

シリーズ 「環境」から「すまい」を考える②

癒しの空間づくり

.....明るさの調整で快適な部屋を.....

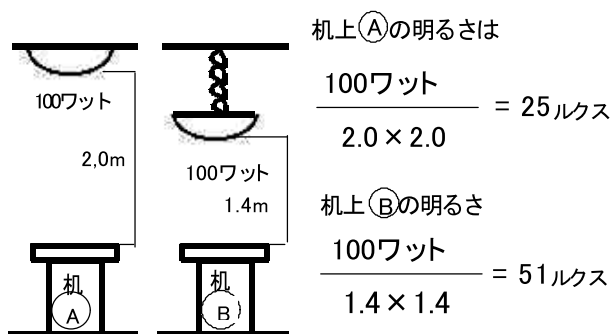
われわれはいま、人工的なものに依存しすぎる傾向が多いですね。

「明るさ」も同様です。昔の人のように「明るくなれば起き、暗くなれば寝る」という自然の生きかたができればよいのですが、太陽がさんさんと照っている昼日中、ブラインドやカーテンを閉めて、一律な人工照明のもとで作業する、というような現代社会では、オゾン層の破壊など環境への影響も起こりうることでしょうね。今回は「明るさ」について

家の中の明るさは、外からの光に対して、壁・床・天井などの材料の
 ①反射 ②吸収 ③透過 ④色つや
 などにより大きく影響されます

- ① 反射 光のくる方向によって、まぶしかったり、思ったほど明るくなかったりします
 例 玄関で、自分の顔は相手に判るが、来客の顔が暗くて判らない
- ② 吸収 黒っぽい色や、表面に凹凸の多い材料に、光が吸収されてしまう現象です
 例 黒褐色系の光沢（つや）のない、クロスの壁・天井やじゅうたん床などは光を奪ってしまう
- ③ 透過 光が障害物などによって削減され、じゅうぶん届かないことがあります
 例 ガラスの汚れやアミ戸を嵌めたままとか、窓の位置や大きさにより採光量が少なくなる
- ④ 色つや 室内の仕上材料の色や濃淡や光沢（つや）の有無により、明るさが増減します
 例 色が濃くてもつやがあれば反射により輝き、色が薄くてもつやがないと吸収により沈む

必要な明るさに光を調整することはとても大切なことです。照明の明るさ（下図を参考に算定してみてください）に上記①から④を加味して、生活の各場面で必要な明るさを保ち、やすらぎの空間をつくり出してください。



必要な明るさ (ルクス)	
200 ...	団らん、調理、洗たく
300~400 ...	食卓、化粧
400~500 ...	読書、勉強
1000~ ...	裁縫、手芸、ミシン

$$\text{照度 ルクス} = \frac{\text{光源}}{\text{高さの2乗}}$$