

どんぐり新聞

マンションリフォームでも自然素材OK？



マンションリフォームで、戸建住宅風“自然素材”を活用するポイント
今回は、最近関心が高まっている中古マンションのリフォームについて、自然素材を使った快適・健康・省エネ・長寿命リフォームについて解説しましょう。

■自然素材をつかったリフォームのメリット
メリット1：自然素材を使うと温かみを感じられる
自然素材のメリットは、肌で直接ぬくもりや質感を感じることができること。

たとえば、無垢材のフローリングを使うと、素足で歩くだけで無垢材独特の柔らかい肌触りを感じることもできます。季節を通して心地よさを感じることができません。塗り壁材の壁や天井は、素材自体が調湿します。また、自然素材の特徴として、年月を経れば経るほど、手入れを重ねれば重ねるほど、生活になじんだ経年変化をしていきます。したがって、年月を経ることで、趣のあるインテリアとなって愛着が湧いてくるものなのです。

一方、ほとんどのマンションで一般的な、新建材やビニールクロスで仕上げられたマンションは、10年程度でビニールクロスの壁紙が剥がれてきます。また、床板に使われている複合フローリング材の大半は、合板にプリントをしただけ。傷がついた複合フローリング材の床板をきれいに直すには、1部屋単位で張り替えるしかないのです。

つまり、化学物質が使われているビニールクロスや複合フローリング材など、素材そのもののメンテナンスが難しい素材を選ぶ限り、せっかくりフォームをしても、10年後にはポロポロになってしまいます。メリット2：健康で安心して暮らせる
厳選した自然素材に囲まれた空間で過ごすしていると、自然の中で暮らしているような心地よさを体感できます。

木の香りに囲まれていることから、家の中で深呼吸できるようなったり、森林のなかにいるような心地よさを感じることが出来ます。また、微細な孔を持つ原料を焼成した内装壁材を使うと、シックハウス症候群やアレルギー・アトピー性皮膚炎などの原因となる化学物質の放散も相対的に少なくなることから、赤ちゃんや小さなお子様、高齢の方でも安心して暮らすことができます。

メリット3：環境にやさしい
自然素材の建材は、製造エネルギーが控えめで廃棄しても土に還ります。
メリット4：自然素材のコスト
一般的に無垢フローリングや焼成した内装壁材などの自然素材は、一般的なビニールクロスや複合フローリング材より高価です。ただ、継続的な手入れを重ねることができるので一般的にビニールクロスや複合フローリング材より長持ちします。

■自然素材マンションリフォームでは一般的な「リノベーション」
専有部分の構造躯体にかかわる部分を解体して、専有部分の全体を間取りも含めて変えるリフォームを指します。

自然素材マンションリフォームの場合、「リノベーション」で全体の印象を変えてしまう方が大半です。
■マンションリフォームで利用できる主な自然素材
戸建て自然素材リフォームと違い、マンションで利用できる自然素材には、ある程度の制約があります。

《床》
無垢の木のフローリング、腰壁、天井、建具など、主にインテリア素材として利用します。
床に使うときは、マンションの管理規約に沿った無垢材床の施工方法を検討します。
また、不燃処理を施した内装材も開発されています。

《塗り壁》
焼成した内装壁材など、吸放湿機能をもつ塗り壁素材は、気密性の高いマンションほど効果的です。

■自然素材でマンションをリフォームするとき
マンションでリフォームできる範囲

マンションには、それぞれのお宅が所有する「専有部分」と居住者が共同で所有する「共有部分」と呼ばれる部分があります。

個人でリフォームができるのは、この「専有部分」になります。この「専有部分」は、コンクリートの内側、天井裏も含みます。

よって、床、壁の張り替えをはじめ、壁や天井への内装壁材塗り、天井の高さを上げることが可能になるのです。室内の戸別配管を変えることができる場合も多いので、配管スペースや排気の問題がクリアできれば、キッチンや水廻りの位置を変えることもできます。共有部分は、エントランス、ホール、階段などが該当します。

また、開口部である窓や玄関ドアは共有部分にあたり、個人でリフォームすることができません。

ただし、玄関ドアについては内側（住まい側）の塗装などをするのが可能です。

■自然素材リフォームのとき、あわせて行う断熱リフォーム

東日本大震災を契機に、節電や省エネに関心を抱く方が多くなりました。

あわせて、読者のみなさまのなかには、マンションの温熱環境や風通しに関心をもつ方も多いと思われれます。

さて、マンションで使われるコンクリートは、熱を蓄える量がとても大きな物質です。

夏は外部で温められた熱を夕方から夜間に室内に放出することから、夏は寝苦しい夜が続く、冬は夜間に冷やされて、昼間に室内を冷やし続けることから、昼間でも底冷えする冬になります。

特に最上階や角部屋は外部の影響を受けやすいことから、寝苦しい夏と底冷えする夜が他の専有部分より長く厳しいものになります。

よって、リフォーム時こそ、あわせて壁・天井・開口部の断熱工事を検討しましょう。

すでに効果的な断熱処理が施されている新しいマンションではその断熱を生かし、断熱性能が弱い古い物件では、断熱性能を向上させる工夫をします。

適切な断熱対策は、室内の結露・カビ対策にも有効です。壁・天井の断熱は、板状の断熱材を貼る方法や、現場で発泡させた断熱材を直接吹き付ける方法が一般的です。

断熱材を直接吹き付ける施工方法は、厚みを自在に調整できることから断熱性能に優れていることが多いのですが、薬剤（断熱材）の搬送経路の問題などから、マンションでは施工することができない場合もあります。

あわせて、多くの熱を通してしまふ窓の断熱性能向上も重要なことです。

マンションでは窓や玄関ドアが共有部分になるので、断熱性能に優れた窓や玄関ドアへの交換はできません。

よって、マンションの窓断熱強化は、内窓を施工するかガラスだけ断熱性能に優れた複層ガラス・真空ガラスに交換することが、もともとな確実な断熱リフォームになります。

ただし、窓ガラスだけ交換すると、アルミ枠部分に結露が発生する場合があります。あらかじめ注意が必要です。内窓より性能は劣るものの、豊富な意匠（デザイン）をもち、サッシと比較して価格が安いことが多い木製建具を選ぶだけでも、補助的な断熱効果を得ることが出来ます。

■風や人の吹き溜まりを作らない
マンションの自然素材リフォームの場合、風通しを確保することも大切です。

一般的なマンションでは、南側がベランダと掃き出し窓、北側は玄関・洋室2部屋という間取りが大半です。

このような間取りの場合では、掃き出し窓と玄関を開けないと室内に風が通りません。

したがって、自然素材リフォームのプランニングにあたっては、風通しをよくするため玄関を開けなくてもすむように南北の窓をつなげるプランニングや玄関ドア内側に引き戸の網戸を設置する方法が有効です。

室内に風を通すプランであれば、これでも大丈夫ですが、各々の部屋にできるだけ満遍なく自然の風を通すようにするには、どうすればよいでしょうか。

各々の部屋の風通しをよくしながら限られた床面積を生かしながら快適に暮らしていくためには、できるだけ行き止まりになつてしまふ場所をつくらず、人がぐるぐる回れる動線を考えてみましょう。

人の動線とは、すなわち風の経路。人の動線を工夫することで、各々の部屋の風通しがよくなります。

■設備の配管と配線、容量とキッチン、浴室などの水周りの移動
自然素材リフォームの場合に限らず、室内の風通しをよくするにあたっては、電気、水道、ガス等設備の配管の位置変更も必要です。マンションによっては配管が共有部分にあたる部分、専有部分にあたる部分が干差万別で、この内容によって位置変更工事ができる範囲が決まります。

忘れてならないことは、マンション全体における設備の容量、配管の大きさ。

マンション全体の設備容量・大きさによって、選ぶことができる住宅設備機器に制約がある場合もあります。

もちろん、水廻りの移動も制約がありますが、構造によって可能なケースもあります。

■事前に確認、管理規約

マンションリフォームは戸建住宅のリフォームと違い、各マンション管理組合がもつ管理規約に基づきリフォームを行う必要があります。特に自然素材リフォームで細かく確認されるのが、床の防音性能に関する基準。

もちろん、工事に際する取り決めや合意事項に関するものも多岐にわたりますし、近隣の住戸や管理組合の承認が必要となる場合もあるので、事前にお住まいのマンションの管理規約をよく調べておきましょう。

管理組合にはマンション全体の図面が保管されています。必要に応じて事前に確認しておきましょう。

■【参考】マンションの構造
壁式構造の場合

壁式構造とは、壁の一部がRC（鉄筋コンクリート）造となつているものを指します。

壁に厚みがあって、叩くとコンクリートの手ごたえがある壁で建物を支えます。

この壁で建物を構造体として支えることから、構造にかかわる壁は撤去することができません。

ただ、壁式構造の壁に囲まれた室内でも、厚みが10センチ程度で木軸（木の柱をたてた壁）の室内壁であれば、壁を取り払ったり新しい壁を作ったりすることができます。

■【参考】マンションの構造
ラーメン構造の場合

ラーメン構造とは、柱や梁がある構造の建物を指します。

ラーメン構造の場合、間仕切り壁・部屋と部屋の仕切りが木で作られていることが多いので、壁を取り払ったり壁を新しく作ったりすることができます。



自然素材
とんぐいの家

1月

JANUARY



流山特集

明けましておめでとうございます。
年明け一発目の流山特集になります(^v^)/
我々『グッドリビング どんぐりの家 流山支店』がある平和台駅。今年初の流山特集はこの地からスタートしようと思い、早速レポートしに行ってみました。♪

ご紹介するのは流山電鉄『平和台』駅から徒歩2分。中国家庭料理『聚』さん。
漢字が難しくて最初は読めませんでしたが、『シュウ』と読むそうです(笑)
すぐ駅近にあるのに駐車場も完備されていてどの交通手段でいらしても大丈夫！
通りにお店の旗が立っており、見つけやすいですよ♪

ちょっとした階段を上ると店内に入る扉があります(^v^)中に入ると少しこじんまりとした感じはしますが、4人掛けのテーブルが4つと、一番奥には家族で料理を囲める中華屋さんならではの円卓があります！

内装も中国らしい飾りやエレメントがよいしょよいしょに設けてあり、中国家庭という雰囲気が出ていて素敵です♪
そして肝心のお食事ですが、通常メニューが豊富！！ですがやはりここの一押しはランチの定食メニューでしょう！！種類も多くあり、その日の気分で選べます。♪その中でも、日替わりランチ定食はこの目玉と言っているのではないのでしょうか！なんとお値段ワンコイン！そう、500円なのです(≧▽≦)

筆者は当然日替わり定食をオーダー。この日はなすと豚肉の甘酢炒め定食でした！(^~)！
炒めたものの中には豚肉となす以外にも玉ねぎ、にんじん、きくらげなどが入っており、そこにライスと玉子スープと搾菜、おまけの杏仁豆腐まで付いてきて感無量です♪
おかずの量が見ただと若干少なく感じるのですが、野菜が大きめにカットされておりよく噛んで食べているとちゃんとお腹いっぱい(笑)

それでもやっぱり男性には少し物足りなく感じるかもしれませんね。私には腹八分目とちょうど健康的な食事ができました(*^v^)

お腹にもお財布にも優しい、『聚』さんの日替わり定食、皆さんもご賞味あれ(*^v^)

中国家庭料理 聚
〒270-0156 千葉県流山市西平井2-15
Tel 04-7151-5753
営業時間 11:00~22:00
土曜日11:00~23:00
定休日 火曜日





空気のカで押し出す新タイプのアイスクリームディッシャー「Scoopy」(1580円)

寒い冬ほど食べたくなる！？

盛り付けるときに盛り上がるアイス用ディッシャー
風船のように膨らみアイスを出し出す

コストコなど一般の人が買える業務用スーパーや、ネットスーパーでの買い物が普及したことで、大容量のアイスクリームを常備する家庭が増えています。大容量の容器からお皿やカップ、コーンなどに盛り付けるのに便利なのがアイスディッシャーですが、定番の形以外はあまり見かけない調理器具でもあります。そんななか、輸入雑貨の卸販売会社エフエイト(東京都渋谷区)が2017年11月中旬から輸入販売を開始した、新タイプのアイスクリームディッシャー「Scoopy」が好評だという情報が*

特徴は本体が樹脂製で、グリップ部分とスクープ部分(アイスをつくう部分)にシリコン製のボール状のボタンが付いていることです。スクープ部分でアイスをすくい、グリップのボタンを押すと、ボタン内部に入っている空気がスクープ部分に送られ風船のように膨らみ、アイスクリームが押し出されます。

Scoopyは香港で開発された商品で、欧米でも人気が高いといえます。「アイスディッシャーは昔から形が変わらず、素材もステンレス製で進化がなかった。Scoopyは雑貨的なデザインで見た目も使い方も新しく楽しいので、パーティーシーズンに活躍するのでは」(エフエイトの営業担当者)とのこと。バイヤーにも好評で、東急ハンズやロフトなどのほか、大手量販店でも取り扱いが決定しているようです。ポテトサラダやライスボールなど、いろいろな盛り付けにも使えそうですね♪

今年の色々な行事やイベントで是非活用してみてください(*´▽`*)



サイズは約62×190×55mm。色はストロベリー(ピンク)、ミント(ブルー)、レモン(イエロー)の3色



スクープ部分の色の付いた(写真ではピンク)シリコン部に空気が送られて、アイスクリームが押し出される仕組み

今月の雑貨