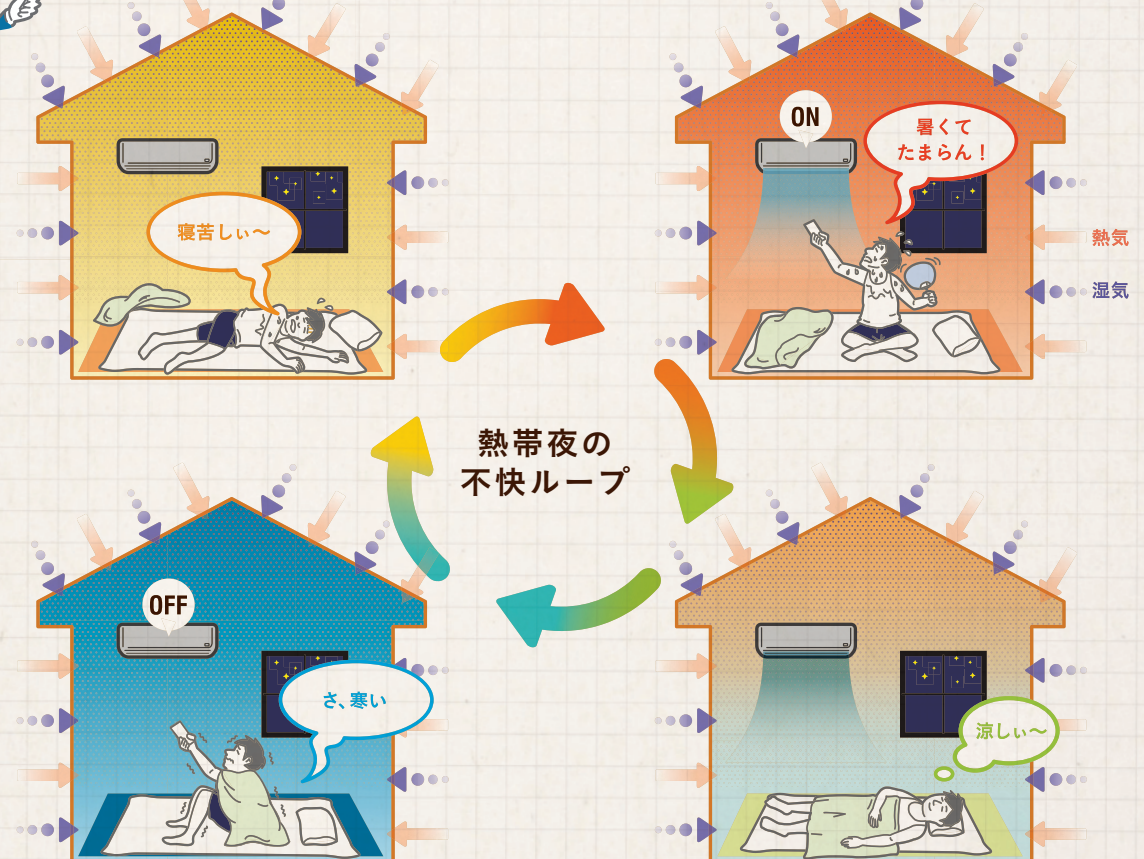


私たちを悩ませる熱帯夜。

毎年やってくる厳しい夏。高温多湿という日本の夏において、昼間の暑さはもちろん、熱帯夜をどうしのぐかも大きな課題です。

こんな経験はないでしょうか。じめじめした鬱陶しい暑さで寝付くことができず、寝室のエアコンをつけて眠りについたところ、今度は部屋が冷えすぎてしまい、凍えて目が覚めてしまった。また逆に、エアコンのスリープタイマーをオンにして寝たところ、寝付きは良かったものの、切れるとすぐに部屋は蒸し風呂状態。汗だくで目覚める…。

エアコンに頼らずに窓を開けることで快適な睡眠を得られればよいのですが、それもなかなか難しい。暑さ以外に、湿気・音・蚊などの不快が室内に入ってくる可能性が高く、さらに防犯上の心配も出てきてしまいます。



スウェーデンハウスの 実測データを読み解くと…。

スウェーデンハウスがお勧めしている夏の快適&健康な過ごし方は「冷房の24時間連続運転」(設定温度は高めで大丈夫)です。連続運転といっても、ずっと強風が吹き出しているわけではなく、「ほぼ無風の待機状態」の時間が続いていることがオーナー様のお宅での実測データで確認できています。稼働していた4台のエアコンのうちピン

通常運転をした場合

1時間あたりの消費電力量
1,230Wh
(冷房時) ※3

エアコンの風が
苦手な方も、
安心ですね。



24時間
連続運転の場合

わずか
約 **1/4**

最も消費した
午前11時~12時の
電力量
約 **310Wh**

1日の約半分の時間帯で
「ほぼ無風の待機状態」となり

消費電力量は
約 **10Wh**

省エネに過ごせるのはスウェーデンハウスが蓄熱・蓄冷性能に優れた家だからと言えます。家自体に熱(暖かい熱も、冷たい

さらにこのお宅で同時に行っていた各部屋の温度計測結果によると、同じ部屋の中で1日の温度差は最大で1.5℃、各部屋間の温度差は最大2.0℃と、一日中、家の中が快適な環境だったことも分かりました。 ※2

蓄冷の効果によって
室内が涼しさをキープしていると、
連続運転中のエアコンが
細かく運転を制御して
待機状態となる時間が
増えるのです。



快適キープのカギ。

この蓄熱・蓄冷性能のカギを握るのが断熱性能であり、その断熱性能を支えるのが気密性能です。先に登場した湿気・音・蚊など夏の不快は、開いた窓からだけでなく建物の隙間からも入ってきます。高い気密性能は、これら夏の不快の侵入を防ぎ、同時に室内の快適が外に逃げ出すのを防ぐことに役立っているのです。

そして…もうひとつのカギは日射。オーニングなどで日射をうまく遮ることで更に快適な夏を送ることができます。

夏は、家の中でも熱中症の危険に晒されています。特に熱帯夜の睡眠時は要注意。睡眠中は体温調節の機能が下がっており、また水分摂取ができないにも関わらず、通常時で一晩に300ml、暑い時で500mlもの汗をかくと言われています。それが原因で、脱水症状から熱中症を引き起こすことが多いのです。快適な室温を保ち睡眠中の体温上昇を防ぐことは、私たちの健康にとって大切なことです。