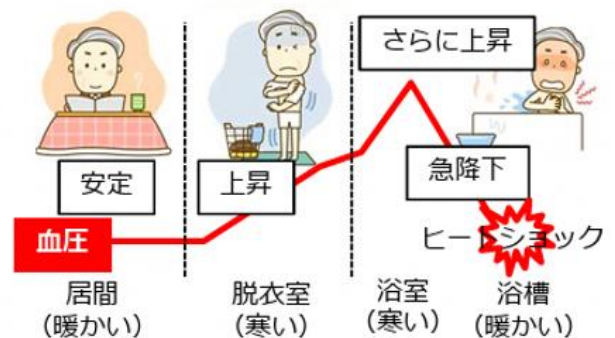


日本の家は暑くて寒い・・健康で快適なくらしをはじめませんか？

栃木県は気温の寒暖差が大きく、冬季の死亡増加率(脳卒中、心臓病による増加)は全国ワースト1位です。

冬 室温は18度以上がおすすめ

- ・室温が低いと、**血圧は上昇**します。
- ・家の中で温度差が大きくなると、血圧が大きく変動（ヒートショック）しやすくなります。
- ・ヒートショックは**心筋梗塞や脳梗塞**などを引き起こします。
- ・お風呂で起こるとおぼれることもあり、**入浴中の事故で死亡した人は、交通事故で死亡した人より多い**です。



夏 家の中でも熱中症になります！

- ・熱中症の4割は、家の中で起こっています。
- ・室温が**28度を超えたら要注意**です。
- ・2010年以降、熱中症での死亡数が増えています。今後も増加が予想されます。



健康で快適な生活のため、断熱リフォームしませんか？

- ・家全体を断熱リフォームするのは大変ですが、一部分でも効果はあります！
- ・冷暖房の効果が上がるため、**電気代等の光熱費がお得**になります。
- ・高根沢町では、**戸建ての屋根・壁・床・窓・玄関の断熱リフォームを補助します！（最大10万円）**
- ・国からも補助金が出る場合があります。詳しくは高根沢町環境課まで。

屋根断熱・天井断熱

屋根材を塗料や内側からの断熱材貼付などで施工する屋根断熱と、天井裏に断熱材を敷き詰める天井断熱があります。建物の構造により、施工する金額等がかわります。

窓断熱

早寝の窓が寒い！結露が気になる！
そんな時の対応策

効果が高い！
窓の断熱

- 対応策1 カバー工法 + 複層ガラス
- 対応策2 内窓の取り付け (二重窓)



断熱リフォームを検討するのなら、まずは効果の高い窓から。内窓の設置やガラス交換など室内側の結露防止、防音などにも効果があります。また製品によっては防犯性が向上します。

