



「断熱」で寒さ対策！節電にもなる断熱グッズいろいろ

いよいよ本格的な冬！ 家の中も冷えますが、窓ぎわやトイレなどのスポットを上手に「断熱」すれば、寒さ対策に有効なだけでなく、電気代の節約にもなります。便利な断熱グッズを駆使して冬を快適に過ごしましょう。

家の熱はどこから逃げる？「断熱」すべき場所はココ！

家の熱は外気に接する場所から逃げます。また、普段暖房を入れない場所も外気と同じくらい冷えます。これらの場所を重点的に「断熱」すれば、家の暖かさを保てます。

【断熱すべき場所】

窓・ドア・玄関・勝手口・トイレ・浴室など

断熱のポイントは、暖かいエリアと寒いエリアとの「すき間」を無くすこと。以下のような「断熱グッズ」を駆使すれば、かなりの保温や節電ができます。

おすすめの断熱グッズ

1. すき間風防止テープ／シート（窓・ドア・玄関・勝手口など）

窓やドアのすき間を埋めて、屋外や廊下から吹き込む冷気をシャットアウトします。窓用はスポンジ製、ドア用は柔らかいシリコン製が多いようです。

2. 断熱カーテン（窓・トイレ・浴室など）

普通のカーテンをこれに変えるだけで、窓の保温性を高められます。遮光性もある物が多く、プライバシーの保護や安眠対策にも効果的です。

また、普通のカーテンと窓とのすき間にかけたり、床まで垂らしたりして足元からの冷気を防ぐタイプもあります。こちらはビニール製が多いようです。

さらに、お風呂やトイレの窓に掛けるタイプもあります。安価なビニール製や気泡緩衝材（いわゆるプチプチ）製もありますが、見た目や高級感にこだわるなら、断熱・はっ水・防カビ機能のあるロールスクリーンがよいでしょう。

3. 断熱シート（窓・トイレ・浴室など）

窓や床などに直接貼れる断熱シートです。

剥がしにくかったり剥がし跡が残ったりする商品もあるので、説明書をよく読んでから使いましょう。

4. 冷気ストップパネル（窓・ドア・足元など）

保温性のある素材で作られた自立式のパネルで、冷気シャットパネル／冷気遮断パネルとも言います。

冷たい空気は下にたまったり下方向から吹き込んだりするため、窓際に置けば効果大！ 置き場所はアイデア次第でいろいろ工夫できます。ただし燃えやすい素材が多いので、暖房器具のそばは避けましょう。

これらの「断熱グッズ」はホームセンター、ネットショップ、ショッピングセンターの家庭用品コーナーなどで販売しています。

上手に活用して家を暖かく保ちましょう！



全国に広がる家づくりネットワーク

INOS

イノスグループ



有限会社

滝本工務店

