



一般社団法人
健康・省エネ住宅を推進する国民会議
National Assembly Promoting Healthy and Energy Conserving Housing

P69 No.2

暖かい住宅では入浴時の心臓負担が軽減

ある70代男性について、高断熱の暖かいモデル住宅内と（断熱レベルの低い）自宅内とで生活してもらい、居間と脱衣所の室温差と、入浴前後の体表面温度や心拍数の変化との関係を調査した結果です。モデル住宅では居間と脱衣所との室温差が小さくなっています。入浴時の心拍数も、暖かい住宅の方が変動が小さくなっています。心臓への負担が軽減していると考えられます。



P64 No.1

英国の冬季室内温度指針

イングランドでは、寒さによる健康リスクがまとめられており（英国保健省年次報告書 2010.3）、住宅の最低室温に関する基準があります。基準を満たさない貧困住宅（=寒い家・健康性の劣る家）の大家さんに対しては、改修・開鎖・解体命令などが下されます（英国住宅法 2006 年改正）。



*2015年10月の改定で21°Cの記載がなくなり、全室18°Cが最低推奨室温に改定された。

英国资本省イングランド公務衛生室「イングランド防寒計画 (Cold Weather Plan for England) 2015.10」

寒さによる健康リスク	主な死亡要因
血圧上昇 高血圧性疾患リスク増大	脳卒中
筋の抵抗弱化 呼吸器系疾患リスク増大	肺炎
血液の濃化 冠状動脈血栓症リスク増大	心筋梗塞

英国保健省年次報告書 (2010.3)

健康性・安全性の劣る住宅に改修・開鎖・解体命令（英国住宅法 2006 年改正）