)射熱

①の温度は、外気温に対して室内温度はマイナス5℃くらいに設定する。それ以下には冷やし過ぎないこと(上着を付けないで作業)

例 外気温 30℃ - 5℃ = 室温25℃に設定

②の湿度は、ふつうの動き(家事、事務などの軽作業)では汗をかかない程度の水分、すなわち湿度60%前後を保つ

例 梅雨時は除湿、快晴時は加湿が必要

③の気流は、風で空気が動くことで暑気や湿気が新陳代謝され、汚れが排出され新鮮なものが流入される

例 扇風機などで、机の上の紙が舞わない程度のそよ風(0.5~1.0m/秒)をつくる

④の輻射熱は、しぜんに蓄えられた太陽エネルギーが、少しずつ放出され室温を高めているので、熱量に加味しなければならない

例 床・壁・天井や家具・カーテンなどに貯められている。外部では道路のアスファルトやビルのコンクリートなどに昼間蓄えられ、夜間輻射熱として放出されるので、帰宅後には窓、出入口を開放して熱を逃がす。少々むずかしい説明となりましたが、ひと言で示せば、次の3つです

○外気温マイナス5℃ ○湿度60% ○そよ風 1m/秒

この3点を実行され、快適で健康な生活、ひいては省エネ経費節減につながるよう望んで止みません。

