



News Release

一般社団法人 環境共生住宅推進協議会 (kkj)

〒162-0825 東京都新宿区神楽坂 1-15 神楽坂一丁目ビル4階

令和6年3月28日

『省エネ性能に優れた断熱性の高い住宅を住みこなす 住まい方ガイド』を公開 ～高機能な住宅の性能を発揮させる25のポイントを解説～

- 省エネ性能に優れた断熱性の高い住宅を住みこなし、住宅が有する高い性能を発揮させるための適切な住まい方のポイントを簡潔に解説
- より一層の省エネを図るとともに快適性や健康にも寄与するもう一工夫についても紹介

一般社団法人 環境共生住宅推進協議会（会長：竹中宣雄、以下「kkj」）は、脱炭素社会の実現を目指す上で、今後、更なる普及が望まれる高断熱住宅における適切な住まい方に関する情報の整備と普及を図るため、『省エネ性能に優れた断熱性の高い住宅を住みこなす住まい方ガイド』を発行し、kkj ウェブサイト上で公開します。

ともすれば省エネ性能に優れた断熱性の高い住宅を建てても、正しい住まい方や使い方をしなければ、その住宅がもつ高い性能を十分発揮することができないばかりか、かえってエネルギー消費量が増えてしまう結果にもなりかねません。また、住宅を新築した際に住まい手に渡される設備機器などの取扱説明書は、内容が煩雑で多岐にわたっているため、その住宅にとってどのような使い方が重要なのかわかりづらくなっているといった状況も見受けられます。

こうしたことをふまえ、本ガイドは、省エネ性能に優れた断熱性の高い住宅の特徴をふまえ、これに対応した適切な住まい方のポイントを簡潔に示し、住宅が持つ高い性能を十分発揮できる住まい方を25のポイントで解説しています。

kkj は、住まいのづくり手やエンドユーザーに役立つ情報を積極的に発信するなどの協議会活動を通じて、カーボンニュートラル、レジリエンス向上など持続可能な社会の実現に貢献していく考えです。

『省エネ性能に優れた断熱性の高い住宅を住みこなす住まい方ガイド』 の主な内容

断熱性の高い住宅を住みこなし、
快適でカーボンニュートラルな暮らしを実現するために

ガイドの構成

視点1：熱が逃げない断熱性の高い住宅は

季節に応じた日射しのコントロールが大切

- ①夏の日射しは冷房の大敵！窓からの日射しをしっかりと遮りましょう
- ②外出する際は日除けを閉めて熱を入れないようにしましょう
- ③冬の日射しは暖房の助っ人！窓からの日射しの熱で家中を暖めましょう
- ④室温に合わせて窓からの日射しを調整しましょう

視点2：暖冷房機器を適切に運転することで

少ない暖冷房エネルギーでも快適に

- ⑤在宅時、暖冷房設備は風量「自動」で「連続」運転しましょう
- ⑥断熱性の高い住宅では暖冷房の設定温度を控えめにしましょう
- ⑦暖冷房機器の定期的なメンテナンスで効率を向上させましょう
- ⑧冷房運転時に設定温度に到達して除湿機能が働かない場合には除湿モードに切り替えたり除湿機を活用しましょう
- ⑨外の湿度が高い時には窓を閉めておくようにしましょう
- ⑩乾燥が気になる場合には適度に加湿しましょう

視点3：断熱性の高い住宅では空間をつなげて

気持ち良い空気を家中に

- ⑪各室の内部ドア等を開けて家中を暖冷房しましょう
- ⑫扇風機やサーキュレーター等で冷気を家中に回しましょう
- ⑬サーキュレーターや小さな暖房器具を併用することで家中を暖めましょう
- ⑭24時間換気設備は常時運転させましょう
- ⑮外気が快適な場合は窓を開けましょう
- ⑯室内に熱がこもったら窓を開けましょう

視点4：災害時でも日常生活を維持するために

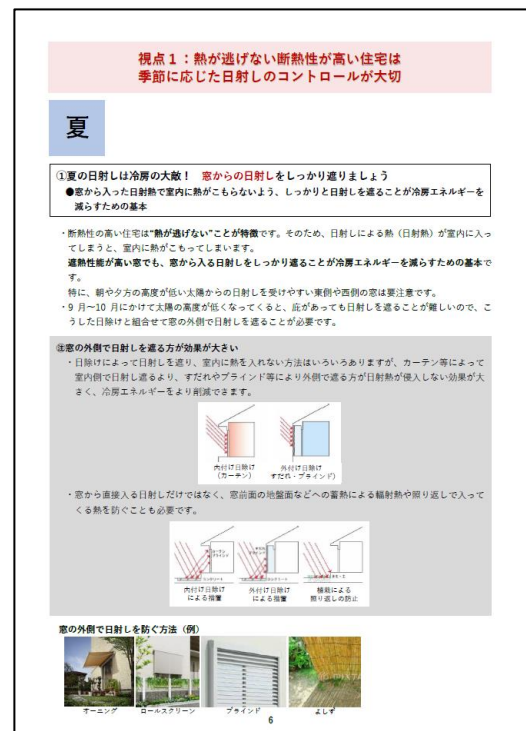
高性能な機能をもしもの備えに

- ⑰電気・ガスなどのインフラが止まっても在宅避難ができます
- ⑱太陽光発電の電気を利用しましょう
- ⑲蓄電池を利用しましょう
- ⑳エネファーム（家庭用燃料電池）を活用しましょう
- ㉑給湯機を活用しましょう

断熱性の高い住宅を住みこなすもうひとつ工夫

- ⑳室内外の温湿度を確認しましょう
- ㉑カーテンの設置の仕方、開け閉めで調整しましょう
- ㉒季節に応じた服装で調整しましょう
- ㉓植栽で日射しを調整しましょう

(全体で28ページ)



【この件に関するお問い合わせ先】
一般社団法人 環境共生住宅推進協議会 (kkj)
事務局：長谷川
TEL 03-6265-3242
FAX 03-6265-3243
E-mail : jimukyoku@kkj.or.jp

【住まい方ガイドの入手先】

https://www.kkj.or.jp/contents/build_hojoyigyo/index.html

本ガイドは、(一社)環境共生住宅推進協議会に設置された国土交通省「令和5年度環境・ストック活用推進事業(うち、調査、普及・広報に関する事業)」における「省エネ性能の高い住宅を使いこなす住まい方の周知・普及に関する情報提供事業委員会」の成果です。