The Foresty

Foresty Minegishi

House Magazine

東日本大震災から９年目

vol.15
2020.3.10
発行

今だからこそ、あらためて備えよう

今さら聞けない 建物の地震対策

免震・耐震・制震とは？

東日本大震災以降、より一層「地震に強い家」が求められるようになりました。免震、耐震、制震などの工法も広く知られるようになったことでしょう。しかし、それらの違いが言えるという方はまだまだ少ないかもしれません。ここでは各工法の特徴について解説します。3つの工法にはそれぞれメリット・デメリットがあります。それらを把握し、ご自身に合った地震対策を選びましょう。

免震：揺れを「伝えない」

建物と地面との間に免震装置を設置し、地盤と切り離すことで建物に振動を直接伝えない構造です。棟数は少ないものの、リニューアルした東京駅丸の内駅舎に採用されるなど、注目を集めています。

○
- 揺れを大幅にカットできるため、建物の被害が少ない
- 家具の転倒、転んで怪我をするなどの二次災害も起こりにくい
- 様々な規模の建物に有効

×
- 建物と地盤が離れているため、台風や津波等の災害に弱い
- 垂直方向の揺れに対しては効果が薄い
- 設置、維持に高いコストがかかる

耐震：揺れに「耐える」

壁や柱を強化したり、補強材を入れたりすることで建物自体を堅くして振動に対抗する構造です。国内で最も普及しています。

○
- 3工法の中で最もコストが低い
- 地盤や立地を選ばない

×
- 揺れを軽減する効果はないので、家具の転倒リスクが高い
- 揺れに応じたダメージが建物に残る

制震：揺れを「吸収する」

建物内部に錘（オモリ）やダンパーなどの「制震部材」を組み込み、地震の揺れを吸収する構造です。上階ほど揺れが増幅する高層ビルなどの高い建物には、非常に有効な技術です。

○
- 揺れを軽減するので、家具の転倒等の二次災害が起こりにくい
- 耐震住宅に条件を選ばず導入可能

×
- 間取りに制限が生まれることがある
- 耐震と比べてややコストが高い

旧耐震・新耐震の違い

旧耐震、新耐震という言葉を聞いたことはありますか？建物には1981年6月1日以降に建築確認申請がおりた新耐震基準と呼ばれるものと1981年6月1日以前に許可がおりた旧耐震基準と呼ばれる基準があります。違いを見ていきましょう。

	旧耐震基準（1950 年制定）	新耐震基準（1981 年改正）
中程度の地震 震度５程度	倒壊しないこと	軽度なひび割れにとどめる
大規模の地震 震度６～７	特に規定なし	倒壊しないこと

大地震の可能性が示唆される昨今では、新耐震の住宅を選びたいと考えるでしょう。そこで注意が必要なのは、新耐震かどうかの判断は建物が完成した「竣工年」ではなく、**建築確認済証の交付日が基準**になることです。中古マンションや中古住宅を購入する場合は、不動産販売会社や自治体で確認する必要があります。

もう一度チェック 家庭での地震対策

ここまで、住宅自体の地震対策についてご紹介してきました。続いては、家庭内でしておくべき地震対策について確認していきましょう！

家具の安全な配置、固定

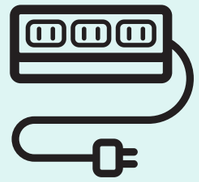
地震の際、家具の転倒や落下が原因で怪我をする人は怪我人の3～5割を占めます。脱出経路を妨げる家具がないか、転倒時ガラスを破損する場所に置いていないか等を確認し、安全な場所へと配置しましょう。また、転倒防止器具等を使い、転倒・落下リスクを軽減させることも大切です。

避難経路確認

自宅から脱出した後に向かう避難場所と、その経路を確認しておきましょう。避難場所までの道のりで危険な箇所は、回避する必要があります。崩れて道を塞ぎそうな建物や塀はないか、舗装されていない道はないか等注意してください。小さいお子様や、介助が必要な家族がいる場合、特に避難経路の安全性に配慮する必要があります。事前に避難場所まで歩いてみるのも良いでしょう。

火災対策

大地震発生時、連動して起こりやすいのが火災です。消火器を備え、操作方法を確認しておく、火災警報器を設置する、使わないコンセントは抜いておく、といった火災対策もしておきましょう。



株式会社フォレスティ峯岸

宮城・仙台 住宅リフォームフェア2020に出展してきました!

2月15日・16日に夢メッセで開催されたリフォームフェアに出展した様子をお届けします!

2日間の会場来場者数は約1万1千人!

お試しコーナーも用意しました

デッキで作ったベンチとテーブル

弊社お得意様の株式会社プロデュース・ディー様のご厚意によりブースの一角にABODO社のバルカンデッキ・サンドデッキを展示し、来場者の方々へPRさせていただきました。デッキ材を加工し歯ブラシ立て・スマホ立て・包丁立て等を展示・販売し、デッキ材の耐久性・質感をアピール、ABODO社のデッキ材のPRには最高の会場でした。今後、来場された方々からの受注を期待し、何かの機会があればまた参加したいと思います。

阿部 祐人さん

リフォームフェア初日に参加させていただきました。お客様に直接ABODO社のデッキ材をアピールすることができ、そしてたくさんの方々に反響頂き、うれしく思います。私自身も勉強になりました。プロデュース・ディー社長様、参加させて頂きありがとうございました。

相澤 真貴さん

教えて!メーカーさん

今回は
ニチハ株式会社
当社担当
小柴 邦彦さんが
おすすめ商品を
教えてくださいました!

自己紹介

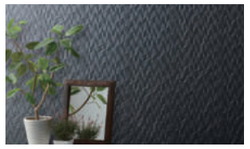
趣味:旅行
休日の過ごし方:水泳→ビール→寝るという休日を過ごしています。
仕事のおとも:山形冷たい肉そば
座右の銘:変わることを恐れるな
一言コメント:住宅業界、外壁のトレンドなどが目まぐるしく変化する中、皆様のお役に立つ商品をご提案していきます。

1 新外壁材「プレミアムシリーズ」

人も住まいも長く生きていく時代に誕生した

商品紹介 ニチハの外壁材プレミアムシリーズは業界初の塗膜の変色・褪色30年保証に対応しています。一般的な外壁材は10年~15年ごとに再塗装が必要ですがプレミアムシリーズは色あせにも塗膜のひび割れにも強い超高耐候塗料(プラチナコート30)を採用しているため、長期間にわたって美しい外観を維持します。塗り替えの負担を軽減し、メンテナンスコストもとてもお得な外壁材です。

おすすめの使い方 メンテナンス時にはニチハの窯業系外壁材全シリーズ(メモリアのホワイトと現場塗装仕上げ製品除く)がクリアー塗装による再塗装が可能で、お気に入りの新築時の外壁デザインをそのまま残すことが可能です。



2 金属製外装材 センターサイディング

商品紹介 軽量で優れた断熱性・耐久性で新築はもちろんリフォームにも最適な金属製外装材。金属の質感を活かしたライン柄や本物が持つ素材感を表現した柄など建物に合わせて選べる豊富なデザインをご用意しております。

おすすめの使い方 2018年に発売した「N型カーレンリーフプレミアム」は人気の高いメタル調で、これまでに無いリーフ(葉)をモチーフにしたデザインが独自性のある建物の外観を演出します。また今年の2月には光の当たり方によって異なる表情を創出する「FN型シンストライププレミアム」、フルカラーインクジェット塗装の新商品も発売となっております。

株式会社フォレスティ峯岸

おいでよ東北

穴場な観光地がたくさん詰まっている東北。

今回は、佐藤さん、伊藤さんにおすすめスポットをお聞きしました！

家族と、友達と、仕事仲間と、はたまたひとりで、行ってみてはいかがでしょう！

佐藤　真也さん

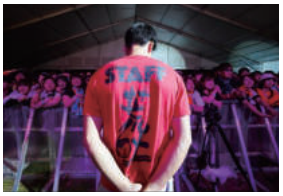
平和と東北の尊厳を守る為に君臨した部族アラバキ（荒吐）に由来するロックでパワフルな音楽の祭典。7つのステージで様々な今話題のバンドの演奏が楽しめます。

佐藤さんのおすすめポイント

毎年4月にエコキャンプみちのくで2日間に渡って開催される東北地方最大の野外ロックフェスです。東北はもとより日本中からロック、音楽好きが集まる一大イベントになります。会場内には複数のステージがあり、数多くのアーティストを見ることができます。

ARABAKI ROCK FEST

宮城県柴田郡川崎町 大字 大字小野 二本松 53-9



伊藤　修二さん

花野果と書いて「はなやか」と読む花野果市場。ここでは美里町で作られた農産物や農産物加工品、工芸品などを販売しています。農家レストラン「はなやか亭」もあり、農家の母ちゃんが自分たちの家で作った野菜などを持ち寄って、昔懐かしのはっとうや味噌焼きおにぎり、しそ巻き、その他定食・軽食を提供しています。

伊藤さんのおすすめポイント

地元の農家さんが作った新鮮な朝どれ野菜や季節の色とりどりの花の販売・手作りお惣菜を安く売っている産直です。仙台や登米・石巻・名取からも食材が集まります。午前中に売り切れてしまうことがあるので、早めに行くことをおすすめします！

美里町花野果市場

宮城県遠田郡美里町練牛六号12

株式会社フォレスティ峯岸

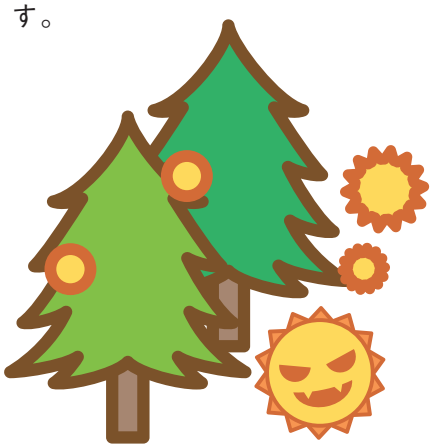
これからの花粉症シーズンを迎え撃つ！

春といえばうららかな日差しにぽかぽか陽気、外に出るのがなんだか嬉しくなってしまう季節……
ですが同時に、花粉が猛威を振るう季節でもあります。
花粉を迎え撃ち、外の陽気を存分に楽しむため、身近な対策法を伝授します！

花粉症を知る！

花粉のピークっていつ？

特に春先にピークを迎えるのはスギとヒノキ。地域や気候によって違いはありますが、スギの花粉ピークは２～４月、ヒノキの花粉ピークは３～４月頃と言われています。他の種類も含めると一年中飛んでいると言われる花粉ですが、この春のピークが、最も多くの人々を苦しめる「花粉シーズン」です。

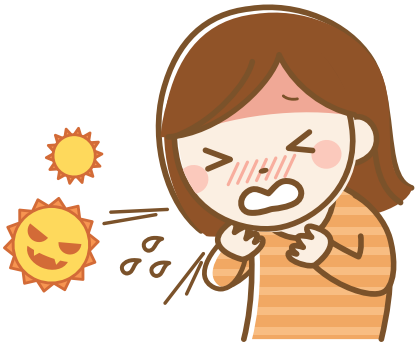


どんな症状が出るの？

花粉症の主な症状は以下の４つ。

４大症状
くしゃみ、鼻水、
鼻づまり、目のかゆみ

鼻づまりに伴って口呼吸をするため、喉の痛みを発症することも。重い場合には、頭痛や頭重感、微熱やだるさを感じる方もいるようです。



すぐに病院へ！

花粉症かな？と思ったら、すぐに病院へ！花粉症の症状は風邪やアレルギー性鼻炎などのアレルギー症状とも似ているため、医師の診断で正確に識別してもらいましょう。また症状には個人差があり、それぞれ花粉症のタイプと重症度によって、適切な薬や治療は異なります。独自の判断で市販薬を買うと、期待した効果が得られない場合もあります。

今日からできる花粉症対策

食べ物編

一番身近で有効な対策は、身体の免疫機能を高めること。
特に腸内環境を整え、ビタミンA/C/Eを摂ることが有効と考えられています。

腸内環境を整える

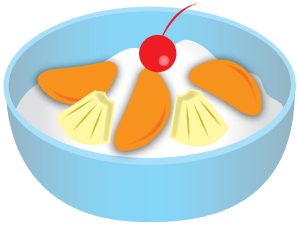
身体の免疫機能と腸内環境は密接に関係しています。乳酸菌や食物繊維をしっかりと摂ることで消化能力を高め、体内の循環作用を促進することが大切です。

ビタミンA/C/Eを摂る

ストレスによって生じる活性酵素が、花粉症のかゆみを増やす要因となることが報告されています。活性酵素の発生を抑える働きがあるのが、ビタミンA、ビタミンC、ビタミンEの３種類です。

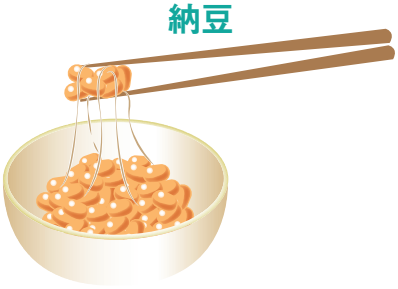
おすすめレシピ　調理が面倒でなく、ササッと朝に摂れる２種類をご紹介！

フルーツヨーグルト



乳酸菌、ビタミン類、食物繊維をまとめて摂るならこれ！特におすすめはビタミンCが豊富なキウイ。

納豆



原料の大豆には食物繊維がたっぷり含まれています。発酵食品には腸内環境を整える効果が期待できます。

株式会社フォレスティ峯岸