

学習篇

まずは
チェック! 「あたたまりやすいお部屋」かな?

暖房をつけても、なかなかあたたかにならない…それは、冷たい空気が足元にたまっていたり、すきま風が入っていたりして、あたたまりにくいお部屋になっているからかもしれないよ。まずは、チェックしてみよう。

チェック!



冷たい空気が足元にたまっていないかな?

空気には、温度が高いと上へ、低いと下へ、いこうとする性質（せいしつ）がある。暖房中（だんぼうちゅう）も、あたたかい空気は天井（てんじょう）のほうにいきやすくて、冷たい空気はお部屋の下のほうにたまりやすいんだ。そうすると、暖房をつけているのに足元だけはずっと寒い、と感じてしまう。

こんなふうにお部屋の中で冷たい空気がたまっている場所のことを「冷氣（れいき）だまり」という。この「冷氣だまり」ができないように、サーキュレーター（ゆかに置くせんぷうきのような電化製品）や空気清浄機（くうきせいじょうき）などを使ってお部屋の空気をうまくかきまぜてあげると、お部屋全体があたたかくなりやすいんだよ。そのとき、風が直接からだにあたると寒く感じてしまうので、風は人にあたらないように工夫しよう。

冷氣だまりを
つくらない
ことが大事じゃ

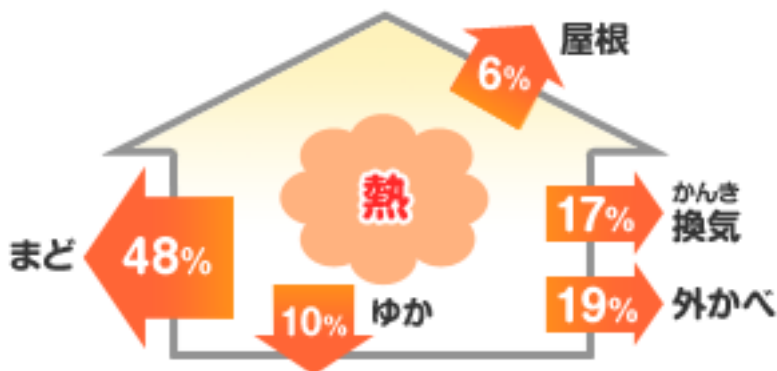


あたたかい空気が外ににげやすくなっていないかな？

お部屋の空気もかきまぜているのに、お部屋があたたまらなくて足元が寒い、ということもある。それはお部屋の"熱"が、ゆかや、まどからどんどんにげ出しているせいかもしれないよ。

そして、外へにげるだけじゃなくて、外から冷たい空気も入ってきている。まどやドアからだけじゃなくて、サッシのすきまのような小さな空間でも、冷たい空気はしのびこんでくるんだ。

まどやドアにすきまが開いていないか、まどのカーテンをきちんとしめて"熱"がにげないようにしているか、確かめてみよう。とくにまどは注意しよう。冬、お部屋の中から熱が外ににげる割合が一番高いのはまどで、外へ流れ出る熱の約48%がまどからにげているんだ。



冬に室内から熱が逃げる割合

※これらの数字は1992年の省エネ基準の住宅モデルにおける例です。

熱はまどからにげやすいんじゃない



チェック!



しつど

お部屋の湿度はちょうどいいかな？

「体感温度」という、温度があるのは知ってるかな？実際のお部屋の温度ではなくて、体で感じる温度のことだ。そして、お部屋の湿度（しつど）が低いと、体感温度も低く感じるんだよ。ぎゃくに湿度（しつど）が高すぎると、じめじめムシムシしたように感じるし、カビや結露（けつろ）の原因にもなる。人にもおうちにもちょうどいい湿度（しつど）は、40～60%の間なんだ。

冬は外の空気も乾燥（かんそう）しているし、お部屋の中もエアコンなどで乾燥しやすいから、注意が必要だ。お部屋の中に湿度計（しつどけい）を置いてみて、寒いなと思ったら、湿度（しつど）が低くなっていないか確かめてみよう。



お部屋の湿度は
40～60%に
しよう



まとめ



- ・ お部屋の空気がうまくかきまぜられていると、あたたまりやすい
- ・ まどのカーテンをしめたり、すきま風を防ぐと、あたたまりやすい
- ・ 人にもおうちにもちょうどいい湿度（しつど）は40～60%