



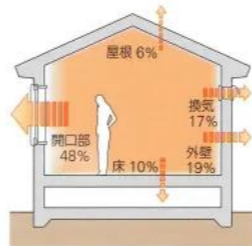
エイシン通信

No.210 令和5年 12月号

工事実績 20,390件 / 令和5年12月1日現在

すぐできる！冬の暖房費を節約するワザ

部屋で一番熱が逃げやすい場所はどこでしょうか。壁や床にある程度断熱材が入っていて、窓が二重窓になっている新省エネ基準相当の家を想定した場合、屋根や天井から逃げる熱が約6%、床から逃げる熱が約10%、換気によるロスが約17%、外壁から逃げる熱が約19%と推計されており、最も多く熱が逃げているのが、窓などの「開口部」で約48%といわれています。なんと部屋から逃げている熱の約半分！



厚手のカーテンを隙間なく取り付ける

まずは厚手のカーテンを隙間なく取り付けることが、安価で簡単にできることです。ポイントは「隙間なく」取り付けることです。カーテンのサイズが合っていないと上下左右に隙間ができ、そこから冷たい空気が部屋に入り込んでしまいます。せっかく寒さ対策をしても効果が半減してしまうのです。冷えた空気は下に溜まるため、特にカーテンの下部と左右の隙間をつくらないようにしましょう。

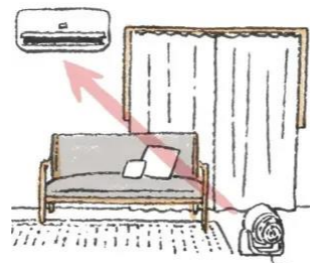
窓の断熱をする

窓のガラス自体を断熱する方法です。ホームセンターなどで購入できる断熱シートをガラスに貼り付けるだけでも、暖気は逃げにくくなり暖房効率は良くなります。

部屋の空気を循環させる

暖かい空気は上部に溜まるため、サーキュレーターを使い暖気を下におろすことで効率よく空気を循環させることができます。

サーキュレーターを使うと風が発生して寒くなるのではと思っている方もいると思いますが、直接人にあてるのではなく、上部に滞留している暖かい空気にあてるのがポイントです。サーキュレーターは部屋の隅からエアコンに向けて対角線上に上向きに設置すると、部屋の空気を効率よく循環できます。家具などがあって対角線上に設置できない場合は、サーキュレーターを真上に向け、床から天井に向かって垂直に風が吹くように設置するとい良いでしょう。



部屋の湿度を上げる

「湿度が10%下がると体感温度は1℃下がる」といわれています。湿度が低い冬は、エアコンの暖房によって部屋がより乾燥しやすくなりますので、体感温度を高く保つためにも、乾燥対策として加湿器などで湿度を上げるようにしましょう。加湿器がない場合は、タオルや洗濯物を干しておくのもおすすめです。

不動産情報

賃貸アパート

場所：香川県三豊市三野町
間取：3DK
賃料：42,000円
敷金：2ヶ月

おすすめポイント!!
・駐車場2台無料
・エアコン2台付



~12がつのレシピ



材料
(4人分)

作り方

白菜とネギ塩豚の重ね蒸し

白菜5枚 豚バラ肉200g(薄切り) ポン酢しょうゆ適量

A下味

・ゴマ油大さじ1/2 ・長ネギ1/2本 ・塩小さじ1
・すりおろしニンニク小さじ1 ・コショウ少々

- ① 豚バラ肉をビニール袋に入れ、Aの下味を加えてよくもみ込み、冷蔵庫で15分程おく。★長ネギはみじん切り、ニンニクはすりおろしておく。
- ② 白菜は葉先と根元を交互に重ねてラップで包み、電子レンジでしんなりするまで3分(600W)加熱し、広げて冷ます。★お使いの電子レンジの機種によって調理時間は異なります。
- ③ 長めに切ったラップを耐熱容器に十字に広げる。ラップの中心に白菜2枚を広げて1/2量の豚バラ肉を重ねる。さらに白菜1枚、残りの豚バラ肉、白菜2枚の順に重ねる。十字にしたもう1枚のラップでしっかりと包み、電子レンジで7分(600W)加熱する。★お使いの電子レンジの機種によって調理時間は異なります。
- ④ [タレをつくる]粗熱が取れたら白菜を取り出し、肉汁とポン酢しょうゆを合わせる。
- ⑤ ④を食べやすい大きさに切り、タレをかける。

お掃除プチ裏技

結露対策



結露は室内の温かい空気と冷たい窓の温度差で発生します。結露を発生させないために洗濯物を部屋干ししない 換気扇を回す 室内の湿度に気を付け、換気をするといいです。結露を防止するために除湿機を使う 断熱シートや結露防止シートを窓に貼る 遠赤外線ヒーターや小型パネルヒーターを窓の近くでつける 結露防止スプレーを塗る 石油ストーブやファンヒーターを使わずエアコンや床暖房を使う等の方法があります。全部やらなくてもどれか1つ対策するだけで効果があります。



四国88箇所御朱印の旅

66番札所

巨龍山 千手院 雲辺寺

(きょごうざん せんじゅいん うんぺんじ)

所在地: 徳島県三好市池田町白地ノロウチ763

電話番号: 0883-74-0066



(株) エイシン

住所：香川県高松市檀紙町1648-8

0120-512-337

ホームページアドレス <http://www.eishin-1.co.jp>



おかげさまで
35周年

エイシン

検索