

anapple

[Interview]

有村架純

『くるみ割り人形』

11月29日(土)

【3D/2D】全国ロードショー

[インタビュー:キレイをつくる人]

エステティックサロンK's(ケイズ)

オーナー

山田 恵子さん

[読者100人アンケート]

美容・健康アイテム編

[今月の美容レッスン]

美容業界のプロに聞く!

愛用の「化粧品&

キレイのひみつ教えて下さい」

[美容・健康特集]

美肌・若返り・スリムボディが叶う♪

キレイ度UPアイテム&マシン特集!

人気スポットを
ご紹介!

八女・広川
エリア特集
第2弾

■お問い合わせ・広告掲載のお申込みは

発行元/アン・ナップル編集部

〒830-0061 福岡県久留米市津福今町293-6-1F

TEL0942-35-0702 FAX0942-31-7022

an@shingakusya.co.jp <http://www.anapple.jp>

表紙の中にりんごが3つかくれています!探してね。〈答えはP.3にあります〉

パッシブデザイン × バウビオロギー
女性だけのプロジェクトチームが始動!

【第1回】

美・健康のための 住環境づくりを



住環境と美容の関わりを意識したことがありますか？毎日、私たちが口にする食べ物が1日2キロなのに対し、空気は25キロも摂取しているのだとか。ですから、住環境、室内の空気環境は、健康、そして美容も左右するのです。

そんな考の下に生まれたのが、「バウビオロギー（建築生態学）」。食生活が

第1の皮膚、衣が第2の皮膚、住環境が第3の皮膚として捉え、自然素材を主体として心地良い空間をつくると言ふ考え方です。

今回、自然の恵みを取り入れる設計「パッシブデザイン」の住まいづくりをされている一級建築士江藤眞理子先生を中心、天然塗喰や自然健康塗料など環境と共にやさしい建材の販売を行う「バウビオジャパン」のスタッフ他、女性だけのプロジェクトチームが始動！住まいづくりについて様々なお話しを伺いました。

——バウビオジャパン 小林（以下 小林） 正直なところ、家を建てるって何からはじめたらいいか分からないです。

江藤眞理子先生（以下 江藤） 家を建てる時は、住宅展示場に行くのが簡単な方法ですが、営業のリードなどにより、いつの間にか計画したイメージとなる家を買ってしまった、ということが多いと聞きます。

ここで考えてもらいたいのが、「素敵だな」と思うような物ばかりをチョイスするのではなく、「自分に何が必要なのか」ということ。その空間で物を食べ、空気を吸っているのに、そこが人工的なものに囲まれている、というのはどうなのか、という所にもっと意識を向けて欲しいです。

設計事務所II（イコール） 設計士が好きな家を建ててしまう、と思われるがちですが、心底話をすれば要求や希望を聞いて叶えてくれると思います。

——小林 業者選びも難しそうですね。

江藤 設計者・工務店・ハウスメーカー等、どこに相談していくか分からいですよね。私のところのような「設計事務所」は、敷居が高いイメージを持たれ、なかなかお見えになりませんが、最近はホームページを見てご相談に来られる方も増えました。

しかも、設計事務所の場合、設計されたもの通りに施工されているかまで監理しますので安心です。

——小林 今、建築中のU様邸の場面のはじまりは？

江藤 U様は、有難いことに、空設計工房のホームページをご覧になつていて、最初から「家を建てるなら、この事務所に頼もう」と決めていらっしゃったそうです。そして、土地を買われる時に、「一緒に土地を見に行つてくれませんか？」と、初めてコンタクトがありました。

U様は、住環境に対する「気が働く方」なので、他のハウスメーカーの展示場に行つても何だかしつくり来ない、良い気持ち悪いとは思わないでも、知らず知らずの内に害を受けてしまうような空気の質になつてしまつこともあるのです。

自分が生命体として、最低限何を欲しているのかという点からの要求を以て、家づくりや住まいづくりに臨んでいただきたいと思います。

たのです。とても嬉しい出逢いでした。



— 小林 先生が考える、住まいづくりとは？

江藤

家を建てる時は建て方も分からぬないし、面倒くさいから、あらかじめつら側に合わせている方も多いんじゃないと

思います。オール電化などは、ハウスメー

カーなどに行くとセットされてるものなので、外せないのが現状。本当は地球に負荷をかけずに暮らしたい意識が多少あっても、知らないうちに潰されてしまします。そういう素敵な意識を、自分の生活に开花させることができれば、

人生の充実度が高まると思います。

そこで私が提案させていただいているのが、「パッシブデザイン」。太陽の光や熱、風といった自然の恵みを上手に採り入れることで、エアコンなどの機器をなるべく使わず快適に暮らすことを目指した設計のあり方です。

光や風を取り入れやすい間取りをすることで、エアコン、照明等のエネルギー使用量を減らせます。太陽の熱はとても暖かく、1m²に入ってくる大気の熱はなんと600W、電気ストーブの半分くらいの暖かさがあるんですよ。それを使わないなんて勿体ないですよね。エネルギーを大切に使うような家のづくり方に、気密・断熱はもちろん必要です。そうすることによって、心地良い



所から低い所に流れるので、家の内部の温度変化を緩やかにしてくれます。その効果は冬だけじゃなく夏も期待できます。

涼しく感じる時は、冷たいものが放

出されるイメージですが、家の中の冷たい場所に私達の体から熱が放出され移動することで、涼しく感じているのです。その熱の逃げていく勢いが強いとより冷たく感じる。だから冬は寒いのです。私達は、冬には洋服を重ねたりして暖かく、夏は薄着にして空気の通りやすい服を着るでしょう？ そうやって知らず知らず人は工夫して生活しているのです。空気温だけでなく、周りの物が持つ表面温度も大きくなり関係し、これらが近づくほど過ごしやすくなります。

エアコンなしで暮らすと、肉体的にも精神的にもすごく楽だし、ストレスがない。エアコンをかけて寝たら、朝起きた時にものすごく体が重くなるじゃないですか。私自身それを止めてみたら、朝の目覚めが良くなり、こんなに体が軽くなるものかと驚きました。それ以降使うのを止めましたね。

それに、季節の変わり目を感じることも、生きる心地良さも実感できる…。效果を狙う蓄熱土間は固くつります。そこで蓄えた温度よりも部屋の気温が下がつてくると、そこからじわっと熱が出て暖かくしようとしています。熱は高い

肌を出すサニタリールームや寝室が暖かいと嬉しいですね。暖かいと言いうよりも、暑い・寒いの幅が小さく穏やかで、室内環境になると言ったほうがいいかもしれません。

また、窓の位置や開き方にもパッシブデザインの手法を取り入れて、涼の欲しい季節に効果的に風が流れにくよう設計しています。

(※)リボス：昔から使われていた安全な製品から研究され、天然でもアレルギー性や毒性を持つ成分を使用せず、主原料の亜麻仁油が高い防腐性を持つ。

が沢山ちりばめられてる訳ですね。具体的にはどの部分ですか？

江藤 U様邸が建つ敷地は割と立地込んだ住宅地なので、2階リビングになりました。本来長時間過ごすこの場所に、蓄熱土間を持ってきたいところですが、重いものを上階に設置するのは工事も大変です。やはり1階南側の寝室と、サニタリールームのテラスサッシ際に設けることになりました。

人にとって大切なことだと思います。

— 小林 U様邸には、それらの要素が

何にとって大切だと思います。

(※)「もドイツでつくられた自然健康塗料で、赤ちゃんのいるご家庭でも安心です。江藤先生が考案されてる家づくりとのコンセプトが本当にピッタリ合つたので、一緒にしたい、というのが今回のプロジェクトのはじまりです。

女性ですから、やはり美と健康は大切。健康になることで、体が正常に働き、ストレスが無ければ美容にも作用するもの。そんな住環境づくりができるチームをつくりたいと思っています。



一級建築士事務所 空設計工房
(福岡県知事登録 第1-10214号)
福岡市早良区高取2-11-11-501
<http://www.sola-web.com/>

代表 管理建築士
江藤真理子(えとう まりこ)
1994年 空設計工房 設立

■ 受賞歴
2010年
自立循環型住宅研究会アワード2010優勝
2009年
第1回(熊本県)小国のかまどコンペティション最優秀賞受賞
(有機建築研究所/植木阿良樹、風土計画/
大坪克也 協同)



— 小林 整社取扱いの天然漆喰「カルクウォール」は、強アルカリ性でカビや細菌類を殺菌 分解する効果があり、全く美しい壁を保つことができます。天然100%なので、廃棄後は地球に還っていくのも、先生の考えに合いますよね。室内の塗装に使っていたいた「リボス

」が、外壁を塗喰にしたいとのご希望がありました。予算が厳しかったのですが、「バウビオジャパン」さんに、協力をお願ひして実現することができました。

株式会社 バウビオジャパン
業務部 小林 美那子

福岡県柳川市三橋町高畠104-1
<http://www.baubiojapan.co.jp>
■ 正規代理店
・リボス自然健康塗料・カルクウォール(スイス漆喰)

今回ご紹介した、U様邸の見学会開催! 参加者受付中
●開催日: 12月上旬~中旬予定
●場所: 福岡市西区今宿町字水町
※詳細は、来月号にてご案内します。
お問い合わせ先 ☎0944-85-3501

