

自然素材の家を建てる前に
知っておくべき

10

のポイント

自然素材の家づくり研究会
あんど設計株式会社

健康配慮・自然素材の 家づくりを検討中の方は必見！

私たちは、全ての人が自然素材で家づくりをしてほしいとは思っていません。
ただ、健康を重視したり、現在アレルギーやシックハウス症候群に悩まされたりする方の中
から、誤った知識で自然素材の住宅を捉えてしまうことのないよう今後の家づくりの
参考にしていただければ幸いです

自然素材の家を建てる前に 知っておくべき10のポイント

目次

はじめに	P1
1. 自然素材住宅とは?	P2
2. 自然素材にはどんなものがある?	P4
3. 木の種類による違い	P6
4. 国産材を使うメリット	P8
5. 集成材と無垢材の違い	P10
6. 無垢材の選び方	P12
7. 無垢材の注意点	P14
8. あなたに合った自然素材	P16
9. 自然素材のメリット	P19
10. 成功する家づくりとは	P21
おわりに	P23

はじめに

買い物にはエコバッグ、ペットボトルのかわりに水筒を使う人、太陽光発電をはじめとしたクリーンエネルギーの導入、ハイブリッド車や薪ストーブを選ぶ人など、エコを意識した取り組みが日常的に見られるようになりました。

家もまた、環境や健康を意識して、「自然素材」を使った家に興味を持つ人が増えています。とはいえ、「自然素材の家」の定義や種類は実にさまざま。なにを選んだらいいのか迷ってしまうという人もいるかもしれません。

この冊子では、自然素材の種類や長所・メリット、家づくりのすすめ方はもちろん、環境や健康とのつながりなど、「自然素材の家」についての疑問に、ひとつひとつていねいにお答えしていきます。

エコと家族の健康を考えた家づくりのために、ご一読いただければ幸いです。

1. 自然素材住宅とは？

「自然素材の家」と聞いて、あなたはなにをイメージしますか？

天然の木材をふんだんに使った家でしょうか。

それとも、シックハウスに悩まされることのない家でしょうか。

素材や健康に配慮することはもちろん、そこで暮らす人が心地よく、長く住み続けられることも自然素材の家に求められる条件です。

「念願のマイホームを手に入れたけれど、なんだか体調が思わしくない…」

いわゆるシックハウス症候群は、建材に使われる塗料や接着剤に含まれるホルムアルデヒドなどの有機溶剤、木材に塗布される防腐剤ビニルクロスなどの化学物質が原因で起こるといわれます。

このため、新築の住宅には二十四時間換気システムを設置することが義務づけられています。つまり、二十四時間換気をしていないと、健康を害するおそれがあるということ。残念ながら、現代の生活においては、すべての原因物質を取り除くことはできません。

しかし、防腐剤不使用の木材を使ったり、接着剤を食品系の糊を使用することで避けることができません。

また、化学物質を吸収・分解するはたらきのある漆喰（しっくい）や珪藻土（けいそうど）や、無垢の木のマイナスイオンなどの働きを活かすことで、その害を限りなく少なくしていくことが可能です。

また、自然由来の素材は、人に対してやさしいだけでなく、自然と調和し、保温や調湿の大事な役割も果たしながら、環境を汚すこともありません。

選りすぐりの材料を使い、見た目や機能性にも優れ、ストレスを与えることもなく、心と体を癒してくれる住宅こそが、本物の「自然素材の家」と言えるのではないのでしょうか。

