

住宅の断熱化による健康への好影響(全国調査の結果)

健康診断結果

居間の室温で結果に差が



<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34641787/>
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35570002/>

生活の質

温暖な住環境等で 心身が満たされた生活に

温度、騒音、照度、衛生、安全、防犯に問題がない住環境の人々は、QOL（生活の質）が高いことがわかっています。



<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33739475>

睡眠の質

暖かい寝室では 睡眠の質が向上

寝室が暖かく、乾燥していない住宅では、睡眠の質が向上することがわかっています。

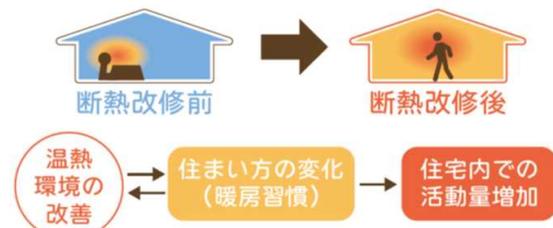


<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34916715/>

住宅内活動時間

居間や脱衣所の室温が上昇すると 住宅内での活動が活発に

コタツが不要となる等で、住宅内の1日の身体活動時間が最大で約50分増加する可能性があります。



https://jsbc.or.jp/seminar/files/220218_event.pdf

子供の疾病

床近傍室温が16.1°C以上の住宅では 喘息の子供が半分



https://jsbc.or.jp/seminar/files/220218_event.pdf

入浴方法

入浴事故リスクが低減 “熱め入浴”が少なくなります

居間や脱衣所の室温が18°C未満の住宅では、入浴事故リスクが高いとされる“熱め入浴(42°C以上)”が約1.7倍にのぼります。



https://jsbc.or.jp/seminar/files/220218_event.pdf