

シニアの住まい 今からできること

健康寿命を延ばすための リフォームの勘どころ

住宅の断熱化が私たちの健康に影響することが、9年間の国や専門家の調査でわかってきました。そこから見えてきた「住まいと健康の密接な関係」と「健康リスク低減のポイント」と、元気なシニアを保つための「断熱リフォームのコツ」についてお話しいただきます。また、講師の辻先生は築150年の小さな家を購入し、耐震、劣化対策、省エネ、温熱など性能向上リフォーム、住みながらDIYやさまざまな工夫で心地よい豊かな暮らしを实践されていることから、ご自宅のリフォームや自分でできる住まいの改善についても、ご紹介いただきます。

日時 2024年 **9月13日** (金)

時間 13:30~15:30

参加費 1,000円

参加方法 会場あるいはオンライン

会場 **生活クラブ所沢生活館**

住所：所沢市美原町3-2971-5
西武新宿線・新所沢駅東口より
・徒歩14分
・西武バスで「美原3丁目」下車すぐ

セミナー講師

辻 充孝

岐阜県立森林文化アカデミー
教授
一級建築士



1973年兵庫県生まれ。大阪芸術大学建築学科卒業後、Ms建築設計事務所を経て現職。建築計画、温熱環境の研究、講座を受けもつと同時に、木造住宅や木造建築の設計に携わる。

スマートウエルネス住宅等推進調査事業委員

著書「ぜんぶ絵でわかるエコハウス」

共著「木の家リフォームを勉強する本」「省エネ・エコ住宅設計究極マニュアル」

次回の 10月23日(水) 「マンションリフォーム 失敗しないポイント」

ご案内 11月19日(火) 「コスバの高い断熱リフォームの事例紹介と体験談」

お申込み・お問い合わせ

特定非営利活動法人 **大人の学校** ☎ 048-423-3313

お申込みは
こちらから

共催 特定非営利活動法人大人の学校
特定非営利活動法人木の家だいすきの会

✉ otonano-gakkou@cure.ocn.ne.jp

