

その寒さ、いつまで我慢しますか？

こんなことはありませんか？

- ✔ とにかく家が冬寒く、夏暑い！
- ✔ 冬の朝、窓の結露がすごい！
- ✔ 暖房つけてるのに寒い！
- ✔ 冬と夏の光熱費が高い！
- ✔ ヒートショックで血压が心配！



このお悩み、お得な補助金活用の 高断熱内窓&断熱リフォームで 解決するチャンスです！

※入居率UP!アパート、貸家にも使えます。

限度額ありの先着順！

最大50%相当還元

超大型補助金到来！

最大200万円 (上限)



断熱補助金詳細はこちらをスマホカメラでかざしてチェック！

裏面もご覧ください。

この窓危険！ルーバー窓

通風のよさがアダになって外の冷気を呼び込みヒートショックを誘発します。

開き戸内窓を設置
60cm巾×90cm高
通常価格 42,900円

↓

13,900円

勝手口内窓

今の勝手口内側に内窓をつけます。(片開きドア・内開き)
75cm巾×1.8m高
通常価格 95,700円

↓

66,700円



千人の断熱工事(天井・床・内窓編)の全貌はこちらをスマホカメラでかざしてチェック！

1日で工事完了!

(例)玄関親子ドア
断熱採光トア
通常価格 628,000円

↓

541,000円
(工事費込み)
リシエント12N型

(例)玄関引違い戸
ペアガラス・掃き払い
通常価格 529,000円

↓

492,000円
(工事費込み)
リシエントP14型

浴室内窓
120cm巾×77cm高
引違い内窓
通常価格 67,650円

↓

38,650円

トイレ内窓
90cm巾×60cm高
引違い内窓
通常価格 35,750円

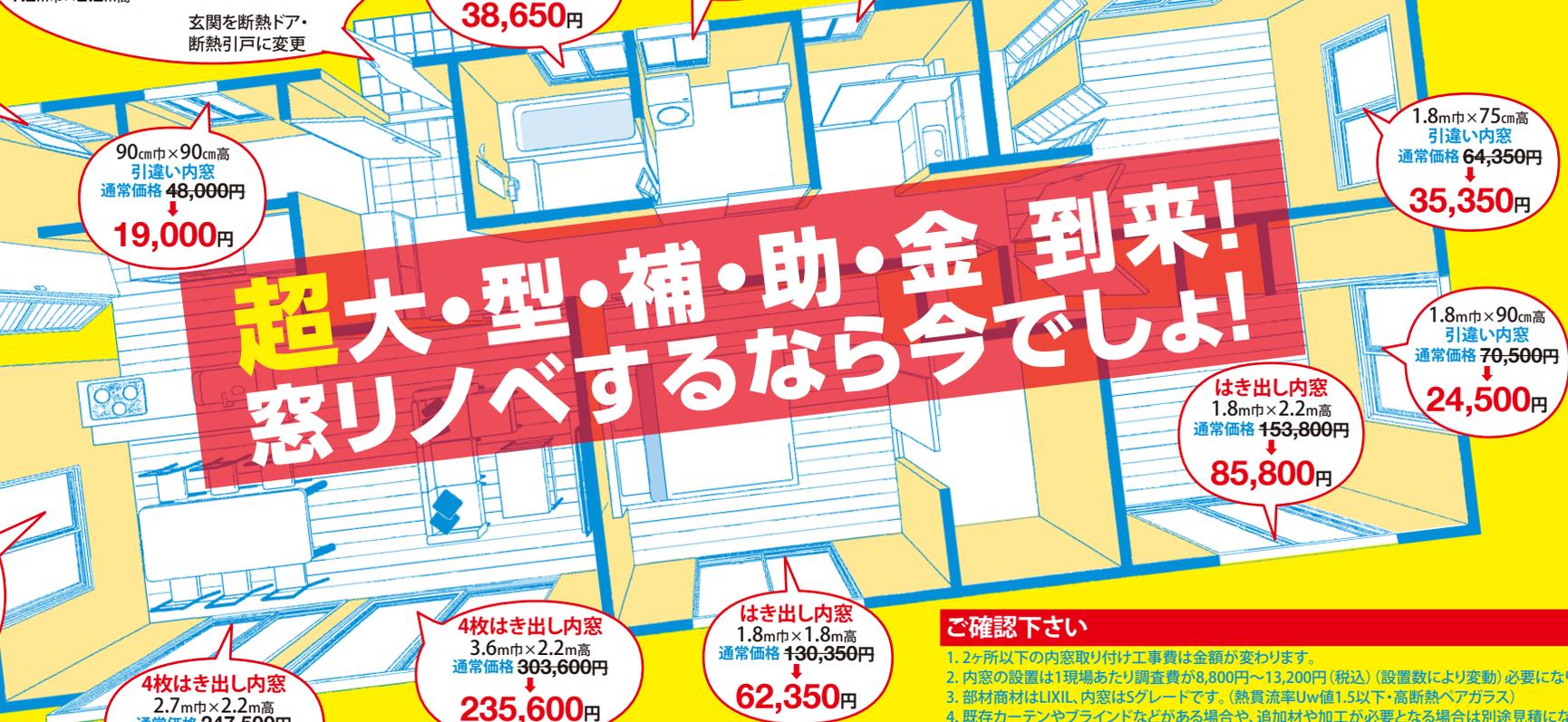
↓

6,750円

1.45m巾×75cm高
引違い内窓
通常価格 56,400円

↓

27,400円



超大型補助金到来!
窓リノベするなら今でしょ!

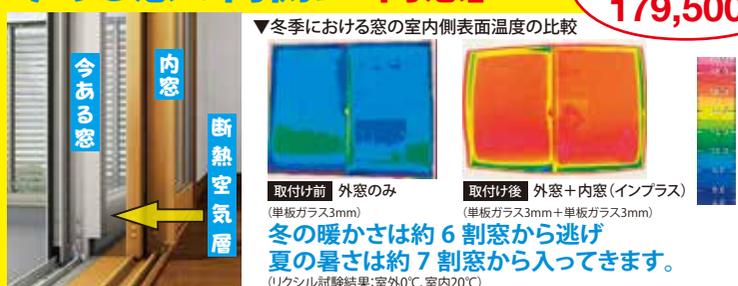
西日対策にLow-Eガラスグリーン(高遮熱型)がおすすです!

1.8m巾×1.2m高
引違い内窓
通常価格 78,650円

↓

32,650円

今ある窓の内側に「内窓」



内窓はアルミに比べ熱を伝えにくい樹脂でできています。また優れた断熱性で冬に大きな効果を発揮!既存の窓との間に空気層をつくることで、室内のあたたかい空気の流失をブロック。空気層が断熱効果・防音効果を生み出します。夏も外気温の影響を受けにくく快適な室内環境を実現!また光熱費の低減へとつながります。

「内窓」と「健康」の関係 Q&A

- Q1 内窓ってなに?**
A いまついている窓の内側にもう一つ付ける窓のことです。(左の写真参照)
- Q2 何のために内窓をつけるの?**
A 内窓をつけることにより家の断熱性を高めて、冬夏快適な温度環境をつくるためです。
- Q3 内窓を設置する費用や工期は?**
A 窓の大きさなどによって費用はマチマチですが(上記のイラスト内の金額ご参照)、取付ける時間はだいたい1ヶ所につき1時間内外です。

Q4 健康とどんな関係があるの?
A 冷え症や不眠、血圧の軽減、血糖値の改善などの他、良好な熱環境による免疫力の向上効果により、ガンや肺炎、認知症などにもかかりにくいという医学的根拠(知見)も得られています。
又、内窓は省エネ効果がある上に、防音効果、結露軽減によるカビ、ダニなどのハウスダスト(アレルギー)の抑止効果など、予防医学の観点からいいことずくめの内窓です。

Q5 ほかにどんな関係があるの?
A ずばり「長生き」と関係しています。窓の断熱性が高まり、室内の温度環境が良好に保たれるので、65歳以上の高齢の方に多い冬のヒートショック(脳卒中や心筋こうそく)、夏の熱中症などを抑止できるからです。

Q6 その他特につけ加えたいことは?
A 内窓をはじめとする断熱工事は単なる設備投資としてではなく、健康投資、医療費削減また人生100年時代の老後を元気に生き抜くための対策費として考えていただけたらと思います。

- ご確認ください**
- 2ヶ所以下の内窓取り付け工事費は金額が変わります。
 - 内窓の設置は1現場あたり調査費が8,800円~13,200円(税込)(設置数により変動)必要になります。
 - 部材商材はLIXIL内窓はSグレードです。(熱貫流率Uw値1.5以下・高断熱ペアガラス)
 - 既存カーテンやブラインドなどがある場合や、追加材や加工が必要となる場合は別途見積になります。
 - 内窓取り付けに伴う家具や荷物の移動が必要な場合は別途料金を頂くことがあります。
 - 補助金の価格は令和6年12月31日までに完成までが条件になります。(予算に達し次第打ち切りあり!)
 - 内窓のメーカー価格が変わり次第、記載している価格は変動しますのでご了承ください。

2023年LIXIL内窓工事数
九州の**第1位!**
工務店で



建設業・一級建築士事務所・宅地建物取引業

TEL 0120-100076

都 城 店 〒885-0041 都城市一万城町102-15
TEL0986-26-1000 FAX0986-24-8483

宮崎南店 〒880-0932 宮崎市大坪西2丁目1-11
TEL0985-54-1600 FAX0985-53-8700

■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

https://www.sennin.co.jp

保存版 こちらは保存して頂きお役に立てて頂けたら幸いです。

健康寿命は住まいのサイエンス(科学)がささえている。

命にかかわる7つの

住まいのいろいろ

「運動・食事・環境」は、健康の三大要素だといわれています。いま特にクローズアップされているのが「環境」です。それは高齢になるほどに家に居る時間が長くなり、生きる環境として健康への影響が大きいからです。どうすれば住まいという「環境」を整え、「健康長寿」への道が獲得できるのか。元気で快適なシニアライフへの私たちの7つの提案です。

1 冬寒く、夏暑い家



考え方、知見、根拠など
■世界の長寿国日本、健康寿命と平均寿命の差が大きいのが特徴
男性 8.45 才、女性 11.59 才*つまり、日々の心がけや改善によって健康寿命を延ばす余地が大きいということ。

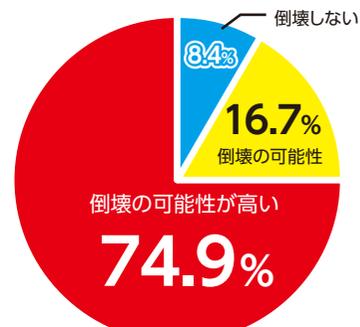
*2022 年内閣府資料

■住まいを「いのちのサイエンス」と考えて具体的な改善を図る。
温度・湿度・通風、採光、ハウスダスト、耐震、防災、緑化など。
■温度計設置の重要さー温度の見える化。高齢になるほど温度への生理反応が鈍く重篤化する可能性。

住まいの対策
断熱工事(床・壁・天井)
内窓設置(特にリビング、キッチン、寝室)
単板ガラス→ペアガラスに交換
浴室暖房機設置(ヒートショック対策)

命にかかわること
脳卒中、心筋梗塞、ヒートショック
熱中症…50%が室内、6割が高齢者で重症化

2 地震が心配・こわい



*日本木耐協 2022年3月調べ

命にかかわること
古い家(2000年5月までに建てられた)は震度6強で倒壊の可能性
家具転倒による圧死、負傷。
*阪神大震災では、3割が家具転倒の下敷きで死亡。

考え方、知見、根拠など
■2000年5月までに新耐震によって建てられた住宅のうち86%に耐震性の問題あり。
■南海トラフ地震M8~M9が30年以内に起きる確率70~80%
宮崎市震度7、都城市三股町震度6強

*2022年6月24日宮崎県発表。

■重い屋根(瓦)、壁(モルタル)など、倒壊率が高い。(熊本地震の実例)

住まいの対策
耐震診断、耐震工事
2階部分の撤去 → 平家化
家具の固定化

*このリーフレットは右記の資料を参考に作成致しました。 ■住居医学(全五巻)奈良県立医科大学長・吉田修監修 ■「健康に暮らすための住まいと住まい方のエビデンス集」健康維持増進住宅研究委員会(国交省設置)編著 ■住まいから始める健康生活・ハウジングトリビューン編集部

3 家に段差がある



命にかかわること
高齢者が家の中でつまづいて転倒、骨折、寝たきりの可能性。
股関節骨折の場合、20%が1年以内に死亡。

考え方、知見、根拠など
■老人とは「転ぶ生きもの」である。
■年間約10万人が転倒で寝たきり。
■家をリフォーム&リノベする時は年老いてからの時間の長さや体力の虚弱化を考慮すべき。
■デンマークでは、特別養護老人ホーム建設中止、先進国のほとんどが在宅介護にシフトしつつある。

住まいの対策
段差の解消、敷居、框(カマチ)ノンスリップの取付
手すり取付、スロープ工事

4 窓の結露がすごい



命にかかわること
湿気によるダニ、カビ、ホコリによるハウスダストの発生。ハウスダストによる肺への沈着が免疫力の低下を招き、感染症へのリスクが高まる。

考え方、知見、根拠など
■日当たりよりも通風が大切。
■南面の窓は夏は守り(断熱)、冬は攻め(採熱)の攻守自在な役割。あなたはどんな生活習慣をもち、どんな家に住んでいるかで決まる。つまり住まいは翻訳されたあなたの生き様そのもの。
■見えるゴミより見えないハウスダストの方が健康へのリスクははるかに深刻。

住まいの対策
内窓設置、断熱(床、壁、天井)工事。
リノベーションによる気積の拡大と通気を図り、ハウスダストの希釈化、室温の安定化により、室内環境の最適化を目指す。

5 家にモノがあふれている



命にかかわること
清掃の不行き届きによるダニ、カビ、ホコリによるハウスダストの発生。ハウスダストによる肺への沈着が免疫力の低下を招く。
感染症へのリスクが高まる。

考え方、知見、根拠など
■「住みごこち」は「建築学」より「家政学」が決め手。
■家政学は英語で「ドメスティック・サイエンス」つまり、家政学は「科学」なのである。
■「家庭内の設備で最も重要な要素は何か、ためらわず答えよう。収納だ」シャルロット・ペリアン
■「仕舞い」が「使う」の始まり

住まいの対策
収納新設によるモノの見える化(見えないモノはないのと同じ。二度買い、三度買いの始まり)
「仕舞い」と「使う」の接近(適在適所化)
収納は衛生設備、ただし整理の行き届きが条件。

6 家が建てた時のそのまま - 20年以上たっている



考え方、知見、根拠など
■高齢になるほどに変化を拒み、現状のままやり過ごそうとする傾向があり、これが災いとなることがある。火事の逃げ遅れはこの最たる心理。
■太陽が差し込む部屋…人体への生理的反応の活性化される。(鶏でさえ光を当てるとタマゴを生む)

命にかかわること
住みダレ現象…変わり映えのしない家に長く住み続けると、日常に張り合いがなくなり、気持ちに「ダレ」が生じて、くらしに活力が失われる。転倒したり、階段からすべり落ちるなど、家庭内事故につながる場合がある。

住まいの対策
窓の新設、一室二窓又は拡張
窓を「四季を生け採る」環境設備と考えて選択
日常的に利便性の高い設備のリフォーム
キッチン、バス、トイレ、リビング、寝室など

7 残された時間(シニアライフ)を充実させたい



考え方、知見、根拠など
■団塊世代…人類史上初めて現われた最も豊かな高齢者集団によって、新しいライフスタイルがつけられつつある。
■人生100年…これからの住まいは子育て以上に夫婦で過ごし、やがて一人で老いつつ過ごす期間の長さを考慮すべき。

命にかかわること
認知症に追い立てられてもつかまるな!インプットよりアウトプット重視の日常。
「住まい」というセンスウェア(人の感性を刺激し、新たな日常に合う)ツールとしての活用。

住まいの対策
リビングダイニング重視のリノベーション。
夫婦が家事を共同又は分担作業しやすいキッチン。
リビングベッドルーム(リビングと寝室がワンルーム)という選択。
庭、緑への親しみ。
カフェテラスの新設。

2024年度も継続が予想される主な補助金

- 耐震診断・耐震改修工事(宮崎市・都城市・三股町・その他市町村)
- 先進的窓リノベ事業(経済産業省・環境省)高断熱窓への改修
*23年度の2倍にあたる40万戸越の予算措置(案)
- その他2024年度も国や自治体による住宅に関する補助金が手厚い事が予想されます。年度や政府の政策によって内容は変わりますのでお気軽にご相談ください。



千人の家造りを発信中!
補助金などお得な情報を発信中!
千人ホームページ

裏面もごらんください



☎ 0120-100076

■建設業 ■一級建築士事務所 ■宅地建物取引業
都城店 〒885-0041 都城市一万城町102-15
TEL0986-26-1000 FAX0986-24-8483
宮崎店 〒880-0932 宮崎市大坪西2丁目1-11
TEL0985-54-1600 FAX0985-53-8700
■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 <https://www.sennin.co.jp>