

はじめに 2

1章 住まいってなんだろう? 5

マンガ 住まいってどんなもの? 6

住まいの役割 8

住まいに必要な空間 10

地域によって異なる家の形 12

日本の伝統的な住まい① 京都 町家 16

日本の伝統的な住まい② 富山県・岐阜県 合掌造り 18

海外のユニークな住まいを見てみよう! 20

住まいの Q & A

畳って何からできているの? 26

2章 快適な住まいづくり

~心地よく暮らす工夫 27

マンガ 心地よく暮らそう 28

「暑さ」「寒さ」は、何に影響されるの? 30

夏に心地よい住まい・住まい方① 32

夏に心地よい住まい・住まい方② 34

冬に心地よい住まい・住まい方① 36

冬に心地よい住まい・住まい方② 38

住まいの湿度をコントロールしよう 40

住まいの空気環境① シックハウス症候群 46

住まいの空気環境② 花粉症 48

住まいを明るくする工夫 50

住まいと生活音 54

生活音のトラブルを防ぐ 56

環境を考えた清潔な暮らしを 58

みんなで住みやすい地域をつくらう 60

住まいの Q & A

家にいるダニやカビ、いったいどこで何をしているの? 64

3章 安全に暮らす 65

マンガ 住まいを安全に 66

住まいの中で起きる事故 68

事故を防ぐ① 一子どもの事故 70

事故を防ぐ② 高齢者の事故 72

住まいの防災・防犯 76

地震災害への備え 78

気象災害への備え 80

住んでいる地域の災害を知る 82

住まいの Q & A

災害で水道が止まったら? 86

4章 環境にやさしい住まい・住まい方 87

マンガ 暮らしの中で未来のことを考えよう! 88

わたしたちの住まいと地球環境 90

エネルギーや水を大切にしよう 92

冷暖房の省エネルギー 94

住みよい環境をつくる緑 96

住まいと環境 98

住まいを長持ちさせる 100

ライフスタイルを変えよう 102

循環型社会をめざそう! 104

巻末資料 住まいのことが学べる施設 108

さくいん 110

考えてみよう!

●和式と洋式のちがい 24

●昔の暮らし① 江戸時代のすずみ方・あたたまり方 42

●昔の暮らし② 家電製品のうつり変わり 44

●照明のちょうどよい明るさとは? 52

●人と人がつながる多様な住まい方 62

●バリアフリーとユニバーサルデザイン 74

●備蓄品・非常用持ち出し袋を備えよう 84

●生活と住まいどう変わった? 106

1章

住まいってなんだろう?



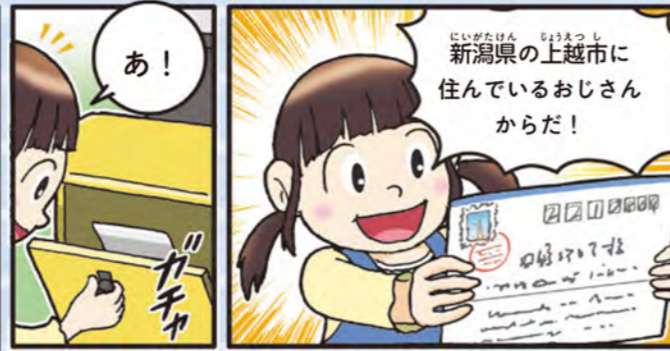
どれも住まいの写真だよ。
どうしてこんなに形がちがうんだろう?



住まいってどんなもの？



ただいまー！



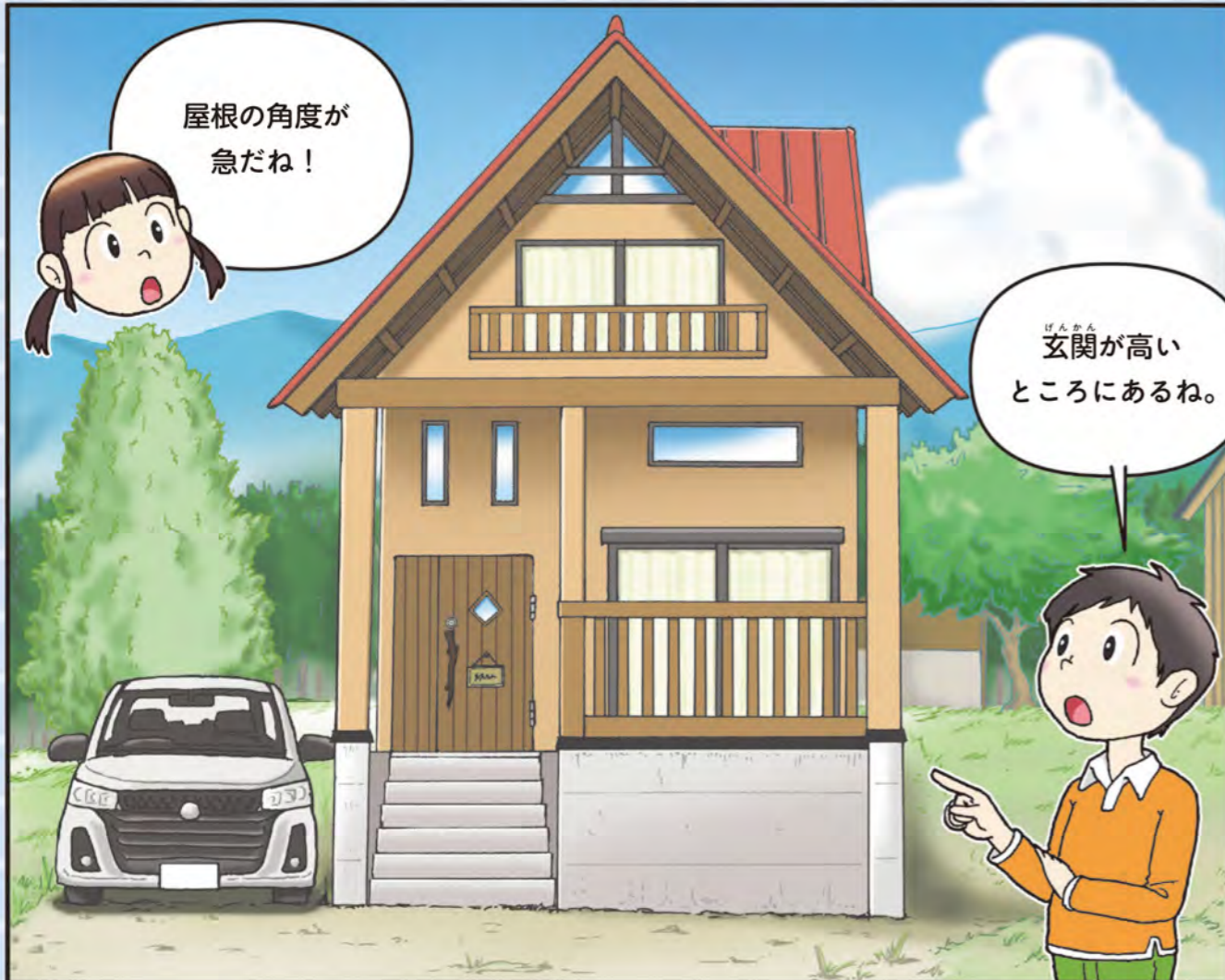
あ！

新潟県の上越市に住んでいるおじさんから！



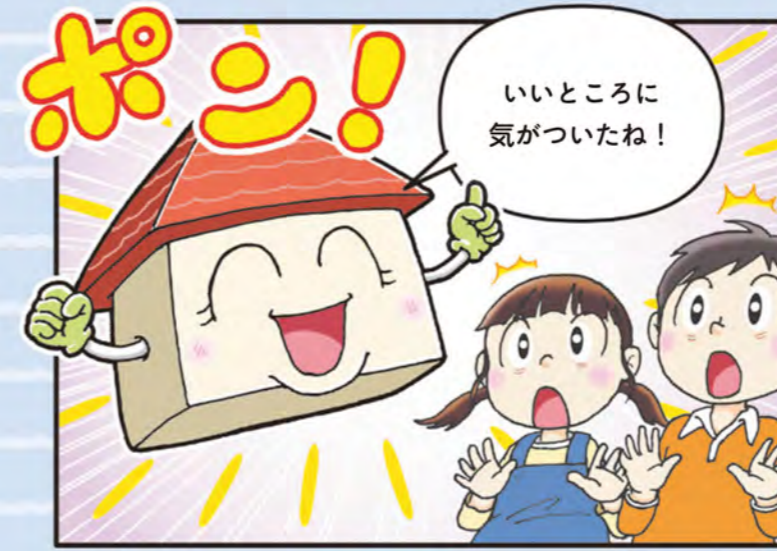
新しい家の写真だね。

あれ、このお家…

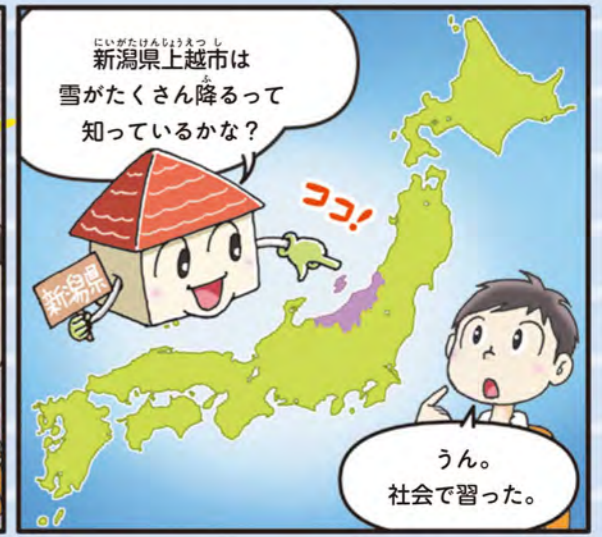


屋根の角度が急だね！

玄関が高いところにあるね。



いいところに気がついたね！



新潟県上越市は雪がたくさん降るって知っているかな？

ココ！

うん。社会で習った。



雪がとっても多い地域だから、屋根が雪の重みでつぶれないように、屋根を急な角度にしているんだ。

開くよ

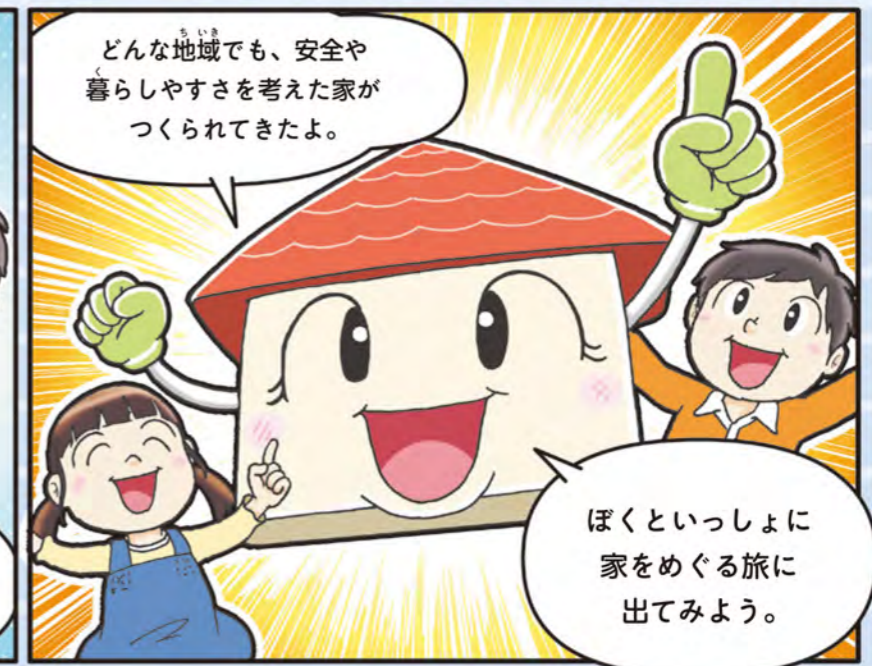
開かない！

そして雪がたくさん積もっても、外に出られるように玄関も高い位置につくっている。



安全に暮らせるよう、考えてつくられているんだね。

暑い地域の家にも何かちがいがあのかな？



どんな地域でも、安全や暮らしやすさを考えた家がつくられてきたよ。

ぼくといっしょに家をめぐると旅に出てみよう。

住まいの役割

なぜわたしたちには住まいが必要なのでしょう。
ここでは、住まいの役割について考えてみましょう。

住まいの役割って、なんだろう？

もしも住まいがなかったら、暑くても寒くても雨や雪が降っていても外で過ごすさなくてははいけません。住まいがあれば、気象の変化や台風などの自然災害から身を守り、安全に過ごすことができます。

わたしたちは住まいがあることで、周囲の環境から身を守り、心や体を休めて毎日の生活を送る活力を養うことができます。

知って！住まいる！??

家の中なの？ 外なの？ 不思議な空間「縁側」

あなたの家に縁側はありますか？ 家の外に向けてつくられた板張りのろう下のような場所が縁側です。夏にすずんだり冬にひなたぼっこをしたりするのに最適な縁側は、家をおとすれた人と交流する場でもあります。縁側は家の中と外をつなぐ場所でもあるのです。



家をおとすれた人に縁側で対応することも。縁側は近所の人との気軽な交流などの場になる。

◆交流を深める

家族で会話を楽しむ団らんや友だち、訪問客など、さまざまな人たちと交流する場でもある。

◆食事をつくる・食べる

食事をつくったり食べたりする。落ち着いた環境で食事をしっかりとすることは、健康を保つために大切。

◆体を休める

夜にねむったり、体調が悪いときに休んだりすることで健康を保つことができる。

◆外の環境から住む人を守る

気温の変化や雨・風・雪などの天候から身を守り、安全に過ごすことができる。

気候によって変わる住まい

日本列島は南北に長くのびているため、北と南で大きく気候がちがいます。山間部と都市部でも気温差があります。暑さや寒さが厳しい地域や雨や雪、台風が多いなど、地域の気候に合わせた住まいづくりをすることによって、より安全で快適に過ごすことができるようになります。



合掌造りの家。雪が多い気候に合わせた屋根の形などの工夫が見られる。

◆体をきれいにする

風呂に入ったり、歯をみがいたりして体を清潔にすることで、健康を保って気持ちよく過ごすことができる。

◆くつろぐ・勉強する

好きなことをしてくつろぐ時間は毎日の生活を送る活力を養う。また、住まいの落ち着いた環境は、勉強することにも役立つ。



住まいに必要な空間

住まいでどんなことをしていますか？ 住まいに必要な空間について考えてみましょう。

住まいではどんなことをする？

ふだん、住まいで過ごしているとき、どこでどんなことをしているか考えてみましょう。台所でごはんをつかって食堂で食べたり、寝室でねむったり、浴室で体を洗う……、いろいろなところで、さまざまなことをしています。

住まいの空間はまず、「食べる」「寝る」「体を

きれいにする」といった機能で分類することができます。

また、台所や居間、浴室、トイレなど家族みんなが使う空間（共同の空間）と、一人で過ごす空間（個人の空間）に分けることができます。

住まいに必要な空間

食べる

●台所 ●食堂 ●居間 など
毎日の食事のために調理をしたり、料理を食べたりする空間。

寝る

●寝室 ●個室 ●居間 など
すいみんをとるための静かで落ち着いた空間。

物をしまう

●押し入れ ●クローゼット など
衣類やふとん、季節ごとに使うストーブやせんぷう機などをしまう空間。

遊ぶ

●居間 ●個室 など
気分をリフレッシュして活力を得るための空間。



排せつする

●トイレ
おしっこやうんちをするなど、毎日の生活に欠かせない排せつをする空間。

くつろぐ

●居間 ●個室 など
心や体を休めたり、家族で団らんをしたりする空間。居間ではお客さんをもてなすこともある。



移動する・通る

●ろう下 ●玄関 など
部屋と部屋をつなぎ、人が通るための空間。

体をきれいにする

●浴室 ●洗面所
体を清潔に保つために、湯船に入ったり、顔を洗ったり、歯をみがいたりする空間。

住んでいる人で変わる空間

住まいに必要な空間は住んでいる人によって異なります。たとえば家族で住んでいるなら、居間とは別にそれぞれの寝室が必要になる場合があるでしょう。一方、ひとり暮らしなら、昼間は居間として使っている部屋を夜は寝室として使う場合もあります。

また、家で仕事をしている人の住まいには仕事部屋も必要です。

何人で住んでいるか、どんな生活スタイルの人が住んでいるか、どう使うかによって必要な空間は変わっていきます。



趣味や勉強、休息をとるための個室は個人の空間。静かに過ごせる場所か、広さは十分かななどを考える。



団らんやお客さんのもてなしに使う居間は共同の空間。

空間の使い方に適したスペース

それぞれの空間には、使い方によって適したスペースがあります。

空間の使い方や人の動きを考えて家具の配置などを工夫すると、毎日の生活を心地よく送ることができます。

人がよく動く台所に物をたくさん置いたり、ほかの物にぶつかってクローゼットの戸が開けにくかったりすると快適に過ごすことができません。



ドアの近くに家具があると戸が開けにくくなることも。戸を開いたり閉じたりして必要な空間をたしかめよう。



炊飯器や電気ケトルは使用すると高温の蒸気が出るため、手をのぼすとやけどをすることがある。近くに物を置かないようにしましょう。



いすの後ろがせまいと立ち上がりにくいことや、後ろを通る人にぶつかることがある。人の動きを考えて置こう。

ほかにはどんなところに気をつけたらいいかな。



地域によって異なる家の形

あなたの住まいがある地域はどんなところですか。

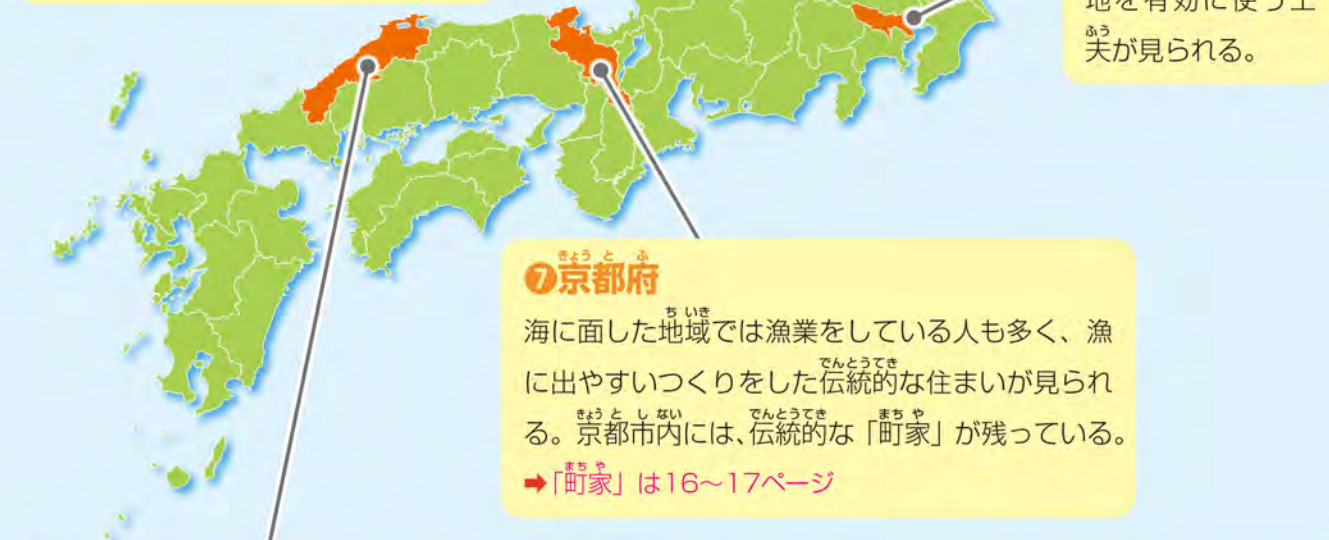
気候や都市の特徴に合わせた住まいの形を見てみましょう。

日本には、さまざまな気候の地域があります。雪が多く降り積もる、雨量が多い、台風がよく通る、夏の暑さや冬の寒さが厳しいなど、地域によって特徴がちがいます。

住まいを安全で快適なものにするためには、その地域の気候に合わせた工夫が必要です。

また、人が多く住む都市部では、気候とは別に環境の特徴に合わせた住まいの形も見られます。

④富山県
雪が多い地域。積雪に備えた伝統的な住まいの形である「合掌造り」は世界文化遺産に登録されている。
→「合掌造り」は18～19ページ



①北海道
冬の気温が低く、雪がよく降る地域。夏はほかの地域よりもすすしい場合が多い。

②新潟県(内陸部)
冬の気温が低く、雪がよく降る地域。とくに山ぞいの地域は雪が多いため冬の降水量が多い。

⑥東京都
人が多く住んでいる地域。せまい土地を有効に使う工夫が見られる。

⑦京都府
海に面した地域では漁業をしている人も多く、漁に出やすい作りをした伝統的な住まいが見られる。京都市内には、伝統的な「町家」が残っている。
→「町家」は16～17ページ

⑧沖縄県
1年を通して気温が高めで、雨が多い地域。梅雨と台風の影響で6月～9月の降水量がとくに多い。

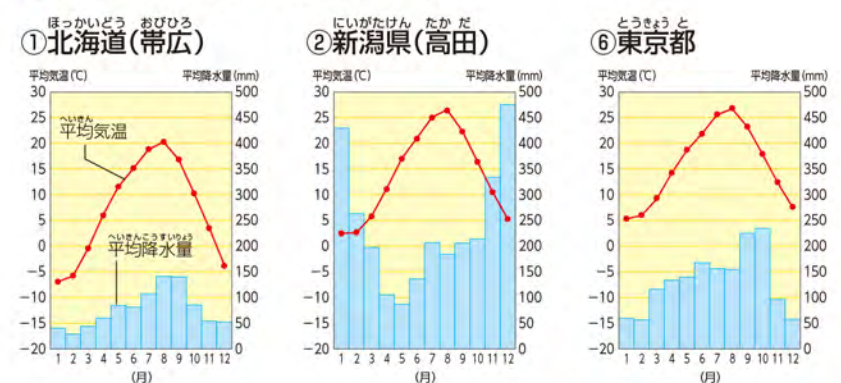
⑤島根県
風が強い地域。強い風で屋根がこわれないようにする工夫が見られる。

見てみよう ① 寒さが厳しい地域の家

北海道や新潟県の内陸部は、冬の寒さが厳しく雪が多い地域です。この地域の住まいには、外の冷たい空気をさえぎり、家の中のあたたかい空気をにがさないようにする工夫が見られます。

雪が積もっても家の出入りができるようにしたり、屋根に積もった雪の重さで家がつぶれないようにしたりする工夫もされています。

◆月別の平均気温と平均降水量



東京都と比べると、北海道の帯広は冬の気温が低くなっています。また、新潟県の山ぞいにある高田は雪が多いため冬の降水量が多くなっています。

①北海道 気温が0度以下になる冬に備えて、温水や温風を家中に送ってまんべんなくあたためる「セントラルヒーティング」を使う家が増えています。



◆窓
窓ガラスを二重にすることで、外の冷たい空気が家の中に伝わりにくい。雨戸やシャッターはない。



◆玄関
玄関ドアの外側をガラスの戸で囲って外の冷たい空気や雪が入るを防ぐ。玄関を高い位置にすると雪が積もっても出入りしやすい。

②新潟県(上越市) 雪が多い地域では、雪の重さで屋根がつぶれないようにする工夫や、あたたかい空気が外に逃げない工夫をしています。

◆かべ
断熱素材を使い、外の冷たい空気が家の中に伝わらないようにしている。



◆屋根
積もった雪が自然にすべり落ちるように、急な傾斜の屋根が多く見られる。写真は雪止めがついた東北地方の家の屋根。



道路に面した側には屋根から落ちた雪が人に当たらないように「雪止め」をつけている家がある。

見てみよう
②

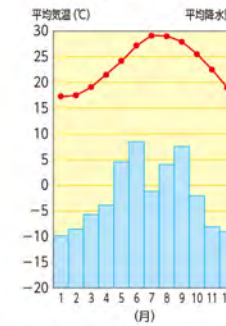
1年中あたたかい地域の家

日本の都道府県の中でもっとも南にある沖縄県は、1年を通して気温が高い地域です。そのため、沖縄県の住まいには暑さが厳しくても快適に暮らす工夫が見られます。

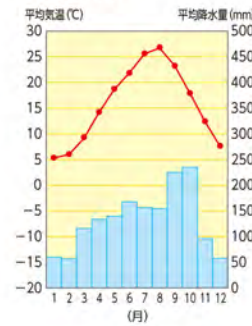
また、台風におそわれることが多いので、強い風がふいても安全に過ごすことができるつくりになっています。

◆月別の平均気温と平均降水量

④ 沖縄県(那覇市)



⑥ 東京都



東京都と比べ沖縄は、1年を通して気温が高いことがわかります。雨も多く、とくに梅雨と台風の時期は降水量が多くなっています。

④ 沖縄県

沖縄県の古民家のつくりは、1階建てです。赤い瓦はめり固められ固定されています。ひさが長く伸びて、まわりにサンゴの石垣があります。

◆ 屋根

堅くてじょうぶな瓦を使っている。瓦は、砂や石灰、わらなどを混ぜたしっくい固定して、強い風がふいても飛ばされないようになっている。

◆ 1階建て

台風の強い風で家がこわれないように、家全体が低いつくりになっている。

◆ ひさし

長くつき出したひさは夏の日差しをさえぎり、台風の強い風を屋根の上にながす。

◆ へい

へいで家を囲み、台風の強い風から家を守っている。サンゴで作られたへいは、小さなすき間があり、適度に風を通す。家のまわりに木を植えて防風林にしている場合もある。



◆ 窓

窓は大きく開くことができる。家の中の仕切りも少ないので風がよく通り、暑さをやわらげる。



現代の沖縄県の家

鉄筋コンクリートのじょうぶなつくり。

風で飛んできたものから窓を守る格子。



水不足に備えた給水タンク。

見てみよう
③

風が強い地域の家

日本には、地形や季節の影響で強い風がふく地域があります。

強い風は屋根の瓦を飛ばしたり、屋根自体をふき飛ばしたりして家をこわしてしまいます。そのため、風が強い地域では家のまわりに風よけの木を植えたり、石垣や垣根をつくったりしています。島根県の出雲平野は、強い風がふく地域として知られています。

⑤ 島根県



築地松がある島根県の家。冬に日本海からふく季節風を防ぐため、家の北西に築地松をもうけている。築地松は黒松の木で、家よりも高くのびている。

見てみよう
④

周囲の環境に合わせた家

家の形は、その地域の気候だけでなく、人口や地形などにも大きく影響を受けることがあります。人口密度の高い都市部や、漁業が生活と密着して

いる地域では、ほかの地域とはちがう、独特の家がつくられています。

⑥ 東京都

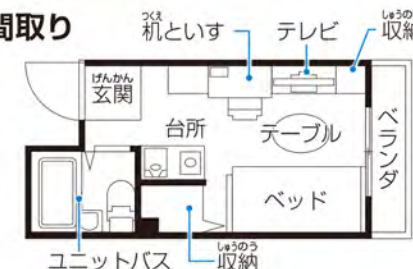
東京都の人口は970万8,655人(東京都総務局統計部調べ2022年6月時点)。東京23区の人口密度は、1Km²あたり1万5,471人で、日本でいちばん高い数値となっています。そのため集合住宅が多く、せまい空間を上手に使った住まいの工夫が見られます。



集合住宅はせまい土地を有効に使う方法の一つ。

◆ コンパクトな間取り

ワンルームの住まい。浴室・トイレ・洗面台もまとめられている。



⑦ 京都府

京都府の伊根町には、「舟屋」といわれる住まいを見ることができます。漁業と住まいが深く結びついた家の形で、1階部分が海側に開いた船置き場になっているのが大きな特徴です。



舟屋の1階部分。船に乗ってそのまま漁に出られるつくりになっている。

日本の伝統的な住まい①

— 京都 町家 —

町家は商店をかねた住まいです。店としても住まいとしても
使いやすい工夫がされています。

奥に細長い町家

京都市内には、「町家」とよばれる伝統的な住まいが並ぶ通りがあります。どの町家も通りに面した部分がせまくて細長いつくりになっています。町家の歴史は古く、京都では江戸時代より前に商人の仕事場をかねた町家が建てられていました。

地域の特徴

京都は盆地という地形のため、夏は蒸し暑い。また、「京の底冷え」といわれるように、冬の冷えこみも激しく、寒暖の差が大きい。湿度は年間を通して高め。



京都の町家は入り口がせまくて奥に長いので、「うなぎのねどこ」とよばれるよ。



◆うだつ

火事が起きたとき、となりの家に火がうつらないようにつくられたかべ。うだつをつけるにはたくさんお金がかかったことから「ぱっとしない」ことを「うだつが上がらない」というようになった。

◆格子戸

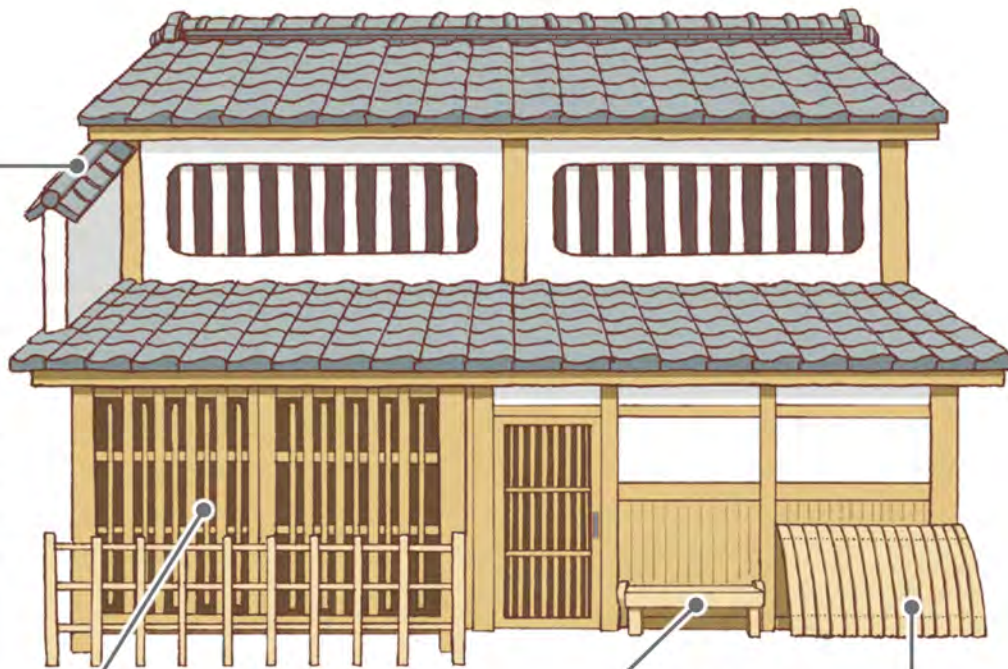
昼間は、外を歩く人から家の中が見えにくく、家の中からは外の様子がよく見える。

◆ぱったり床几

折りたたみできる腰かけ。商品をならべるときにも使った。

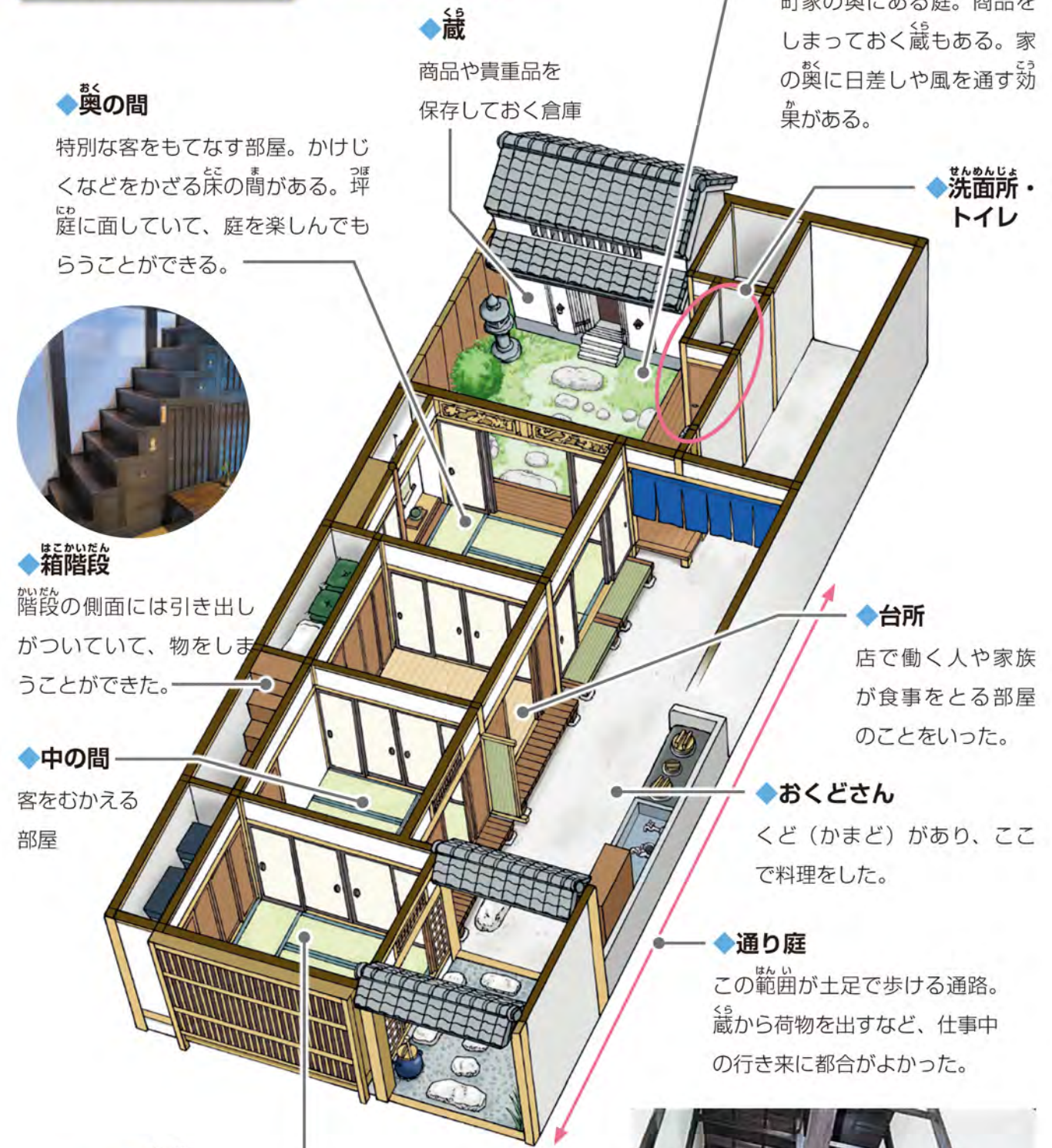
◆犬矢来

犬のおしっこやどろはねからかべを守るための囲い。竹などを組んでつくられている。



町家のつくり1階

伝統的な町家の一例



◆見世

店や作業場として使われる部屋。店という言葉のもとになったといわれている。

◆火袋

かまどの上に火袋とよばれるふきぬけがあり、かまどの煙をにがせるようになっていた。天井には窓があり、料理をしている手を明るく照らす効果もあった。



京都生活工芸館無名舎吉田家