



着工前の写真
(築45年の家)



人生100年時代の「長生きリノベ」®

本郷南方の家。 10:00~17:00
完工見学会 6/16(土) 17(日)

- 宮崎県職員互助会指定店
- 宮崎県学校生協指定店
- 宮崎市職員互助会指定店



この小冊子希望の方
差し上げます。

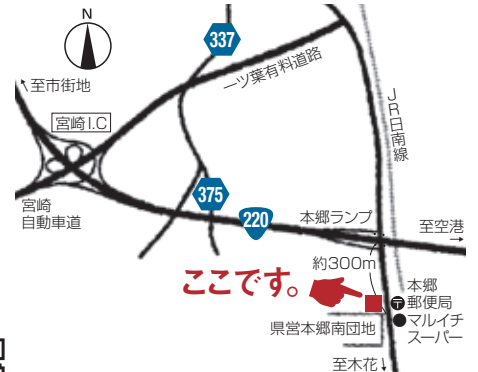
「長生きに効く 住まいの取扱説明書」

長生きできる住まいの秘訣が、さまざまな知見・エビデンスにもとづいて書かれています。お電話でお申込み下さい。(品切れの場合あり、ご了承下さい。)

←裏面もご覧下さい。

株式会社千 せん にん 人 ・ 一級建築士事務所
0120-100076

宮崎南店 〒880-0932 宮崎市大坪西2丁目1-11
都城店 〒885-0041 都城市一万城町102-15
ホームページアドレス <http://www.sennin.co.jp> 2018.6



場所：宮崎市本郷南方4028
現地けいたい 090・3661・1541

人生100年時代の……

築45年の家をリノベーションです。はじまりはご退職を前に、親御さんが建てられた家をリノベして住み続けたい、ということでした。

「建て替え」にならなかったのは、一つには親が建てた家の「想いを引き継ぐ」ということ。もう一つは、リノベの方が「建て替え」よりも「コスト削減」(一般的には3割から4割)できるという理由によるご判断でした。

このご選択に対して、私たちが目指したテーマは、築45年の家を「人生100年時代の家」に生まれ変わらせることでした。

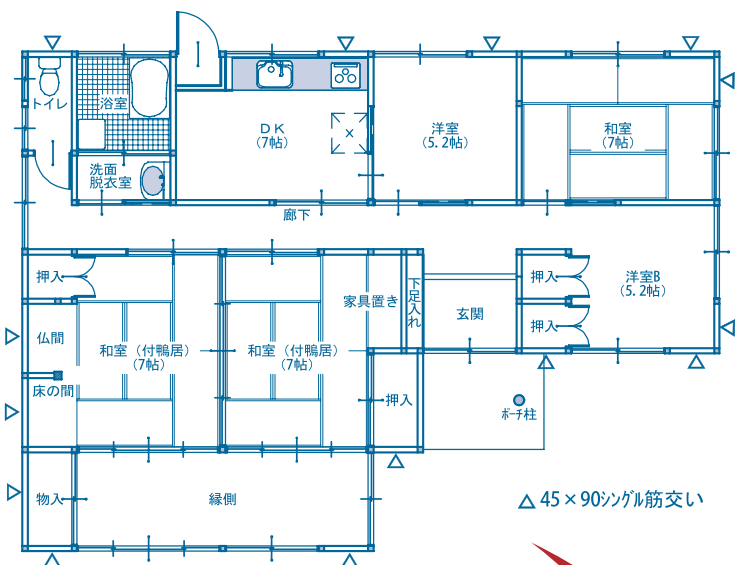
「長生き」の条件として、「食事」や「生活習慣」の改善はよく言われますが、長寿高齢化社会に伴って、これまで以上に重要視されつつあるのが、「住まい」という環境の改善です。それは高齢とともに体の生命維持機能が柔軟性を失っていくこと、免疫力が落ちていくこと、筋力が衰えていくこと、などに対処していく必要からです。さらに加齢とともに「住まい」の中で過ごす時間が多くなる分、環境としての影響をより大きく受けるようになっていきます。

そこで「人生100年時代の家」を目標とする私たちが選択したのが、

- 1 熱環境
- 2 衛生環境
- 3 安全環境の3つの改善です。

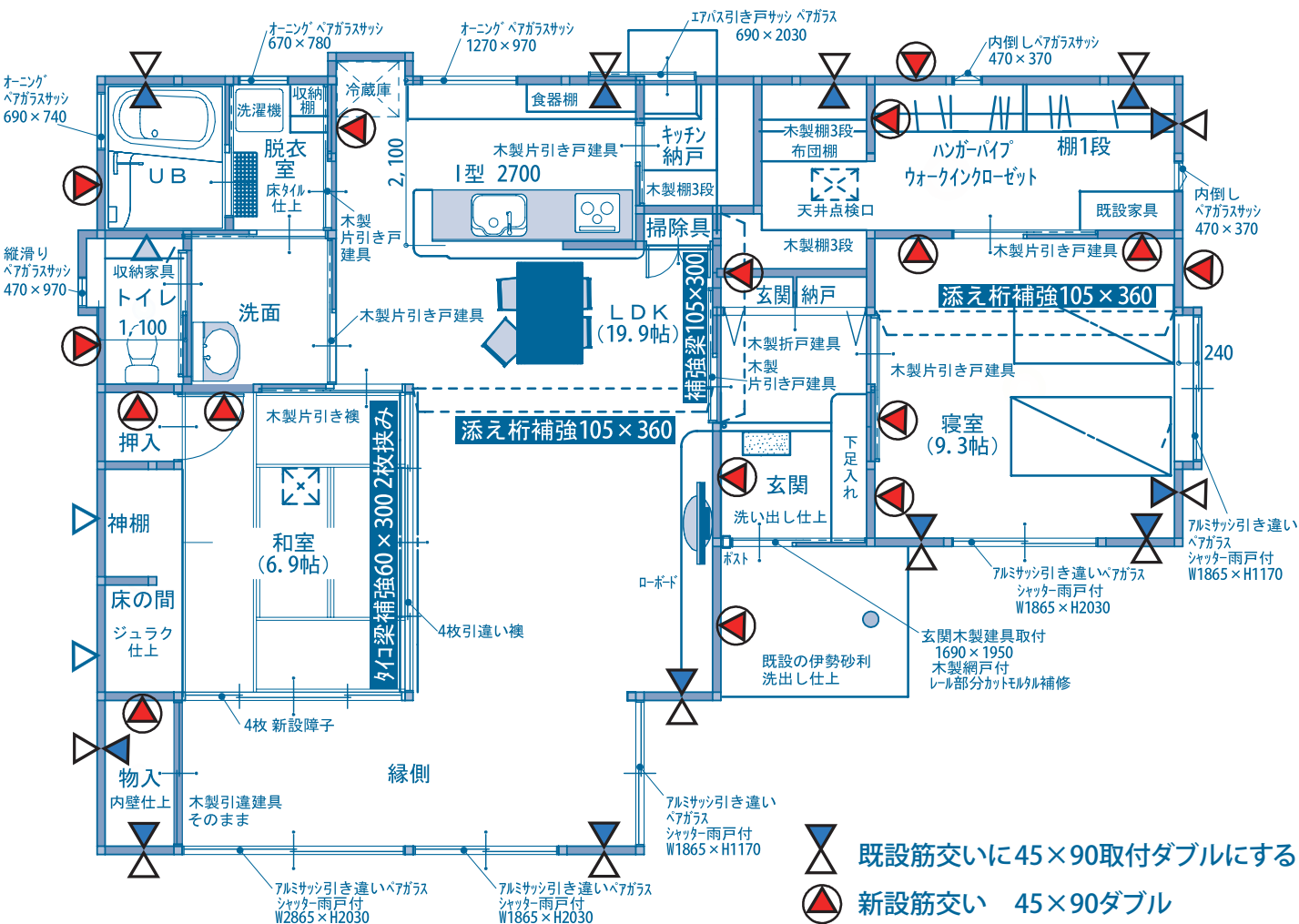
「熱環境」はヒートショック防止などの他、予防医学の点から極めて重要です。「衛生環境」はハウスダスト抑止を中心に、空気環境改善が必要です。「安全環境」はバリアフリーによる転倒抑止はもちろんですが、いま取沙汰されている南海トラフ地震を想定し、筋交い(耐震壁)量を4倍に増やしました。見えるところも、見えないところも、ドラスチック(抜本的)に改善された「長生きリノベ」のリアルな完工現場です。

長生きリノベ[®] 築45年の家が蘇る 本郷南方の家。ドキュメント2018 2/5~5/6



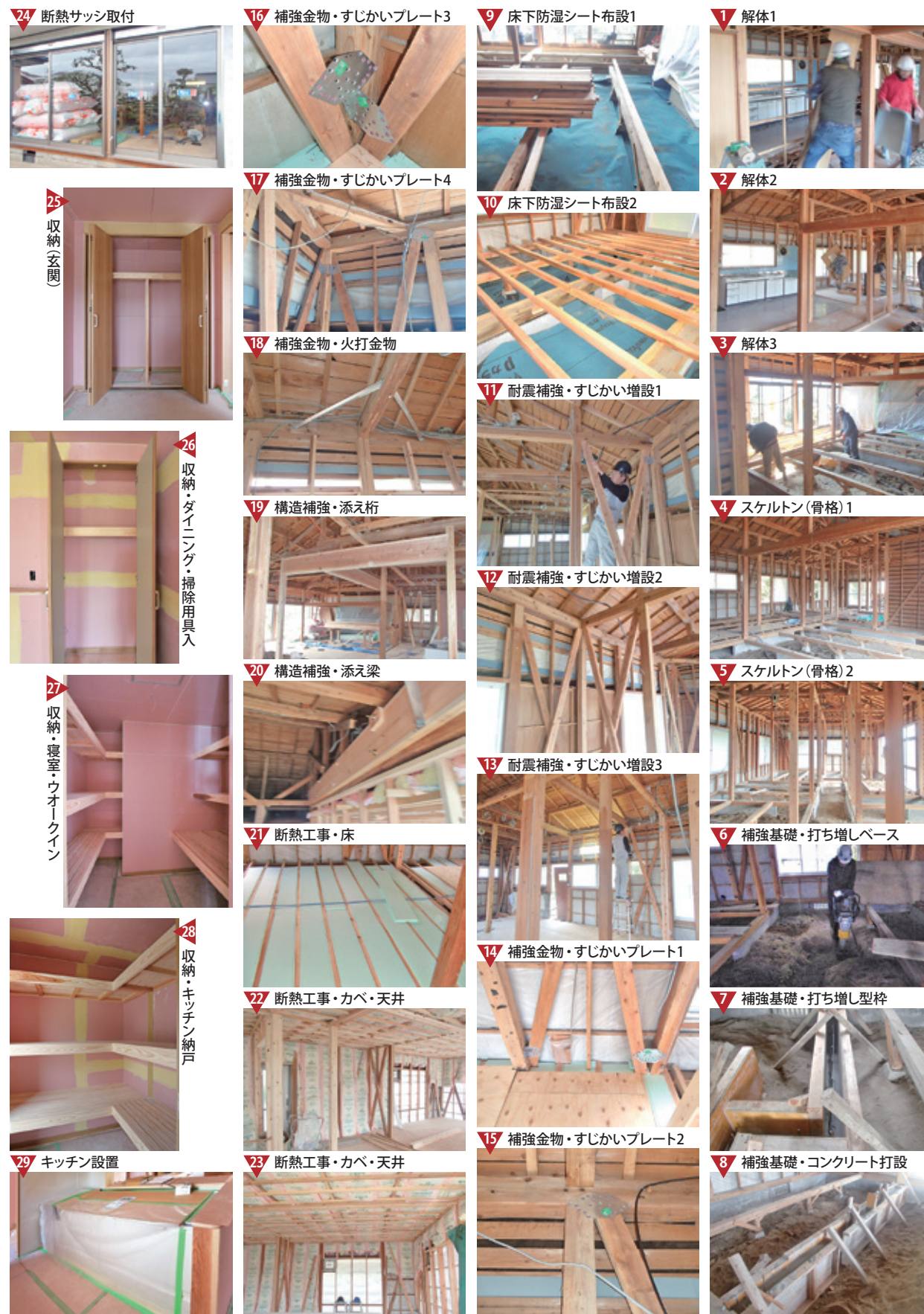
この家が(着工前)

こうなった(完工)



何がどう変わったのか。 写真

- | | |
|----------------------|-------------|
| 1 基礎補強打ち増し | 6 7 8 |
| 2 床下防湿シート布設 | 9 10 |
| 3 耐震補強・すじかい増設 | 11 12 13 |
| 4 耐震補強・すじかいプレート新設 | 14 15 16 17 |
| 5 耐震補強・火打金物新設 | 18 |
| 6 構造補強・添え桁・梁 | 19 20 |
| 7 断熱工事・床・カベ・天井 | 21 22 23 |
| 8 断熱サッシ取付 | 24 |
| 9 収納新設・収納率7.8%から18%へ | 25 26 27 28 |
| 10 キッチン設置 | 29 |
| 11 出来上りは見学会でお確かめ下さい。 | |



既設筋交いに45×90取付ダブルにする
 新設筋交い 45×90ダブル