森林 活かす知恵

小さく豊かに暮らす

岐阜県立森林文化アカデミー 准教授●辻 充孝

●家は小さい方がいい 古民家を改修して、住み始めて1年

も要望が多くなり、大きくなりがちで ません。一戸建てとなると、どうして さはほとんど変わらず、不自由はあり んあります。 すが、小さいことのメリットもたくさ マンションの住まいと比較しても大き ワンルームです。それまで住んでいた がたちました。2坪程度の広さでほぼ

窓を開けていますので、 てきます。 鳥や虫の鳴き声、木々のささやきが入っ 敷地にゆとりが出ます。今の季節は いこと。さらに、外構が大きくとれ まずは、掃除や手入れの面積が少な 外の景色や

暮らしやすさが向上したり、 たくなります。実際、少しの工夫で、 で暮らせますので、いろいろ試してみ 自分で手を入れて暮らす 小さな家に住むと、意識の届く範囲 エネル

> とで、暖かな熱を夜間に持ち越します。 や雨戸を閉めて断熱する。こうするこ 太陽の熱を取り込んで、夜はカーテン ギー消費を減らすことができます。 例えば、冬場は、カーテンを開け



古民家改修後の冬の暮らし

ら外部に出しますので空気を汚しませ 排気しますが、薪ストーブは、煙突か 置しています。石油ストーブは室内に 加えて我が家では薪ストーブを設 また本体が熱くなり、その熱が壁

ڔ

温度は、表面温度と室温の平均として りも暖かくなることもあります。体感 量も多くないため結露も少なくなりま 適に感じます。室温を上げすぎませ 感じますので、私は、18℃くらいで快 や床、天井の表面温度を上げ、 んので、過乾燥になりにくく、水蒸気 室温よ

できて、冬期の主役です。 さらに、お湯を沸かしたり、



調理も

●まずは始めてみよう

手をつけようかと、やりたいことがあ 手を入れたいところがあり、 ふれています。 作業も気持ちよさそうです。 これから、気候の良い時期になり外 どこから まだまだ

手入れすることから始めてみません か。心地よく豊かに暮らせますよ。 一度暮らしを見つめなおして、少し

遮蔽して、 の効果もあって一番涼しいのは縁側で を回すことで、涼感を得ます。すだれ す。風の無いときは、天井扇や扇風機 夏場は、すだれを取り付けて日 通風効果で涼しく過ごしま

置しました。 半年ほど前に薪置場兼倉庫の屋根に設 効果が非常に大きいです。我が家でも、 水器です。家庭で使うエネルギーの / 3程度は給湯で消費していますので そして年中活躍するのが、太陽熱温

湯器が停止して水になっていましたが ない日もありますが、給湯器を経由し す。)曇りの日は2℃くらいしか上がら 湯が取れます。(夏は100℃近いで きちんとお湯が出ることが便利です。 などでチョロチョロ出していると、給 使い勝手は同じです。以前は、洗い物 て、台所や浴室に使用していますので 冬でも晴れていれば5℃を超えるお