

木の家を育てよう

自然素材のお手入れ手帳

# 長生きする家を育てよう

## 健康で安全な家に暮らし続けるために・・・

皆さんはどんな家が理想ですか？快適で健康的で安全で丈夫で長持ちして環境にやさしくて…あげだすと切りがありませんよね。

近年、シックハウス問題や環境問題から、昔は当たり前だった自然素材の家がもう一度見直されるようになりました。化学物質の多用は人間の健康に悪影響を与えるだけでなく、その製造や廃棄のエネルギーの大きさや処理の難しさなども問題になっています。自然素材は土から生まれ土に帰っていく材料です。近くで採れた材料で家をつくれればその運搬エネルギーも少なく、かつその土地の風土に適した家ができます。木の空間が与える心理的な作用も注目されて、幼稚園や小学校の校舎でも自然素材の採用が増えました。

## 家だってやさしくしてほしい！

では、木や自然素材は良いことづくめでしょうか？自然から生まれた素材はその自然さゆえに放っておけば自然に戻ろうとします。家は必ず住まい手の手入れが必要ですが、木の家は特に手入れが欠かせません。また、木は生きた素材で呼吸や調湿をする代わりに縮んだり伸びたり変化します。木の家に住むには、木のやさしさの恩恵を受けるかわりに、住まい手も木や自然素材を理解してやさしくおおらかに付き合う気持ちが必要です。

ぜひ、皆さんに木の家を愛してもらって一緒に育てていただきたいのです。

## 本当の長寿命住宅って・・・？

今、省エネ住宅や長寿命住宅が求められていますが、本当の長寿命住宅とは愛される家です。現代の日本では家の平均寿命は30年です。構造的に100年をもって愛着がなければ壊されて捨てられます。工業製品は時間がたてば汚くなっていくだけですが、木や自然素材は大切に手入れすると味わいが出ていきます。欧米では住まい手が古い家を手入れ・改修する習慣があるので住宅の寿命は100年近くあります。日本も戦前までは木の家を住まい手が手入れし何世代も住み継いできました。木の家がもう一度見直されてる今、住まい手とともに家をつくり育ていきたい。その思いからこの手引きは生まれました。

## 自分でお手入れ&DIY

この手引きは木の家に暮らすための木材の知識と、木と自然素材の手入れ法と簡単なDIYをご紹介します。お手入れだけではなく、家をつくる時、リフォームするときぜひ住まい手のみなさんも施工に参加してみてください。家の造りや手入れの仕方がわかるだけでなく、何より自分の手が入った家に暮らすのは一段と愛着も増しますよね。

※この手引きで扱っていない新材材や設備・屋外などももちろん手入れが必要です。住宅全般の手入れや補修は下記の参考図書等をご覧ください。

「住まいの管理手帳（戸建て編）」：（財）住宅金融協会（1995）

「住まいの手入れ、補修のためのハンドブック」：（社）日本DIY協会（1998）

「暮らしの手帳別冊 住まいの補修と手入れ」：（株）暮らしの手帳社（2001）

「我が家を速効メンテナンス」：（株）学習研究社（2004）

# 木材の基礎知識

## 木は生きた素材で、変化もすれば、呼吸や調湿もします。

木材は、梅雨時や夏場の湿度の高いときに湿気を吸って伸び、乾燥した冬には水分をはきだして縮みます。そのため障子などの引戸は、夏場に建て付けが悪くても冬には戻ります。逆に冬、床板の目地がすいていても夏にはびったり詰まります。（引戸の建て付けは梅雨時を目安に施工した大工さんや建具屋さんに調整してもらいましょう。）

木の変化を理解していれば余分な心配をせずに暮らせます。そしてこの調湿性があるからこそ無垢の家は呼吸し、室内環境を快適に保つのです。

## 真壁と大壁

柱や梁を仕上げで被った壁を大壁、柱や梁が表れている壁を真壁といいます。木の呼吸を閉じ込めないように室内は真壁がおすすめです。腐朽や虫害から家を守るためにも真壁にした方が早期に対応ができます。外部は雨仕舞いを考えて大壁をお奨めします。どうしても外部も真壁にする時は壁から雨漏りが出ないよう細心の注意が必要です。また、雨仕舞いのため軒は深く出しましょう。

## 木の割れはご心配なく

新築後の柱や梁の割れや、その割れる音を心配される方がいらっしゃいます。この割れは構造材が乾燥する過程で表面に現われるものですが、割れても木材が正しく使ってあれば、強度に問題はありません。ただ見た目を気にするかどうかの問題だけです。

割れにくい乾燥方法がいろいろ考案されていますが、全く割れない方法というのはありません。どうしても割れが気になる方は、柱に背割りを入れて背割りを壁の中に隠してしまうという方法もあります。

見た目だけであれば「気にしない」のも木との上手な付き合い方のひとつかもしれませんね。

## 木の乾燥がポイントです

木材は乾燥したものを使いましょう。切ったばかりの未乾燥材で家を建てると木の変化が大きくなります。昔の家は木材の刻み・建て方から仕上げまで時間をかけて木が落ち着くのを待って工事をしていました。木の家を建てるには自然のリズムにあわせ無理に急がないことです。乾燥には葉枯らしなどゆっくり乾燥させた天然乾燥材と、乾燥機で乾燥させた人工乾燥材があります。葉枯らしとは木を切ってそのまま山で寝かせて自然乾燥させるもので自然の理にかなった乾燥法です。

## 自然の摂理と切り旬

また、木には「切り旬」があります。切り旬である8月から3月に切った木は腐りにくい性質がありますが、切り旬以外に切った木は栄養分が多く虫害や腐朽に弱い性質があります。新月の日に切った木は変化や腐朽が少ないという話も注目されています。これもまた自然のリズムです。

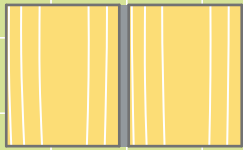
木や自然素材の家づくりとは自然の摂理に従い自然とともに生きる家づくりでもあります。気長に未永く木と暮らしてくださいね。





湿度20~30%  
乾燥すると縮みます

上から見ると…

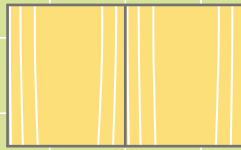


横から見ると…



湿度40~50%  
木にも人にも良い湿度です

上から見ると…

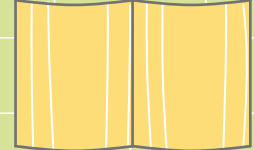


横から見ると…

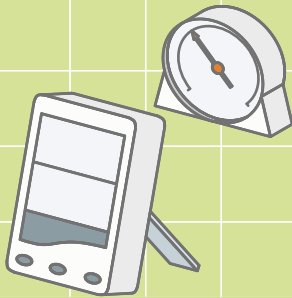


湿度80~100%  
湿気ると膨らみます

上から見ると…

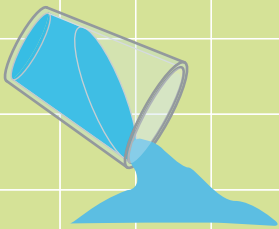


横から見ると…



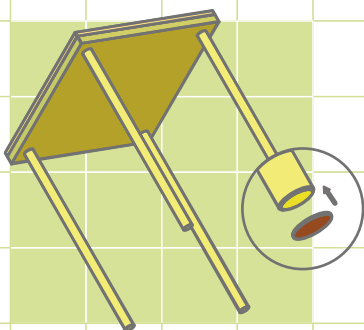
### 湿度に気を配れば安心です

木の床は室内の湿度に左右されます。  
でも、湿度の変化が少なければ、床も安心。だから、少しだけ湿度に興味をもってください。部屋に湿度計を置くといいかも。理想湿度は50%です。  
いちばん簡単な加湿・除湿は換気をすることです。コップ一杯のお水はもっとも簡易な加湿機ですね。



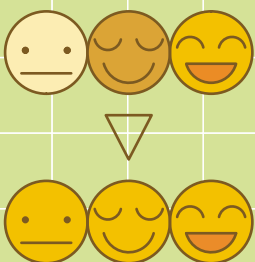
### 水をこぼしたらすぐに拭けば大丈夫ですよ

床に水などをこぼしてしまったら、あせらずに、乾いた布でさっと拭いて、しっかりと湿気を取ってください。  
その後風通しを良くして乾かせば大丈夫ですよ。



### キズは未然に防ぎましょう

木の床は柔らかいです。裏を返せば傷つきやすいともいえます。家具等の足にキズ防止用のフェルトシートを貼りつければキズから保護できます。床の傷が気になる方はヒノキや松などかための木を床板に選ぶのも一つです。杉は材質が柔らかく傷つきやすい一方、足触りが良く温かく感じます。かための木は傷つきにくい反面、杉ほどの温かみはありません。



### 色味も時が経てば、落ち着いてきます

木は自然の恵みですから、色ムラがあります。樹心の近く(心材)は赤っぽいので「赤身」、外周の近く(辺材)は白っぽいので「白太」といいますが、色の差があるのは最初だけです。時間が経てば、赤身は薄く白太は濃くなって、落ち着いてくるものなんです。ですので、新築の時より、しばらく住んでからの方が、全体が均一に落ち着いた色合いになってきます。

# 木のお手入れ 1

## 百聞は一見にしかず

「味があるなあ」と思える風合いと、「汚いな」と思う状態は、どう違うのでしょうか。

木や自然素材は手入れをすると味わい深く変化し、手入れをしないと持ちが悪くなります。腐食した箇所や、汚れがついた箇所は、見た目にもよくなり、家が傷んでいることにもなります。

ご自分の住んでいる木の家もよく見てみましょう。特に、木が濡れるところや汚れやすいところ、つまり水廻りや外部などが、新築の頃とどう変化しているのか、ぜひ一度目で見て確かめてください。無垢の木の床の傷も見てみてください。

「変化も楽しめる」「手入れも苦にならない」と思った方は掃除とお手入れで大丈夫。「水がかかる所はちょっと…」と思った方は、耐水性のある塗装や仕上げを検討しましょう。でも新建材に頼るのはやめたいですよね。健康で安全でかつゴミにならない家に住みたいですね。

## 木には塗装やワックスが必要な？

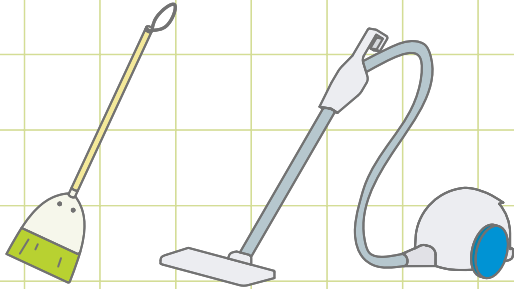
それは木の汚れが気になるかどうかにもよります。無塗装の木は水や汚れが浸透しやすいので、水じみ・汚れ・黒ずみが付いた場合、除去するのが少し難しくなります。塗装をすると汚れが目立ちにくいとも言えます。また、雨や水がかかる所は木の防腐処理のために塗装することをお奨めします。逆に言うと水のかからない所は無塗装でもいいのです。ただ、木の保護のために少しの油分を補ってあげた方がいいでしょう。

汚れが気になる方は、塗装かワックスをかけましょう。特に水廻りの床はワックスをかけてこまめにメンテナンスしましょう。床板にワックスをかけておくと汚れるのはワックスだけで木に汚れは浸透しません。外部の木部には自然素材の防腐液、植物油などの自然塗料、ベンガラなどの塗装をおすすめします。

ワックスや塗料には、ニスのように「塗膜」を張るものと、この本で紹介している「含浸」するものがあります。無垢の木への塗料は、水回り以外は基本的に「含浸」するものをオススメします。特に外部のデッキやバルコニーに「塗膜」を張る塗装をすると、塗膜の切れ目から水が入り、外に出れない水が木を腐らせたり、塗膜がひび割れて剥がれるなど劣化の原因になります。

# 木のお手入れ 2

## 普段のお手入れ・おそうじ

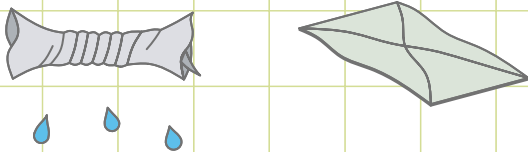


普段のお手入れは、掃除機やホウキで、ゴミやほこりを取ります。拭く場合は、から拭きして下さい。ぬかや乾燥させたお茶ガラやおからを入れた布袋で磨いたりして、油分を足してあげるといいツヤが出ます。

普段から水拭きをするとかえって木がかさつきます。米のとき汁やごま油を足した水で固く絞って拭くなど工夫が必要です。

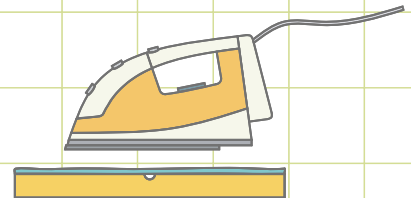
## 落ちにくい汚れ

落ちにくい汚れは固く絞った雑巾で拭いてください。拭いたあとは乾拭きして水気を取ってください。無色の油・ワックスなら塗装に使ったもので汚れを落とすことができます。布につけて汚れをこするだけです。

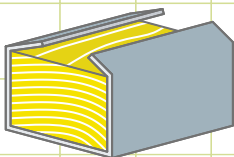


## 小さなくぼみキズ

小さなくぼみキズなら、湿った布を当ててアイロンを掛ければ、木が膨らんで治ります。膨らんだら、ペーパー等で整えて、塗装すれば元通り。



## ガンコな汚れや目立つキズ



そのままにしておいても、時がたてば、目立たなくなりますが、#240以上のサンドペーパーで、床面を慣らしてやれば、目立たなくなります。このとき、ペーパーは、番手の小さなものから大きなものへ順にかけていくと、より仕上がりがきれいになります。

木片等の平らな物にペーパーを巻きつければ、整えやすいですよ。ペーパーをかけたあとに油やワックスを再塗装してください。

塗装は撥水性がなくなり水が染込むようになったら再塗装の時期です。1～2年に1回が目安です。水廻りは早めに再塗装をして下さい。

無塗装の木の汚れやしみは 40℃ぐらいにあたためたゆで汁を雑巾につけて拭き、そのあと水拭きし最後に乾拭きします。粉石けんや重曹も同様に使えます。外部デッキなどで汚れがひどい場合は亀の子タワシやブラシを使ってもかまいません。

# 木の塗装いろいろ

いろいろな木の塗装のDIYとお手入れの仕方をご紹介します。  
塗装をする時は、衣服につくと取れないので汚れてもいい格好で！

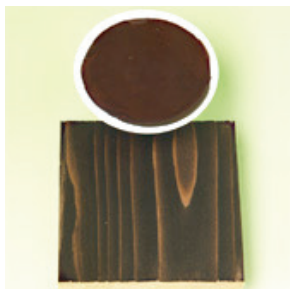
## 柿渋



柿渋は渋柿を発酵させて作った塗料で、防腐・防虫効果があり、化学物質を吸着し発生を抑制する安全で扱いやすい塗料です。強い臭いがありますが、低臭タイプも販売されています。臭いは塗布後1週間ほどでなくなります。

- 〔塗り方〕 基本は「自然塗料の塗装手順」に従ってください。  
原液のまま塗布してもOK。初心者は水で2～3倍に薄めて塗った方が塗りムラが少なくなります。  
塗布後塗った表面にできた気泡や塗りムラは布で拭き込むように拭き取りましょう。  
柿渋は塗って数日たって色が濃くなってきます。さらに色を濃くしたいときは2～3回良く乾かしてから重ね塗りをします。
- 〔注意点〕 柿渋は外部で雨に当たると流れ落ちます。外部や水がかりに使用する際は、ベンガラを混ぜたり、柿渋を塗って乾いた後ワックスや植物油を塗ったりして、耐水性を高めましょう。  
柿渋にベンガラを混ぜるといろんな色に着色でき、耐久性・抗菌性・防腐性が高まります。柿渋1リットルに対しベンガラ 100g～200gが目安です。
- 〔お手入れ〕 色が落ちてきたら塗り直しはそのまま上から重ね塗りOK。水に濡らしたりして塗装が落ちない限り、塗りなおしは必要ありません。外部や水がかりは油の撥水性がなくなったら植物油やワックスを上塗りしてください。外部のメンテ期間は1年が目安です。

## 柿渋ペイント



柿渋ペイントは、撥水性があり耐久・耐光性に優れ、外部や水廻りに使用できる安全無害の塗料です。柿渋をベースとし天然顔料・蜂蜜蝋・植物油を配合しています。さまざまな色があり、混色もできます。

塗り方は柿渋と同様、刷毛で一定方向に塗り乾燥しない間にウェスでよく擦り込んで下さい。お手入れも柿渋と同様です。

# 木の塗装いろいろ

## ベンガラ（顔料）



ベンガラは酸化第二鉄を主成分とする安全な無機顔料で、さまざまな色があります。防水・防虫・防腐作用があるので、古くから外部の塗装に使われています。柿渋や植物油に混合して塗装したり、漆喰や土壁に混ぜて使うこともできます。ベンガラなど顔料は沈殿しやすいので、時々かき混ぜて塗りましょう。

## 植物油

木の風合いを残しつつ保護してくれる安全な塗料です。植物油には乾きやすい順に乾性油・半乾性油・不乾性油に分かれ、乾性油が塗装に向きます。荏油、桐油、亜麻仁油がこれにあたり、室内の床板などの木部の塗装に向きます。半乾性油の大豆油・菜種油・サフラワー油などの食用油でも塗装できますが、乾きにくいのであまり人が触らない場所であれば使えるでしょう。屋外や水廻りにはベンガラを混ぜたり何回か塗り重ねたりする必要があります。

## 荏油

荏油は荏ごまから取れる天然の油で、食用に使われる事もあります。一回塗りで仕上がり、色は少し濡れたようなつやが出ます。



〔塗り方〕 塗り方は「自然塗料の塗装手順」に従ってください。  
荏油は原液のまま布に染み込ませ、木地にすり込むように薄く伸ばします。表面の油分を乾いた布で拭き取って下さい。

## 桐油

シナ桐の種から取れる油で、耐水性に優れ、木に塗ったときの色の変化が少ない油でいい香りがします。



〔塗り方〕 塗り方は「自然塗料の塗装手順」に従ってください。  
塗装前に油をよくかき混ぜてください。  
刷毛やウェスで塗装し、10～20分後に表面に残った油分を布で拭き取り、24時間乾燥させ、2回目の塗装&乾燥を行ってください。



# 木の塗装いろいろ

## 蜜ロウワックス

蜂の巣を溶かした蜜ロウと荏油からつくったワックスです。木に直接塗ったり他の自然塗料の上に重ね塗りしたりして木材を保護します。塗りやすい液体ワックスもあります。



〔塗り方〕 塗り方は「自然塗料の塗装手順」を参照してください。  
カーワックス用のスポンジで塗装してください。  
塗り過ぎないように薄く伸ばして1度塗りで仕上げ、すぐに乾いた布で余分な油を拭き取りましょう。  
乾燥に半日から一日かかります。

〔お手入れ〕 水をこぼしたらすぐに拭いてください。放置すると白く変色します。変色してしまった場合は、#1000以上のサンドペーパーでロウをとり、その上からワックスを塗ってください。  
普段は雑巾がきでOKですが、汚れが落ちにくい場合は蜜ロウワックスや石鹸・重曹でこすれば取れます。ドライヤーで汚れた部分のロウを溶かして拭き取る方法もあります。

## 自然塗料

OSMO, LIVOS  
AURO, ESHA,  
VATON など

植物油をベースにした自然塗料・無公害塗料です。ドイツのメーカーが中心ですが、国産の自然塗料メーカーもあります。内装用・外装用の塗料があり、色合いも多種そろっています。専用のメンテナンス用品なども充実しているメーカーが多くあります。成分・塗装方法などは各社で微妙に異なりますので、詳しくはメーカーのカタログを参照ください。



〔塗り方〕 基本的な塗り方は「自然塗料の塗装手順」によります。

〔お手入れ〕 「木の床のお手入れ」によります。

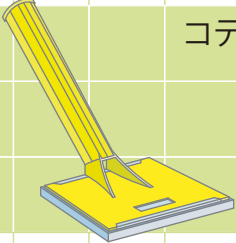
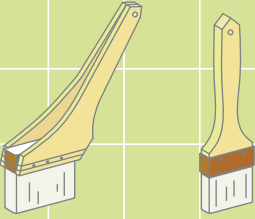
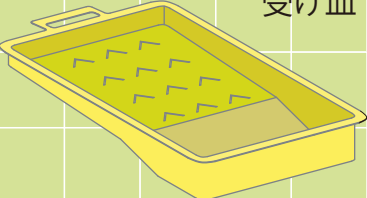


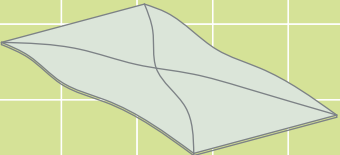
## 天然防腐液

ウッドロングエコ  
など

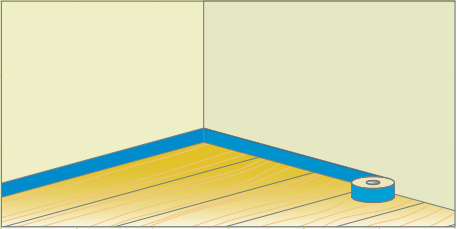
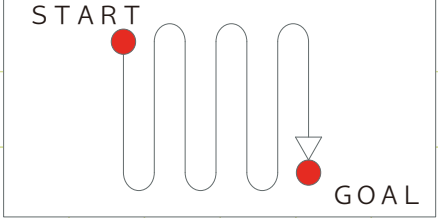
天然物だけでつくった防腐液でカナダ・北欧で使われてきた屋外用の木材防護保持材です。新しい木材に塗ると防腐機能が長期間持続し追加塗りがあまり要らないといわれています。塗布後、木材が暗褐色や銀白色に変化していきます。

〔塗り方〕塗り方はメーカーの説明書に従ってください。  
粉末の製品を水に溶かしブラシ・ローラー・スプレーなどで塗ります。大量の場合は溶液に木材を浸しておきます。

# 塗装道具

|   | 道具       |  | 説明   | 値段 / 入手先   |
|---|----------|--|--|--|
|    | コテバケ     |  | <p>広い面積を塗る時に使うハケ。普通のハケより早く濡れます。特に平らな面は塗りやすい。受け皿が必要です。</p>                                  | <p>約800～1000円。<br/>ホームセンター等で手に入ります。</p>                                      |
|    | ハケ       |  | <p>コーナーや狭いところのペイントに使います。水性用・油性用・水性油性兼用があります。</p>   | <p>約100～1000円。<br/>平均して500円くらい。<br/>ホームセンター等で手に入ります。選ばなきゃ100円均一でも手に入ります。</p> |
|   | 受け皿      |  | <p>コテバケに塗料をつける時に使います。バケツなどでも代用できます。</p>  | <p>約380～1000円。<br/>ホームセンター等で手に入ります。</p>                                      |
|  | マスキングテープ |  | <p>塗料がついては困るところに貼ります。大きな面積は新聞紙・ビニールシート等でおおい、マスキングテープでとめます。シート付きテープ「マスカー」という優れたものもあります。</p> | <p>幅24mm長さ18M×3巻で約480円。幅18mmなら4巻で。幅広の方が塗る時に安心です。<br/>ホームセンター等で手に入ります。</p>    |
|  | 手袋       |  | <p>手に塗料がつくのを保護します。ゴム製やビニール製のものがあります。これを着けているのと着けていないとでは後の手洗いが格段に違いますよ。</p>                 | <p>約100～200円。<br/>ホームセンター等で手に入ります。</p>                                       |
|  | ウエス・布    |  | <p>塗料を拭き取る時や塗る時に使います。ウエスは、「Waste」から「ぼろ布」の意。使い古しのタオルでも古着でもいいです。</p>                         | <p>0円。ホームセンターにもあるけど、ぼろ布で充分。ただし、表面がザラザラしたもの、糸がほつれてくるもので拭くと傷やホコリがつくのでNG。</p>   |

# 自然塗料の塗装手順

|          |  |   |
|----------|--|---|
| 時をえらぶ    | 塗装する日は出来るだけ晴れた日にして下さい。湿度が高い日は塗料が床に染み込みにくく、乾きにくいからです。雨が少なく気温の高い7月や10月が比較的塗装に向いています。   |   |
| そうじ      | 塗装する前にまずは、そうじ。塗装するときにほこりやゴミがあると塗料と一緒に床にくっついてしまいます。このとき、直したいキズやひどい汚れは#240以上のサンドペーパーで取っておきましょう。全体をペーパーで仕上げておくのが理想的です。  |   |
| 保護する     | 塗料を付けたくないところに、マスキングテープを張ります。大きな面積は新聞紙やビニルシート等でおおいマスキングテープで留めつけます。  |    |
| 塗る順序を考える | 塗り始めは、高いところや奥から。塗り終わりは、出口があるところにしましょう。塗り終わったら、乾くまで歩けませんから。閉じ込められないように、何処から塗っていくか計画を立てましょう。   |  |
| 塗る       | 塗料を受け皿などに移して、狭いところはハケで、広い面積はコテバケや布を使って塗装します。ワックスは専用スポンジもあります。塗料はよく攪拌しましょう。木目に沿って染み込ませる感じで塗ってください。厚く塗ると滑りやすくなったり、ムラが出来る原因になることも。出来るだけ薄く延ばしてください。途中で塗り継ぎをするとあとで目立つので、端から端までは一気に塗ってしまいましょう。木に浸透しきれない余剰分はウェスで拭き取ります。 |   |
| 保護をはずす   | 塗り終わったら、マスキングテープを剥がしましょう。テープは時間が経つほど、接着力が強くなって剥がれにくくなります。塗ったら床が乾く前に剥がしてください。   |   |
| かたづける    | 塗料の注意事項に従い、それぞれの処分を行ってください。使ったハケは良く洗ってください。油性塗料はエタノールで落とすか食器用洗剤をお湯で薄めて油分を除去します。油性塗料を塗ったあとのウェスは放置すると自然発火する恐れがあるので、焼却するか水で濡らすか密閉容器に入れるかのいずれかで処分して下さい。余った塗料はあとのメンテ用にとっておきましょう。                                      |   |

# 左官いろいろ

自然素材の左官材を紹介します。  
左官の作業をする時は汚れてもいい服装で。  
肌にもつかないように注意しましょう。

## 漆喰

石灰岩や貝殻を焼いてつくった消石灰に砂や糊、スサを混ぜたもの。耐水・耐火・耐久性が高く、調湿性もあります。材料を混合済みで練ったものをパックした商品もあります。塗りたては黄色味がかっていますが、時間が経つにつれて真っ白になります。松煙墨やベンガラで着色することもできます。

〔塗り方〕 「左官材料の基本の塗り方」を参照してください。

〔お手入れ〕 いろんな手入れ方法がありますが基本は乾拭き。あまり汚れに神経質にならないのが一番です。



### 〈内壁〉

埃は乾拭きするか、ハタキをかけてください。油汚れは薄めた中性洗剤で軽く拭いた後、硬く絞った雑巾で洗剤分を丁寧に拭き取ります。

油性の落書きは、サンドペーパーで汚れを削り取ってから塗り材を塗り重ねます。水性の落書きやタバコのヤニ等はアク止めシーラーを塗布・乾燥後に塗り重ねてください。鉛筆などはプラスチック消しゴムで消せます。

傷は塗り重ねによって補修可能です。

### 〈外壁〉

カビは柔らかい布で乾拭きして下さい。浸透した汚れは塩素系漂白剤を 50 倍以上に薄め、ごく少量の消石灰を加えてブラシ等で塗布してください。

漆喰は耐水性があるので外部の場合、施工後1年以上たつと水洗いも可能ですが高圧洗浄は避けてください。

ひび割れは全部剥がして全面的に補修が必要ですが、機能性の面では補修の必要がない場合もありますので、施工店に相談してみましょう。

## 生石灰クリーム

成分は漆喰と同じ水酸化カルシウム。漆喰よりも表面高度が高く、傷がつきにくい材料で、漆喰よりも施工が簡単です。クリーム状なのでローラーや刷毛仕上も可能で薄塗りの仕上げができます。土や砂、スサ、顔料などさまざまな素材を混ぜて使うこともできます。但し漆喰のような耐水性はないので内装向きです。

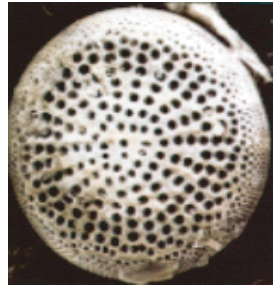


〔塗り方〕 「左官材料の基本の塗り方」を参照してください。DIY向けの商品も出ています。強アルカリ性なので敏感な体質の方はビニール手袋やゴーグル・マスクなどをお使いください。

〔お手入れ〕 漆喰のお手入れと同様ですが、水洗いはできません。

## 珪藻土

珪藻土は植物プランクトンが長い間堆積して化石化してできたもの。多孔質のため調湿性・断熱性・耐火性に優れ、マイナスイオン効果も確認されています。施工性は良くはないので、自分で塗るにはDIY用に開発された商品を使用する方が良いでしょう。（但し、DIY向きの製品は施工性をよくするため樹脂の混合割合が多くなります。その分、調湿などの機能はやや劣ります。）



〔塗り方〕 「左官材料の基本の塗り方」を参照してください。  
コテやコテバケ・ローラーなどで施工できます。

〔お手入れ〕 ほこり、汚れはハタキをかけたり、掃除機をかけます。鉛筆や手垢は消しゴムで消せません。  
黒ずみや落ちにくい汚れは濡れ雑巾で拭いてください。面全体が汚れた場合はアク止めをして塗り材で再仕上げして下さい。壁面に傷やひび割れが生じた場合は補修部を水で湿した後、塗り材をタッチアップして下さい。

## 火山灰壁材

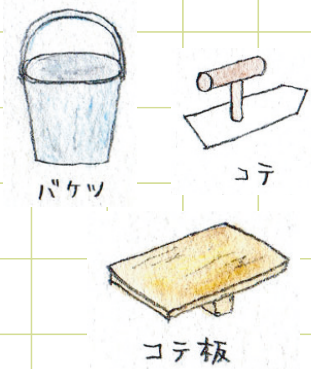
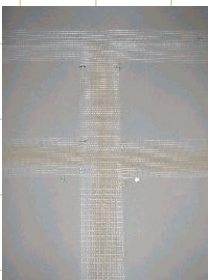
シラスの無機成分を主成分とした 100%自然素材のみの塗り材。吸放湿性のほか脱臭、マイナスイオンの放出、殺菌などの性能を持ちます。

〔塗り方〕 メーカー施工要領に従ってください。下地は石膏ボード 12.5 mm平ボード貼りとし、メーカー指定のジョイント処理をします。十分に攪拌をしたあと、1回塗りで仕上げます。こすり過ぎずにコテ・刷毛・ローラーなどでソフトに仕上げして下さい。

〔お手入れ〕 普段はハタキがけか乾拭き程度でOK。表面の汚れは消しゴムで消します。こすれたときは霧吹きを拭いて専用の補修材で補修します。油などの染み込んだ汚れには対応が難しいようです。

# 左官材料の基本の塗り方

|                 |  |
|-----------------|--|
| <p>時・場所をえらぶ</p> | <p>左官は春から秋がいい時期で、室温5℃以下の冬季は施工できません。極端な高温・乾燥や過度の通風・湿度も避けてください。広い面積の左官は難しいので、真壁など見切りやすい壁面が向いています。外壁の耐水性が必要なのでプロに任せましょう。</p>  |
| <p>保護する</p>     | <p>マスキングテープなどで塗る面以外を養生します。この時、塗り厚さの数ミリを考慮し、その厚さを逃げた所にマスキングしましょう。木部に付くと黒変した痕が残ってしまいます。柱や見切り材はもちろん、床も広めにビニールシートなどで保護してください。</p>  |
| <p>下地処理をする</p>  | <p>下地との接着性を良くし、アクを止め、仕上げ面を平滑にするため、下地処理や下塗りをします。(下地処理の要領は各メーカーの施工要領に従ってください。) 専用のシーラーや下塗り材・ファイバーテープが必要な場合があります。初心者の方は下地処理はプロにお願いした方が無難です。下地を自分で作る場合はラスボード下地が比較的簡単でおすすめします。</p>  |
| <p>塗り材を準備する</p> | <p>バケツなどの容器に塗り材を入れハンドミキサーで攪拌します。または塗り材を袋入りのまま破れないように素足で踏んだりして均一にし、バケツに移します。</p>  |
| <p>塗る①</p>      | <p>コテ板に塗り材をとり、壁の左上から塗っていきます。左官の基本は「追っかけ2度塗り」です。1回目は金コテで全面に均一に平滑に塗りつけます。(適度な塗り厚さは材料によって異なりますので各メーカーの施工要領に従ってください。) コテの進行方向に少し浮かせ気味にして動かします。コテの先を使って、柱や見切り材のきわ(ちりぎわ)まできれいに塗りこみます。(スーピーディーに塗り上げないと次の2度塗りができなくなります。)</p> |
| <p>塗る②</p>      | <p>1回目の塗りが乾かないうちに2回目の上塗りをして下さい。2回目は仕上げになるので丁寧に塗りつけてください。1mm厚のプラスチックコテで仕上げると平滑に仕上がります。好きなパターンでコテムラをつけてもいいでしょう。</p>  |
| <p>保護をはずす</p>   | <p>塗り終わったら、マスキングテープを剥がしながらちりぎわをコテ先でまっすぐに整えていきます。ちり廻りを塗る専用の細いコテを使っていいでしょう。</p>  |



# 紙貼りいろいろ

壁や天井に貼る自然素材の紙を紹介します。

## 和紙

和紙に使われる楮、三桠、雁皮などの植物は、どれも成長が早く、それぞれ違った表情の和紙ができます。楮は丈夫な紙に、三桠は優美な紙に、雁皮は艶のある紙になります。チリが入ったものや草木染で色づけたものなどさまざまな和紙があります。手漉きと機械漉きのものがあり、風合いやサイズが異なりますが、いずれも保温性・調湿性があります。

〔貼り方〕 「和紙の重ね貼り」を参照してください。

〔お手入れ〕 普段はハタキがけか乾拭き程度にとどめましょう。こんにやく糊や和紙貼りに使った糊を、和紙の上から何回か塗っておくと汚れ防止になり、水ぶきも可能になります。汚れてきた場合は柿渋を5～10倍に薄めて塗るか、さらに和紙を重ね貼りしましょう。



## 和紙壁紙

壁紙用に加工された和紙製品です。ごく和紙に近い製品もありますが、施工性・安定性を高め、表面に防汚性、撥水性、防火性能をもたせた壁紙も出ています。その場合、裏面はパルプ紙で裏打ちされており、和紙本来の通気性や質感は損なわれませんが、施工・手入れしやすいというメリットもあります。

〔貼り方〕 「壁紙の貼り方」及び「和紙の重ね貼り」を参照しメーカーの要領に従ってください。

〔お手入れ〕 表面加工によって異なります。加工されていない製品は和紙のお手入れを参照してください。撥水加工や表面コーティングしているものは水拭きや消しゴムを使ったメンテも可能です。張り替えは加工していないものは重ね貼りできますが、加工したものは剥がしてから貼ってください。



## 月桃紙

沖縄の一年草である月桃を原料とした和紙壁紙です。月桃は独特の香りを持ち、その香りの成分に防虫・抗菌効果が含まれています。紙の良さを活かした調湿タイプと表面に樹脂加工をした防汚タイプがあります。



### 〔貼り方〕

「壁紙の貼り方」を参照してください。  
プラスターボード下地が望ましいです。張り替え下地などその他の下地はシーラー処理をして下さい。  
糊の標準希釈率は糊：水＝10：7程度です。  
調湿タイプは5mm以上重ね貼りにして下さい。

### 〔お手入れ〕

調湿タイプは和紙の手入れのしかたを参考にしてください。  
防汚タイプは、汚れがついたらかたく絞った雑巾で拭き取ってください。・カーテンやブラインドで直射日光を避け、除湿や換気を心がけてください。

## ウッドチップ壁紙

ルナファーザー  
オガファーザー  
など

再生紙と木のチップでできた塗装用のエコ壁紙です。塗装後も天然素材の性質があるため通気性・透湿性に優れています。10回程度の塗り重ねが可能で、長期間にわたり張り替えによるゴミを出しません。水性エマルジョンタイプの自然塗料を塗装してください。

〔貼り方〕「壁紙の貼り方」に従ってください。

塗装は「自然塗料の塗装手順」に従ってください。

紙の上に直接塗れるので、シーラー処理の必要はありません。

糊が十分乾燥してから塗装します。(8時間以上)

紙のジョイントの目開きは塗装すれば殆ど目立たなくなります。

中毛のウールローラーで、際ぎりぎりまで塗りましょう。


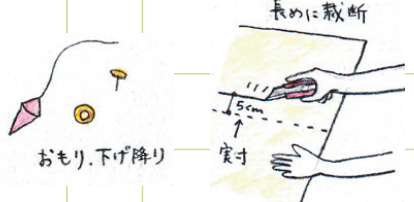

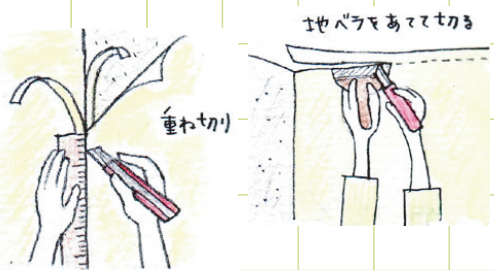
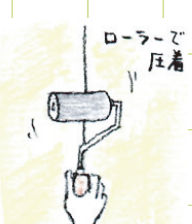
使用した塗料は補修用として密封容器に入れて残しておきます。

〔お手入れ〕手垢等による部分的な汚れは、中性洗剤を溶かした水を雑巾やスポンジに含ませて柔らかく拭き、もう一度水で絞った雑巾で拭き取ってください。洗剤のいらぬメラミンスポンジなら水を含ませてかるくこするだけで良く落ちます。しつこい汚れや小さな傷・破れは補修用塗料を筆などで周囲をぼかすように塗ってください。塗り替えるときはそのまま塗り重ねができます。壁面の汚れが著しい場合はシーラーを塗装してから上塗りしてください。



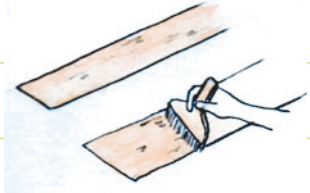
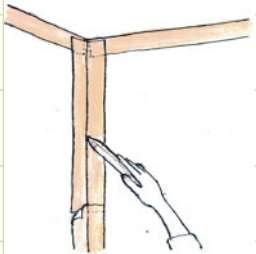
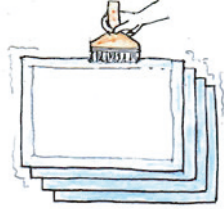
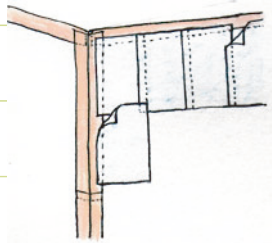
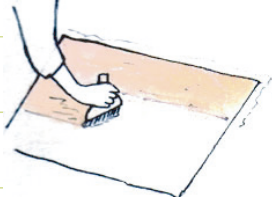
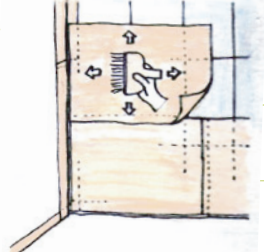


# 壁紙の貼り方

|                |  |  |
|----------------|--|--|
| <p>下地を整える</p>  | <p>下地の埃や汚れをきれいに拭き取り、ひび割れ、穴、すき間がある場合はパテなどで平らにしておきます。古い壁紙は表面の層を剥がします。貼る前にコンセントやスイッチのカバー等で外せるものは外しておきます。壁紙をまっすぐに貼っていくために、下げ振りを天井から吊るし垂直を出し、糸に沿って鉛筆で壁に垂直線を引きます。</p>                                      |  <p>10円処理</p>                     |
| <p>採寸・裁断する</p> | <p>メジャーで床から天井までの高さを採寸します。壁紙を必要な長さ（壁の高さ）より約5cmくらい長めにハサミで切ります。</p>   |  <p>長めに裁断<br/>おもり、下げ降り<br/>実寸</p> |
| <p>糊付けする</p>   | <p>糊はノンホルマリンのクロス糊を使いましょう。（ヤヨイ化学ルーアマイルド、矢沢化学ウォールボンド 100 など同等品）<br/>裁断した壁紙を台の上を広げ、裏面に刷毛かローラーで糊を均一に塗ります。指で字が書ける程度にたっぷりめにつけてください。端から 60～100cm 程度塗れたら糊付け面どうし重ねて折り畳みます。全部塗り終わったら畳んだままで 10～15 分間待ちます。</p>   |  |
| <p>貼る</p>      | <p>貼り始めは壁の上部に2～3 cm 紙を余して貼ります。まず、上半分だけを垂直線に沿って下へと貼っていきます。中心部をなでバケで上端より下へ向かって抑えるように払い壁に付着します。壁のまわりについた糊は濡れ雑巾で拭きます。</p>  |  <p>糊バケ<br/>なでバケ<br/>竹ベラ</p>    |
| <p>角だし・カット</p> | <p>天井や床との境目は竹ベラでしっかり押さえて角を出します。ヘラは横に寝かせて使います。立てると壁紙が裂けることがあります。地ベラをしっかりとあてて良く切れるカッターナイフで余分な壁紙をカットします。カッターは寝かせ気味にして切り、カッターの刃は壁面から離さず地ベラをずらしながら切り進めます。カッターの刃はこまめに折って新しくします。入隅は地ベラでカットし、回し張りはしないこと。</p> |  |
| <p>2枚目を貼る</p>  | <p>2枚目からは端を重ねずに突き付けで貼るか、3 cmほど重ねて貼り重なった中央をカッターで切ります（重ね切り）。</p>   |  <p>重ね切り<br/>地ベラをあてて切る</p>       |
| <p>圧着する</p>    | <p>継ぎ目部分をローラーで押え圧着します。（しっかり押えることで糊の乾燥後の目開きを抑えます）<br/>自然素材壁紙は糊が乾きやすいので施工可能時間は糊付け後1時間程度です。</p>   |  <p>ローラーで圧着</p>                 |

# 和紙の重ね貼り

和紙の素材を活かす貼り方は、下貼りを必要とする重ね貼りが基本です。壁紙メーカーがつくった和紙壁紙はビニル壁紙などと同じ直貼りの突き付け貼りが多いようです。

|                        |   |   |
|------------------------|---|---|
| まわりベタの<br>裁断・糊付け       | 1. 幅6～10cm に細長く切った（クラフト紙でも襖紙の断ち落としでも何でもよい）の表側全面に糊付けします。   |    |
| ▽<br>まわりベタの下貼り         | 2. 1の細長い和紙を入隅に下貼りします。長さは3尺（90cm）ぐらいが標準ですが、きまりはありません。これは下地の動きを止めるためと、下貼りがぴたりと張り付くようにするためです。  |    |
| ▽<br>下貼りの食い裂き<br>・糊付け  | 3. 下貼り用の和紙（やや中厚の二三判を1/4にした30×45cm位の紙）の4辺に糊を付けます。糊付け部分の幅は（3～4.5mm。和紙の2辺を食い裂き（折り目を水刷毛で湿らせてから定規などをあてがって裂く）にすると、貼り合わせたとき段差が少なくきれいにおさまります。 |  |
| ▽<br>下貼り<br>(袋貼り・重ね貼り) | 4. 3の和紙を左上から下へと貼り下ろしていきます。端部は上貼り用の和紙を貼るときの糊代分として3cm位あけて貼ります。紙と紙の重ねは3～4.5cm位。丁寧な仕事では袋貼りを数回することもあります。                                   |  |
| ▽<br>上貼りの糊付け           | 5. 上貼り用の和紙（大きさは自由だが二三判の半切位がやりやすい）に全面糊付けします。   |  |
| ▽<br>上貼り(重ね貼り)         | 6. 上貼りは下の段から順次、上段に貼り上げていきます。紙と紙の重ねは1cm位。刷毛で中央から外へ空気を抜くようにして貼り付けます。  |  |

# 木の家の健康

## 通風・換気・点検・掃除！

木の家を腐朽・蟻害から守るには、床下の良好な換気を保ち、土台や床組みの木部を常に乾燥させておくことが重要です。建物や床下の通風を常に取り湿度を70%以下にしておくこと、腐朽・蟻害・結露の予防だけでなく、カビ・ダニの対策にもなります。

「基礎の換気口まわりにものを置かない」

「敷地の水はけを良くする」

「床下や敷地に木屑を放置しない」

ことが基本です。雨どいや敷地の排水マスなども定期的に掃除して敷地に水が溜まらないようにしてください。



そして年に1～2回、床下を点検してください。手順は

1. 床下収納などの点検口から床下に入る。  
(和室の畳下の板をはいで入ることもあります。)
2. 水廻りの下の木部の腐朽をチェックする。  
(茶・白・黒色に変色していたら大工さんに見てもらいましょう。)
3. 基礎の立ち上がりや束石に蟻道がないか確認する。  
(シロアリは光や風・乾燥を嫌うため、土や糞で蟻道とよばれるトンネルをつくります。)
4. 木槌で土台をたたいてみる。被害があると鈍い音(空洞音)がする。  
(シロアリは木の表面ではなく中身を食べます。)



これが蟻道！

シロアリは体長4～6ミリほど。シロアリや、被害を見つけたら、すぐに専門業者に相談しましょう。安全性の高いホウ酸・木酢液・ヒバ油・月桃油での駆除や、シロアリの天敵による駆除など、人体や環境に悪影響のない方法がおすすめです。トカゲ・カエル・クモ・クロアリなどはシロアリが大好物です。

新築時は、土台や床組みは、腐朽に強くシロアリがあまり好まないヒバ、ヒノキ、スギの赤身を使いましょう。床下を点検しやすい構造にしておくことも大切です。