

ヒートアイランド はやわかり 事典

くらしの対策編

まめ知識編

夏は軽装
適温冷房
28℃

九都県市首脳会議環境問題対策委員会

埼玉県・千葉県・東京都・神奈川県
横浜市・川崎市・千葉市・さいたま市・相模原市
<http://www.tokenshi-kankyo.jp/>

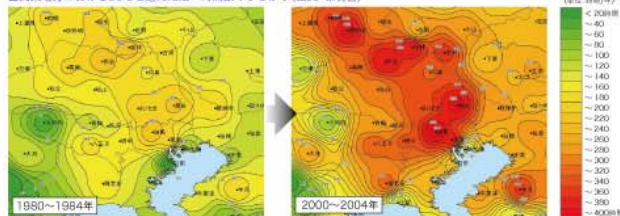
ヒートアイランド現象ってなに?

●ヒートアイランドって?

下の地図のように、気温の高い都市部が「島」のように浮き出ることから、ヒートアイランド……つまり「熱の島」と呼ばれています。市街化の著しい都市部では、郊外に比べて平均気温が高くなる現象が起きています。

地球温暖化に加えて、ヒートアイランド現象が重なり、都市部は暑くなっています。

■関東地方における30℃を超えた昼へ時間数のひろがり(出典:環境省)



●その原因は?

都市部では緑地や水面が少なくなり、地面が熱をためやすいアスファルトやコンクリートに覆われていること、また、空調や自動車などの人工排熱が大量に発生していることが主な原因です。さらに、ビルに遮られ風が通りにくくなることも影響しています。



ヒートアイランド現象の対策は?

●熱をためない・熱を反射する

路面や建物に熱をためない対策として、舗装や塗装を利用したものがあります。保水性の材料による舗装や、熱を反射する塗料による壁の塗装などが行われています。

また、緑を増やすことも大切です。今ある緑地や水面を残していくとともに、建物の屋上や壁面の緑化を進めていく必要があります。



屋上緑化や壁面緑化の対策例

●人工排熱を減らす

空調や自動車利用など、エネルギーを使用すると熱が発生します。省エネルギーは、人工排熱を減らす効果があります。

●風通しのよい建物の構造や配置

建物を建てる際には、風の通り抜けを考えた構造や配置とすることが大切です。空気の流れにより、たまった熱を逃がす効果があります。



大手町・丸の内・有楽町地区におけるヒートアイランド対策(概観)
出典:三菱地所都市計画事業室

ヒートアイランド はやわかり 事典

まめ知識編

くらしの対策編

夏は軽装
適温冷房
28℃

九都県市首脳会議環境問題対策委員会

埼玉県・千葉県・東京都・神奈川県
横浜市・川崎市・千葉市・さいたま市・相模原市
<http://www.tokenshi-kankyo.jp/>

ステップ1 生活スタイルを見直す

打ち水は伝統の知恵

路面やベランダのほか、よしずなどへの打ち水も効果的。水は風呂の残り湯や雨水の利用を。ベランダの打ち水効果を上げる保水性タイルも販売されています。



イベントで打ち水をアピール

部屋に熱をためないで

日よけと風通し
風を通して日差しを防ぐのが、部屋に熱をためない基本。外出時もカーテンなどで部屋の温度を上げない工夫を。

ムダな熱は出さない
使っていない部屋の電灯や見えていないテレビは消す。使わない電気製品のコンセントは抜く。こまめな省エネでムダな熱はカットできます。調理時も電子レンジ等を上手に使い、エコクッキング。

夜間などの換気
夜間などが涼しい時は、できるだけ窓を開けて、暖まった部屋の中を冷ましましょう。

電気代と排熱を減らす エアコン利用術

扇風機と一緒に
同じ温度設定でも風があれば、涼しさはアップ。

日よけ対策も忘れず
カーテンなどの日よけ対策により、電気代はダウン。

適温冷房 28℃
涼しい服装なら28℃で十分快適です。

エアコンのチェック
フィルターの汚れや室外機のまわりに物が置かれていないかチェックを。室外機への日よけ対策も効果があります。

オン・オフもひと工夫
お出かけや寝る前は15分前を目安に切り、帰宅時はたまった熱を逃がしてからつけましょう。

グリーン家電製品を遊ぶ
環境に配慮した家電製品を積極的に選びましょう。また、エアコン・冷蔵庫・地デジ対応テレビの3種は、エコポイント制度対象商品もあります。

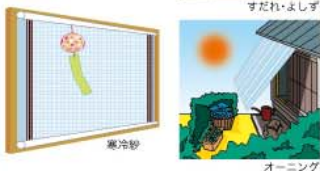
エコポイントに関する詳しい情報は、下記まで。
■環境省ホームページ <http://www.env.go.jp>
■経済産業省ホームページ <http://www.meti.go.jp>
■総務省ホームページ <http://www.soumu.go.jp>



ステップ2 生活空間に涼しさを演出

日よけは扉前面で

日よけには、カーテン、遮光フィルム、ブラインド、寒冷紗(かんれいしゃ)、よしず、すだれ、オーニングなど室内用と室外用のものがあります。日よけ自体も暖まるため、よしずやすだれなど、室外で日差しを防ぐものが効果的です。



川崎市・中原区役所の緑のカーテン(写真提供:川崎市)

緑のカーテンに挑戦

ガーデニングがお好きな方には、緑のカーテンがお薦め。窓やベランダにネットをかけ、アサガオやニガウリなどのつる性植物を育てると、緑のカーテンができます。日よけと植物の蒸散効果で、室内を涼しく保つ効果があります。環境問題対策委員会緑化政策専門部会では、緑のカーテン事業を推進しています。



板橋区立板橋東七小の巨大な緑のカーテン(写真提供:板橋区)

ステップ3 すまいを涼しく改造する

断熱対策は窓がポイント

夏に外から室内に入る熱の71%が窓などから。新築やリフォームの際には断熱性や断熱性の高い窓ガラスで外からの熱を大幅にカットできます。

標準的な戸建て住宅で、窓ガラスを単板ガラスから高断熱性複層ガラスに変えると、冷暖房費を最高で年間約5万円節約できます(仮断熱性試算)。



夏に外から室内に入る熱(出典:日本建材・住宅設備産業協会)

ベランダを庭に変身

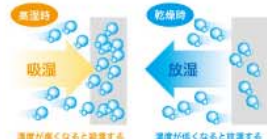
庭のないご家庭でも、軽土壌や植栽マットでベランダを庭に変えることができます。ベランダの温度上昇を防ぎ、見た目にも涼しい効果を与えます。



植栽マットの使用例(写真提供:川口市都市緑化緑木生産組合)

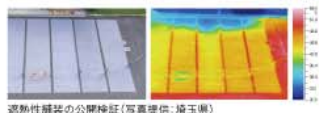
壁材で「しめじめ」防止

夏の不快さは温度だけでなく、湿度の高さも原因です。壁材で部屋の湿度調節ができるのは嬉しいですね。湿度調節ができる塗り壁材や貼り付けるタイル壁のものもあり、「しめじめ」防止に役立てることができます。



熱をばね返す遮熱性塗料

紫外線などの熱線を反射する塗料を塗ると、日射による温度上昇を抑えることができます。また、蓄熱も抑制しますので、夜間の大気への放熱を緩和します。



遮熱性塗装の公開検証(写真提供:埼玉県)