

EVENT NEWS

7 July

S	M	T	W	T	F	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

7/16 (月) 個別相談会 事前予約制

時間 10:00~/13:00~/15:00~  
場所 Gallery様(エヌテック事務所隣)

個別相談会で家づくりに関する疑問や質問にお答え致します。例えば、『何からスタートしたら良いかわからない』『家づくりにはどんなお金が必要?』『良い土地はどうやって探せばいい?』『話だけでも聞いてみたい』など、気になる事をなんでもご相談ください。分かり易く丁寧にご説明致します。1日3組様限定となっておりますのでご予約はお早目に。



イベントへのご予約は右記のいずれかにてお申し込みくださいませ。 担当:谷口・野坂

□Webから <http://www.ntecj.co.jp/> □お電話 082-509-5771  
□メール [info@ntecj.co.jp](mailto:info@ntecj.co.jp)

7/22 (日) ハツイエセミナー 事前予約制

時間 14:00~16:30  
場所 Gallery様(エヌテック事務所隣)

建てたい家はどんな家ですか?家づくりをはじめるとは、是非知っておいていただきたい内容のセミナーを開催致します。何から始めたら良いかわからない...などの疑問・質問にも丁寧にお答えします。お子様が遊べるキッズスペースもありますので、お気軽にご家族皆様でご参加くださいませ。限定3組様となっております。

【これまでにご参加いただいたお客様の声】  
呉市K様:「自分で勉強するには時間がかかりすぎることを、簡潔にまとめて分かりやすく伝えてくれたので、とても勉強になりました。子供もぐずることなく楽しく遊んでくれたので良かったです。」  
大竹市T様:「地震のリスク、構造の説明が特に勉強になりました。パッシブデザインも具体的な話が聞いて良かったです。」  
府中町H様:「他の工務店や住宅メーカーと比較し、家族目線で建てている工務店だと感じた。」  
安芸区U様:「とても分かりやすく、家づくりに対する考えが分かりました。私自身の家に対する考え方も変わりました。ストレスを無くすためにも、住むということに真剣に考えていこうと思いました。」  
安佐南区T様:「パッシブデザインの本やSE構法の説明文で理解するものと、実際に話を聞きスライドで現実に起きた事例を見ての話はとても頭に入り、どうしてなのかわかり改めてすごいなと思いました。」

受付中! エヌテックボウリング大会

9月16日(日)の午前中に開催する、第3回エヌテックボウリング大会の参加者を募集中です。同封の応募用紙に必要事項をご記入いただき、メールまたはFAXにてエヌテックまでご応募を宜しくお願い致します。このボウリング大会では、日頃からお世話になっているエヌテックのお客様や、現場で活躍している協力業者の皆様とともに半日はありますがボウリングを楽しんでいただければと思っております。



気になる現場進行をチェック!



◀広島市南区 I 様邸【SE構法】  
準防火地域に建つ事務所併用3階建て2世帯住宅のお住まいも、いよいよ完成まであと1ヶ月を切りました。キッチンなどの造作家具の搬入も行ったりと、仕上げの工程がこれから始まります。エヌテック史上最大規模のお住まいを無事に完成させるために、もうあと1ヶ月職人の頑張りを最大限発揮できるよう現場を進めてまいります。

広島市東区 I 様邸【SE構法】▶

現在大工工事真っ最中の現場では、日々天候を見ながら、外の作業を行ったり中の作業を行ったりしています。3階のユニットバスの設置も完了しました。南側に旅館が建つ立地のため、高窓や天窓を用いて室内の明かり環境を向上させたお住まいです。



◀広島市南区 E 様邸【SE構法】  
梅雨時期でしたが、無事に基礎も完成して7月中旬には上棟を迎えます。設計の打合せもおかげさまで順調に進み、早く建物の形が見えるようにならないかと待ち遠しい限りです。準防火地域に建つロフト付き2階建てのお住まいです。

安佐南区K様邸【増改築工事】▶

7月末の引渡しに向けて大工工事も完了し、内装工事や設備工事など、仕上げの工程に入っていきます。この度は、増築工事と既存部分の改修工事も行い、1階には光冷暖も完備されたお住まいとなります。最後まで全員の力を集結して、質の高い建物を完成させたいと思います。



日々更新中! ▶ [f](#) [p](#) [Instagram](#) エヌテックスタッフブログ

株式会社エヌテック  
〒733-0007広島市西区大宮2-13-7 TEL:082-509-5771 HP:<http://www.ntecj.co.jp>

COCOCHI\_ENE

超快適&ゼロエネ研究所通信 ここちエネ。



広島市安佐南区M様邸

7  
VOL.065

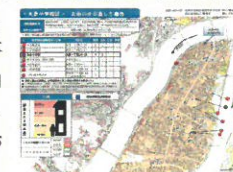
ゼロエネルギーで、「こち、ええね」な家づくり。

防災への意識を高めて安全確保ができるように

7月6日を中心に発生した豪雨災害では、広島県下でも多くの災害が発生しました。ご家族や個人個人で防災に対する備えが必要不可欠となっているように感じます。

災害情報をいち早く収集しましょう

地球温暖化の影響でしょうか、ここ数年の自然災害は規模が大きなものとなっているように思います。2014年8月20日、広島市で発生した土砂災害の記憶もまだ新しい時に、再び土砂災害や道路の冠水などの被害が今年も発生しました。ご家族・ご親戚の方々など被災されてはおりませんか?お困りの事がありましたら弊社までご連絡をお願い致します。広島県をはじめ、各自治体では「防災情報メール」を配信するサービスを行っています。まだご存知で無いようでしたら、ぜひこの機会に登録してみたいかがでしょうか?また、インターネットやスマートフォンのアプリでラジオ放送を受信できる「ラジコ」などのサービスもありますので、災害時の情報収集の手段としてもご利用いただけるかと思います。お住まいの地域における、避難施設などは事前に確認しておきましょう。「ハザードマップ」で検索すると、地域の情報を得られますので、普段から家の中で目に付く場所に掲示しておく、緊急時も落ち着いて行動ができますね。



防災への備えは万全でしょうか

例えば地震への備えを考えた場合、以下のような項目が挙げられます。  
・家具や家電の固定(転倒防止)  
・避難経路の確保(出入口が塞がれないよう)  
・家具の配置換え(ベッドなどに倒れないよう)  
・家庭内備蓄(最低3日分の飲料水や食料品)  
・非常持ち出し品の準備(防災グッズの準備)  
そして、家族会議で避難先や安否確認方法も話し合っておきましょう。

ラジオで、避難の時は長靴よりもスニーカーの方が動きやすく安全という情報が流れていました。緊急時に備え普段からの備えとシミュレーションをぜひ実施しておきましょう。



COCOCHI\_ENE  
NEWS

NTEC co.,ltd



# ! INFORMATION

## 住まいと健康の関係性について

住まいの性能が高まることによって、そこで暮らす人はより健康になる傾向が高いという研究結果が注目されています。健康のための住まいのあり方について方向性が次第に明らかになっています。

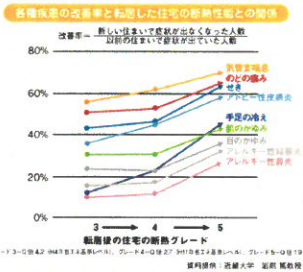
### □健康寿命の国際比較

「健康寿命」をご存知でしょうか？健康寿命とは、介護を受けたり寝たきりにならず、自立して健康な日常生活を送ることができる期間のことです。平均寿命との差について調べてみると、日本人男性が9.2歳、女性が12.7歳で、その期間が不健康寿命と言い換えることができます。この期間を国際比較したのが下の表です。日本は残念ながら不健康寿命の期間がダントツに長い国のようなのです。不健康な期間が長いことは、それだけ医療費もかかるということですので、国としてもこの期間をできるだけ短くしたいと考えています。

国名	平均寿命	健康寿命	不健康寿命
日本(男性)	79.6歳	70.4歳	9.2歳
日本(女性)	86.3歳	73.6歳	12.7歳
アメリカ	77.3歳	69.3歳	8.0歳
イギリス	78.2歳	70.6歳	7.6歳
ドイツ	78.7歳	71.8歳	6.9歳
フランス	79.7歳	72.0歳	7.7歳
中国	71.1歳	64.1歳	7.0歳
イタリア	79.7歳	72.7歳	7.0歳

### □健康になる住宅

健康と住宅はとても密接な関係性があります。その最たる例が、下の表で、住宅関連の書籍などでも度々引用される、近畿大学岩前教授の調査結果です。断熱性能の高い家に引っ越し、各種疾患に改善傾向が見られるというデータです。これをきっかけに、国も本格的に調査に乗り出し、スマートウェルネス住宅等推進事業が発足し、住宅の高性能化と居住者の健康への影響を調査研究している段階です。住宅が変わることで、国民全体への影響も大きなものとなりますので、国の行く末の鍵を握るのが住宅産業であると言っても過言ではありません。



### □快適と健康の違い

実は先日、広島で岩前教授の講演がありました。健康に関する様々な情報提供がありましたので、ここでいくつかご紹介致します。

①人の死因に関する割合は、生活習慣・遺伝・自然環境・医療の順に4:3:2:1である。

⇒生活習慣の重要性を示すデータで、住宅には生活を整える役割も求められる。

②一人で過ごすことが多い人や孤独を感じている人は、寿命が縮む可能性が30%高くなる。(アメリカの大学の研究チームが発表)

⇒交友関係が多い程、寿命が延びる。2018年イギリスでは孤独担当相が設置され、国策として孤独に対して取り組んでいる。

③家の外がうるさいと肥満が増える。(スウェーデンの研究所が発表)

⇒交通騒音によって腹部の脂肪蓄積を促すコルチゾール(ストレスホルモン)の値が上昇しているらしい。

④犬を飼うと死亡リスクが低下。(スウェーデン人340万人12年間の調査結果)

⇒特に一人暮らしの場合は、死亡リスクが33%低減。犬の散歩に出かけるなど、肉体的な活動レベルが高いことも要因。

等々、他国の研究事例なども踏まえながら、健康のための住宅づくりへ示唆に富む講演内容でした。

また、講演の中で印象深かったのは、「快適と健康は仲良しではない」というフレーズでした。例えば、タバコは害があるとわかっていながらも吸って気持ちがいいという快適感を味わえる。つまり、快適は心が求めるもので、健康は身体が求めるものであるという考えにはなるほど感じました。健康は「医療費」というバロメーターで結果を示すことができますが、快適は個人それぞれの感覚も伴いますので、なかなか結果を表現することは難しいです。

エヌテックのご提供する家は、家族が健康になれる家でありたいと思っています。そのために必要不可欠な諸条件を今一度突き詰めて皆様にご提案していこうと考えています。将来直面する不健康寿命の期間が少しでも短くなるような暮らしができる家づくりを目指して。

また、講演の中で印象深かったのは、「快適と健康は仲良しではない」というフレーズでした。例えば、タバコは害があるとわかっていながらも吸って気持ちがいいという快適感を味わえる。つまり、快適は心が求めるもので、健康は身体が求めるものであるという考えにはなるほど感じました。健康は「医療費」というバロメーターで結果を示すことができますが、快適は個人それぞれの感覚も伴いますので、なかなか結果を表現することは難しいです。

エヌテックのご提供する家は、家族が健康になれる家でありたいと思っています。そのために必要不可欠な諸条件を今一度突き詰めて皆様にご提案していこうと考えています。将来直面する不健康寿命の期間が少しでも短くなるような暮らしができる家づくりを目指して。

エヌテックのご提供する家は、家族が健康になれる家でありたいと思っています。そのために必要不可欠な諸条件を今一度突き詰めて皆様にご提案していこうと考えています。将来直面する不健康寿命の期間が少しでも短くなるような暮らしができる家づくりを目指して。

エヌテックのご提供する家は、家族が健康になれる家でありたいと思っています。そのために必要不可欠な諸条件を今一度突き詰めて皆様にご提案していこうと考えています。将来直面する不健康寿命の期間が少しでも短くなるような暮らしができる家づくりを目指して。

# Q COCOCHI\_POINT

エヌテックでは、建物の性能や室内の温熱環境だけでなく、日常の使い勝手や生活動線などにも拘ったお住まいをお客様にご提案しています。日々のちょっとしたストレスを感じない為の家づくりのポイントを連載でお届け致します。これから家づくりをお考えの方は是非「こちポイント」を参考にしてみてください。

## 17:「椅子」について

### 心地良い居場所をつくる 椅子選びの方法

「一日のほとんどの場面で登場する家具はできるだけ良質のものが良いと思う。」ある家具屋さんの言葉です。例えるなら男性の時計選び、女性の靴選びでしょうか？長く愛用したいものに対して、それ相当の対価を払う。椅子に対してもそんな気持ちで考えていただきたいものです。



### ! : 実際に腰を下ろして判断しましょう

生活の様々な場面で椅子は登場します。玄関でちょこんと腰掛けて靴を脱ぎ履きしたり、食卓を囲むように座って家族でご飯を食べたり、リビングでラウンジチェアにどっしりと腰を下ろしたり。お風呂場でも座るでしょうし、洗面所や鏡台で身支度の時に座る方もいらっしゃるでしょう。職場でも椅子に長時間座ってらっしゃる方も多いでしょうから、私たちは一日の内の何時間も椅子に腰を掛けていることになります。デザイン性や機能性、価格面など様々な側面から椅子を選ぶと思いますが、まずは靴を脱いで実際に座ってみてその感触を確かめていただきたいです。背もたれが心地良いか違和感はないか？座面の高さや座り心地はどうか？肘掛けはあるか？足が床に届くか？椅子を動かすのに重さはどうか？体重を傾けた時のバランスはどうか？チェック項目は多岐に渡ります。使うシーンに応じて、必要とする性能をじっくり考えて椅子選びを楽しみましょう。



### ! : お気に入りの一脚を

北欧デザインの椅子の脚は、日本人には少し長くて長時間だと座りづらいケースもあるようです。もし座ってみてそう感じたら脚を少しカットしてもらおうのも一考です。私たち日本人の体型や生活スタイルに合った椅子を選ぶことも大切ですね。ある建築家が、「椅子をつくる程難しい仕事はない」と言っています。椅子には、人の体重を受け止めてあげるための機能が必要とされます。ぜひ、ご自身のお気に入りの一脚を見つけて、末永く愛用していただければと思います。エヌテックでも、そのようなご相談をお受けしておりますのでお気軽にご連絡をお願いします。



### 椅子はあなたを受け止めてくれる 大切なパートナー

COCOCHI\_POINT バックナンバー ▽  
01:「玄関・ポーチ」 02:「ドア」 03:「和室」 04:「収納」 05:「洗濯物干し場」  
06:「軒・庇」 07:「キッチン」 08:「窓」 09:「駐車スペース」 10:「構造」  
11:「子供部屋」 12:「寸法」 13:「リビング」 14:「寝室」 15:「日射遮蔽」  
16:「食卓」

# ♡ RECOMMEND



Q: 代表野坂のモノローグ  
快適、そして省エネルギーへの想い4

4月号のつづき...

私は、人が快適を感じる要素である、室内の上下左右(床・壁・天井)の温度ムラをなくすこと、温度と湿度のバランスを実現すること、家中を一年中快適な温度にすることを目指していますが、なかなか厄介で簡単なことではありません。いくつもの手法がある「暖房」方法と違って、特に気温だけでなく湿度も高くエアコン冷房しか解決方法がない「夏」が課題です。

まだまだエヌテックのチャレンジは終わりません。

OMソーラーに出会ったとき、私が「これだ!」と感じたのは、常々、問題意識を持っていたからだと思います。これからも誰と何と出会いエヌテックの世界が広がるか楽しみです。その時のために、私だけでなくスタッフ全員がアンテナを張り、感度を磨いて勉強を怠らないようにせねばなりません。

どんなにかっこ良く素晴らしい意匠設計であっても、どんなに材料や労務にもすごいコストを掛けてあっても、温熱環境が整っておらず快適でない家は、豊かな暮らしが出来るとは私は思いませんし、私は正直つまらない家だと思えます。

つづく。



# ♡ RECOMMEND



Q: スタッフ谷口オススメの今月の一冊  
小さなエネルギーで豊かに暮らせる住まいをつくる

エヌテックが野池さんにパッシブデザインを習い始めた頃(2010年)と私がエヌテックに入社したタイミングはほぼ同時期でした。ハウスメーカーから転職してきた私は当時、木のぬくもりが感じられる木造住宅を建てる仕事に取り組むぞーとなんとなく思っていました。ところが、野池さんが月に一度来て話して下さる内容に、設計者としてとても合点がいき、パッシブデザインの設計手法が、今回ご紹介する本のタイトルの通り、「小さなエネルギーで豊かに暮らせる住まいをつくる」ことに結びつくこと確信しています。

野池さんは、2011年の福島原発の事故をきっかけに、この通信でも

度々ご紹介している「Forward to 1985 energy life」の活動を始められます。この本は、その活動をより多くの方に知っていただき、タイトルのような暮らしを実現させるための具体的な手法について紹介している、生活者目線で書かれた解説本です。新築を計画される際の参考図書にもなりますし、暮らしが始まってからの具体的な生活の工夫の様子も参考になると思います。里山資本主義の著者、濱谷浩氏との対談も掲載されており、充実した内容の書籍ですのでぜひ一読下さい。

「小さなエネルギーで豊かに暮らせる住まいをつくる」 野池 政宏 著  
学芸出版社 1,800円(税別)

