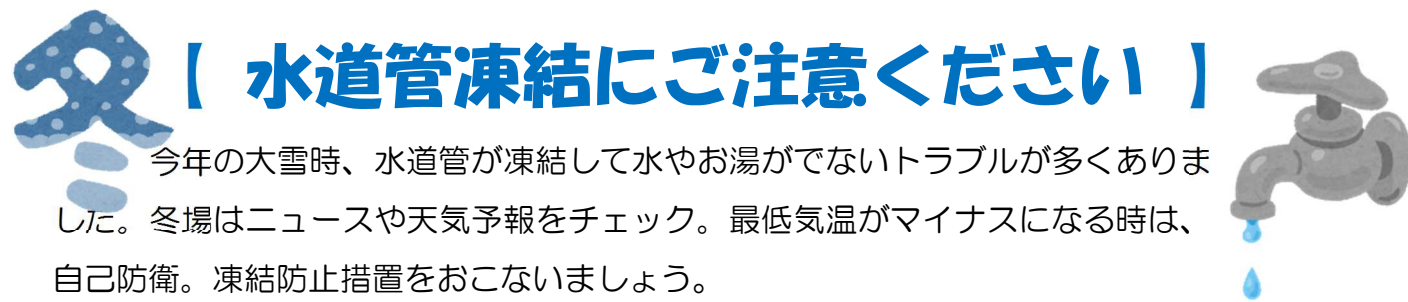




【水道管凍結にご注意ください】

今年の大雪時、水道管が凍結して水やお湯がでないトラブルが多くありました。冬場はニュースや天気予報をチェック。最低気温がマイナスになる時は、自己防衛。凍結防止措置をおこないましょう。

- 寝る前に、流しや浴室の水栓（蛇口）を開き、糸くらいに細く水を出しっぱなしにする
- 浴槽（湯つぼ）のお湯は抜かずに、そのままにしておく。
- 自動湯はりの場合は 循環口の10cm 上くらいまでお湯をいれておく
- 水栓や水道管に保温材を巻き保護する。（タオルや毛布でも代用できます）

もしも、凍結した場合は、**熱湯は危険です。**

水道管が破裂することがあります。40℃くらいのぬるま湯をゆっくりとかけて解けるのを待ちます。カイロやドライヤーで**じっくりと温める**方法もあります。急がずにゆっくりゆっくりじんわりとあたためるのがコツです。凍結は故障ではないので、解けるのを待つしかありません。事前に凍らないように対策するのが一番の得策ですね



省エネ・断熱改修のススメ

◆断熱改修するメリット◆

- 快適な環境で暮らせる、寒くない
- 光熱費を抑えられる
建物のエネルギー消費量の約50%を冷暖房が占めているのをご存知ですか
- 健康で毎日を過ごすための基礎ができ
医療費を抑えられる

寒さの原因のほとんどは「窓」

窓は、熱の出入りが一番多い場所。だから、窓の断熱が大切なのです。

窓からの熱の流入出比率



いまある窓に内窓を取付けて二重窓にする理由



結露も減ってすっきり！



透明、半透明、和室にぴったりの和紙調、格子入もあります

一口に**省エネ断熱改修**と言っても様々な方法があります。簡単にまとめてみました。

◆断熱改修の方法◆

- 工期が短いもの
小型暖房器をトイレ、洗面、浴室に設置
内窓の取付、複層ガラスに交換
- 工期が長いもの
外壁面、天井面、床面に断熱材を充填するものなど様々な方法があります

安全にお風呂に入りましょう

ヒートショック防止

寒い時期に多い**ヒートショック**！急激な温度変化により、血圧が大きく変動することで起こる**健康被害**”をいいます。温かいところから急に寒いところへ行った場合、またその逆の場合に、血圧が大きく上下することでさまざまな症状を引き起こし、最悪の場合、死に至ることがあるのです。悲しいことに交通事故死は減っていますが、家庭内でのヒートショック死は年々増加しており、今では交通事故死の数倍になっています。

そのうち約9割が65歳以上の方です。ヒートショックは主に衣類の脱ぎ着するトイレ、脱衣室、浴室でおきやすくなっています。

ヒートショックを防ぐには **温度差をなくす**ことが大切です。トイレ、脱衣室、浴室を温めておくことで防止することができます。（**温度のバリアフリー化**）

居室ではないところに暖房はしないことが多いのですが、最近では、トイレや脱衣室・浴室内部に設置できる小型・薄型の暖房器が数多く出回っています。

またシステムバスでは換気扇を暖房換気扇にすることもできます。暖房がない場合はちょっとした工夫で防ぎましょう。入浴前後に水分補給もお忘れなく。

【お風呂編】

◆浴槽の蓋をあけておく、シャワーでお湯をはるなどで浴室内をあたためておきましょう。

（温度変化は5℃以内が望ましい）長風呂をしない

◆熱すぎるお湯はかえって危険なので41℃以下に、高温よりもぬるめの温度がよい

◆お湯に浸かる前にはかけ湯をして湯温にならしてから入りましょう。浴槽からの

出入りはゆっくりおこないましょう。

【トイレ】

◆トイレは暖房便座やカバーをつけて冷やっと感をなくす。

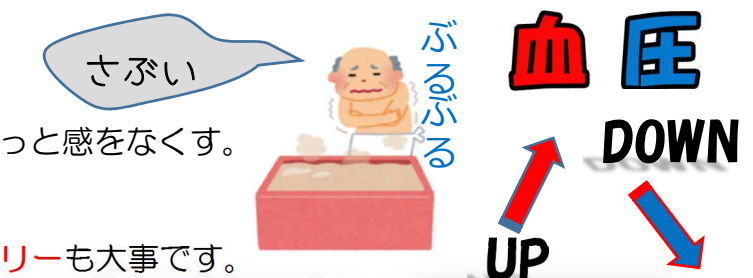
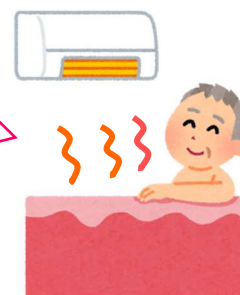
◆スリッパにも気をつけましょう。

手摺や段差解消だけでなく**温度のバリアフリー**も大事です。

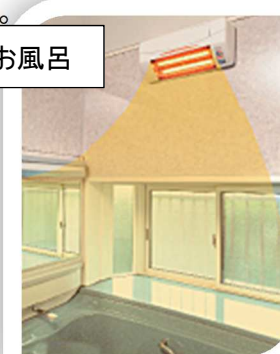
ちょっとした工夫で安全に暮らしたいですね。

防水仕様で浴室内部に取付できます
システムバス、タイル貼りの在来工法
どちらにも設置可能です

あったかくて
気持ちいいね～



お風呂



浴室用防水モデルで

洗面
脱衣室



トイレ洗面用小型モデルです

気象庁ではヒートショック予報を発表しています
<https://tenki.jp/heatshock/>