



暴風雨への耐性と 停電時の「室温維持力」が命を繋ぐ

近年、8月から9月にかけて上陸する台風やゲリラ豪雨は激甚化の傾向が強まっており、各地で被害をもたらしています。災害への備えといえば、非常食の備蓄や避難経路の確認が一般的ですが、実は、住まいそのものの災害対応力（レジリエンス）を高めておくことこそが、家族のいのちを守る最大の防壁となります。

まず求められるのは、暴風や地震に耐えうる構造の強さです。しかし、現代の災害リスクにおいて、もう一つ見落としはならないのが停電時の室内環境です。台風や豪雨によって大規模な停電が発生し、エアコンや換気システムなどのライフラインが完全にストップしてしまったとき、真夏の室内は瞬間に高温多湿空間へと変貌します。熱中症の危険が高まるなか、外への避難もままならない状況下での在宅避難は、二次災害とも言える健康被害を引き起こしかねません。

ここで重要となるのが、住まいの気密・断熱性能です。これらは日常の省エネだけでなく、災害時には外の熱を中に入れない、室内の冷気を逃がさない、天然の魔法瓶のようなシェルター機能

を発揮します。電気が使えない極限状態にあっても、住まい自体が室温の上昇を最小限に抑え込んでくれるため、熱中症リスクを劇的に低減し、安全に体力を温存することができるのです。

災害大国において、家はただ雨風を凌ぐだけの場所ではなく、ライフラインが途絶えた後も家族が自立して、いのちをつなぎ、生活を維持できる場所である必要があります。目に見えない基本性能がどれだけ練り上げられているか。その差が、非常時における圧倒的な安心感の違いとなって現れるのです。

頑強な構造と硬質ウレタンが 本物の安心を形にする

この構造強度と停電時の室温維持力を高次元で両立し、真のレジリエンスを発揮するのが「FPの家」です。FP



今月の特集

台風・豪雨から家族を守る 「住まいのレジリエンス」

台風や集中豪雨の被害が激甚化する日本の夏。万が一の災害や広域停電が起きたとき、我が家は家族を守るシェルターになれるでしょうか。構造の強さだけでなく災害時の生活維持力を高める住まいの性能を紐解きます。

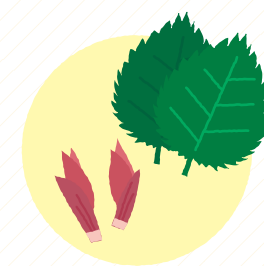
ウレタン断熱パネルは、硬質ウレタンを木枠内に強い圧力で一体成形することで高密度かつ堅牢な構造材となり、躯体に組み込むことで地震の振動エネルギーを壁全体で受け止め、ゆがみや倒壊を防ぎます。

さらに、この高密度ウレタンと熟練の職人による精密な気密施工が、災害時にその真価を証明します。万が一の広域停電でエアコンが完全に停止しても、魔法瓶のように優れた断熱・気密性能がバリアとなり、外の猛烈な熱気の侵入をシャットアウト。ライフライン復旧までの間、室内の急激な温度上昇を抑え、家族の健康を守り抜きます。

日常の快適性を保つ技術が、そのまま「もしも」の時のいのちを守る盾になること。それこそが、災害に屈しない「くらし」といのちを守るための家づくりの本質です。

住まいの知恵袋

秋バテを防ぐ食養生



冷たいものの摂りすぎや冷房冷えによって、お盆が過ぎる頃には胃腸の疲れがドッと出やすくなります。秋に不調を持ち越さないために、東洋医学の「食養生」の知恵を取り入れてみませんか。弱った胃腸を労わ

るには、冷たい飲食を控え、体の中を温めることが基本です。食事の際には、お味噌汁やスープに生姜、みょうが、大葉などの薬味を添えるのがおすすめ。これらは発汗を促して体内の余分な湿気を逃し、自律神経を整える効果が期待できます。また、胃腸の粘膜を保護するオクラや長芋といったネバネバ食材も積極的に摂りたいところです。冷たいビールやアイスが美味しい季節ですが、日々のちょっとした意識で夏の疲れを上手にリセットしましょう。

💡 お金の豆知識 💡

行楽シーズン前に知りたい「旅行保険」

お盆の帰省や旅行の計画を立てる8月。旅先でのケガや病気、荷物の破損に備えて「旅行保険」を見直してみませんか。確認したいのはクレジットカード付帯保険の条件です。自動的に補償されるか、旅費の支払いが条件（利用付帯）かによって明暗が分かります。数百円で入れる単発の保険も上手に組み合わせて備えましょう。



🏠 暮らしの1ポイント 🏠

夏の生ゴミ臭対策

帰省や旅行で数日間家を空けると、気になるのがキッチンの生ゴミ臭です。出かける前の対策として、ゴミ箱の底に新聞紙を敷き、その上から重曹を振りかけておきましょう。重曹がニオイの原因となる酸性の悪臭を中和し、新聞紙が水分を吸収して雑菌の繁殖を抑えます。帰宅時もスッキリとした空気で迎えられるですよ。

できた！ 簡単DIY

もしもの備えに「オリジナル防災キャンドル」



インテリアとしてもお洒落で、もしもの停電時にも役立つ「防災アロマキャンドル」を作ってみませんか。まず、ジャムの空き瓶などの耐熱ガラス容器を用意し、中央にキャンドル用の芯を固定します。次に、市販のロウソクを湯煎で溶かすか、使わなくなった廃食油に市販の「油を固める凝固剤」を混ぜて液状にします。そこに、心を落ち着かせる効果のあるラベンダーやミントなどの精油を数滴加え、容器に静かに流し込みましょう。そのまま冷まして固まれば完成です。日常のひとときに優しい灯りと香りで癒しを与えてくれるだけでなく、非常時の備えとして防災リュックや玄関に置いておける実用的なアイテムです。手作りの温もりと安心を、お家に灯してみませんか。

クを湯煎で溶かすか、使わなくなった廃食油に市販の「油を固める凝固剤」を混ぜて液状にします。そこに、心を落ち着かせる効果のあるラベンダーやミントなどの精油を数滴加え、容器に静かに流し込みましょう。そのまま冷まして固まれば完成です。日常のひとときに優しい灯りと香りで癒しを与えてくれるだけでなく、非常時の備えとして防災リュックや玄関に置いておける実用的なアイテムです。手作りの温もりと安心を、お家に灯してみませんか。

＼おしえて！／ Dr.住まいる

台風シーズンの防災セルフチェック

本格的な台風シーズンを迎える前に、窓まわりや設備機器の点検を行いましょう。強風による飛来物から窓を守るシャッターの動きはスムーズか、網戸が外れかかっていないかを確認します。また、屋根のテレビアンテナにグラつきがないか、屋外のエアコン室外機がしっかり固定されているかも重要です。早めの対策で被害を未然に防ぎましょう。

