



ほっとリフォーム通信



身近なことからできる 熱中症対策 ～家の中でも油断しないで。大切な命を守るために～

暑さが本格化する7月。毎年ニュースになる熱中症ですが、実は発生場所で最も多いのは”屋外”ではなく、自宅などの”屋内”です。特に高齢者や小さなお子さんがいるご家庭では、ちょっとした油断が命の危険につながることもあります。今日は、誰でもできる「家庭内での熱中症対策」をご紹介します。

- ① エアコンはためらわず、早めにON!
まだ大丈夫もったいない、と我慢せずに、室温が28℃を超えたら迷わず冷房を付けましょう。扇風機との併用も効果的です。
- ② のどが乾く前に水分補給
体が水分を欲しがる前に、こまめな水分補給を心がけましょう。飲む時間を決めるのもいいですね。スポーツドリンクや経口補水液も◎
- ③ 服装は軽く、ゆったりと
汗をすばやく吸って乾かす吸汗速乾素材の服がおすすめです。服の色は白や淡い色を選ぶと、熱を吸収しにくくなります。

④ 窓に遮光対策をする→窓に内窓設置で断熱効果
 直射日光を防ぐだけで室温は数度下がります。朝～昼の強い日差しは特に注意。室内の暑さは主に窓や玄関ドアなどからの熱の侵入が原因です。

2025年も窓の断熱対策の内窓設置リフォームに
国から補助金最大50%がです！

高齢者や子どもは暑さに気づきにくく、温度調節がうまくいきません。一人暮らしのご高齢の方には「最近暑いですね。冷房付けてますか？」と気軽に声をかけるだけでも安心につながりますね。

豆ばな

M様からの質問
ベランダの防水のメンテナンス時期がわからない

梅雨明けから夏は、ゲリラ豪雨や台風が増える時期です。そのたびに雨にさらされるベランダの防水層、気になりますね。防水層は、実は知らないうちに劣化しているケースが多いです。**防水層の寿命はおおよそ10～15年です。**防水加工されたベランダでも ①表面がひび割れている ②塗装がはがれてきた ③雨のあといつまでも水が残る こんな状態なら、水がしみ込みはじめてるサインかもしれません。そのまま放置すると床の下に水が入り、室内の雨漏り・カビ・下階への水漏れなど、思わぬ被害になってしまいます。ウレタン防水・FRP防水・シート防水などの防水処理が可能です。早めの点検＆メンテナンスで、大切な家を守りましょう。

堺市7月のイベント情報!!

泉州 夢花火
2025.7.26 (土)
会場:堺旧港
時間:開場16:30 / 開演20:20

堺大魚夜市
2025年夏
さかいおおうあいち

補助金申請無料!

地域密着30年 うえおか
株式会社 上岡工務店
堺市南区釜室829番地
072-298-6456
快適な暮らしのお手伝い
小さな事でもお気軽にご相談ください!

平日: 9:00～18:00
(土・日・祝休み)

夏の暑さ・冬の寒さも、入る隙なし！ LIXILの窓リフォームで快適に

今年の夏も、昨年同様モーレツな暑さになりそうだ。
エアコンをフル稼働して暑さをしのぐと、今度は電気代が気にかかる。
そんな悩みを抱えた透さん・まどかさんご夫妻に朗報が。LIXILの断熱窓リフォームだ。

作・画：杉本彩子 (kucci) レイアウト：斎藤忍

まどかさんと透さん

「6月だったのに、あんなに暑い...」
「あー、夏本番が来たら耐えられるかな...」
「これ見て！Ox涼み、二重窓にして涼しくなりました！補助金もありがたいです！」
「ええ！でも高いだろうし、工事も大変だ...」
「補助金もあるみたいだし、とにかくショールームに行ってみましょう！」

「LIXILショールーム」
「広いなあ！」
「二重窓！二重窓！」
「LIXIL高橋裕子さん、窓自体を取り替えるリプラスと、既存の窓に新たな内窓を取り付けるインプラスが選べます。」
「最短1時間で施工できて、マンション、戸建て、取り付け可能です！」

「窓をリフォームするだけでこんなに室温が変わるのかな...」
「早！」
「ええ!!」
「住宅の熱の出入りが最も多いのは、屋根や外壁よりも窓やドアなどの開口部なんです。」
「ええ!!」
「室内の熱が外に逃げる割合 (夏の暖房時) 屋根 5%、換気 15%、外壁 15%、開口部 58%、床 7%。
外の熱が室内に入り込む割合 (冬の冷房時) 屋根 11%、換気 6%、外壁 7%、開口部 73%、床 3%。」

- POINT 01 要注意! 「窓」は住宅への熱の出入りが最も多いのは、屋根や外壁よりも、窓やドアの開口部です。**
夏の冷房時には屋外の熱の約7割が開口部から入り込む、冬の暖房時には室内の熱の約7割が開口部から出ていってしまいます。
それだけに開口部の断熱は重要で効果大。熱の出入りが少なくなることで、冷暖房効率も上がり、光熱費の削減にもなります。断熱窓リフォームは、お財布にもうれしい効果があるのです。
- POINT 02 窓をリフォームして断熱効果向上!**
LIXILが用意する断熱窓は2種類。既存の窓枠の上から新しい窓枠をかぶせ、断熱性の高いガラス窓に交換する取替窓「リプラス」と、窓の室内側に枠を取り付け、窓を二重にする内窓「インプラス」です。
「インプラス」はアルミの約1/1000の熱伝導率の樹脂でできています。新しい窓枠をつけることで、窓が二重になって空気層が生まれ、高い断熱効果を発揮します。さらに、LIXIL独自の特許技術「ダストバリ」でホコリを寄せ付けにくく、汚れが付着しにくいので、窓辺のお掃除が楽になります。
- POINT 03 夏の健康対策は断熱窓リフォームで!**
近年、住居で熱中症になる人が急増
- POINT 04 補助金を上手に使うって快適な生活です!**
断熱窓リフォームには、先進的窓リノベ事業の補助金が使えます。さらに、水まわり（浴室・キッチン・トイレなど）と一緒にリフォームすることでもらえる補助金もあります。補助金を上手に活用して、あなたも快適な暮らしを実現してみませんか。見積りはお近くのLIXIL商品取扱店にお問合せください。

※1 LIXIL試算。居室の9窓をリフォームした場合。その他条件あり。詳細はhttps://www.lixil.co.jp/reforms/wd_2025/をご参照下さい。

「この数年の調査で熱中症の発症数は急増しています。しかも発症場所の38%は自宅なんです！」
「熱中症による救急搬送状況 (2008~2024) 総務省資料」
「熱中症の発生場所 (2024) その他 5.6%、住宅 38%、公園(園外) 13%、会社(園内) 7.8%、教育機関(仕事場) 4%、2.4%」
「結露も軽減するのよ。カビによる健康被害対策にもなります。」
「お手入れも楽になるわ。」
「防音効果比較コーナー」
「二重窓、閉めると車の音も聞こえない!」
「カタコンコン」
「静かだね。これなら夜のテレビの音も聞こえないかも!」
「二重窓に比べて、遮断率も向上し、ガラスを選べば侵入対策にも有効です。」
「でも肝心の遮断率は?」

「窓リフォームで入る隙なし!」
「外の騒音も室内の音も半減 遮音効果」
「結露をおさえいつも快適 結露軽減」
「夏は涼しく冬はポカポカ 断熱効果」
「省エネ効果で電気代がお得 経済効果」
「二重窓で簡単に侵入させない 侵入対策」
「お肌と家具を日光から守る UVカット」
「今なら補助金でお得!」

補助金申請無料!
地域密着30年 うえおか
株式会社 上岡工務店
堺市南区釜室829番地
072-298-6456
快適な暮らしのお手伝い
小さな事でもお気軽にご相談ください!
平日: 9:00~18:00
(土・日・祝休み)

※2 近畿大学とLIXILの共同研究「住宅内温熱環境に基づく居住者の医療費・薬料費の研究」より ※3 LIXILの断熱窓リフォーム商品は、病気の予防、治療等を目的としたものではありません。 ※4 価格はサイズや仕様などで変わります。

