



Finishing work technique

第6章

無垢の木や漆喰などで、室内空間を快適に仕上げよう！

セルフビルドで 仕上げ工事を楽しむ

外装工事を終えてしまえば、あとはマイペースで内装の作業を楽しめる。
ここでは、主に第5章の「木の家」を例に、床、壁、天井などの仕上げを紹介していく。
仲間を呼んで楽しく作業するのもよし、ひとりコツコツやるのもよしだ！

STEP
01

「断熱化」で快適な住空間に

小屋に断熱材を施すことで、気持ちよく「暮らせる家」として活用できる！

私が暮らしている房総半島は、冬でも比較的温暖な気候だが、当初住んでいた古い民家には「断熱材」がまったく入っておらず、さすがに真冬は部屋の中でも吐く息が白くなるほど冷え込んだ……。

それに懲りて嫁と相談した結果、ハーフビルドした自宅については断熱材を充実させることにした。結果、いまでは以前の暮らしがウソみたいに快適になり、冬でも半袖一枚で過ごせるほどだし、夏もほとんどクーラーを使わずに済んでいる。まさに、このストレスなく建物に暮らせるという点こそが、「小屋」と「住宅」との大きな違いなのだと思う。逆に言えば、本書で紹介してきた小屋でも、しっかりと断熱工事を行えば十分に快適な暮らしを楽しめる「家」にすることができるのだ。

断熱材の種類としては、グラスウールのような柔らかくてふわふわした「フェルトタイプ」と、比較的硬めの「ボードタイプ」が代表格だ。

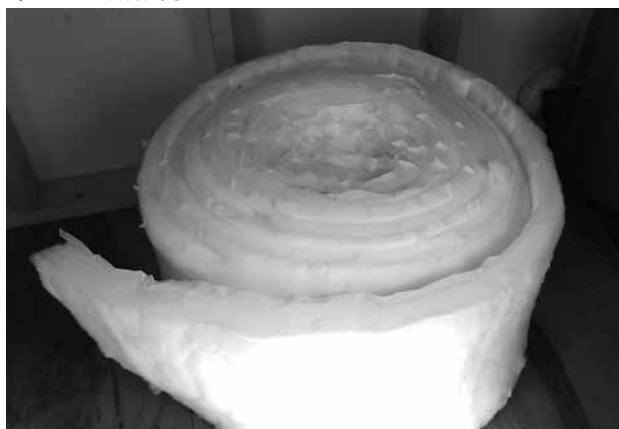
フェルトタイプはある程度形状を調整できるので、配線やコンセントボックス、ボルト類などがある壁に入れ

るのに向いている。グラスウールやロックウールといったポピュラーなものは、ホームセンターで購入可能だ。私が使ったのは、ポリエステルタイプの断熱材（商品名＝パーフェクトバリア）で、直接触れてもチクチクせずとても施工しやすかった。

ボードタイプは多少価格は高くなるが、同じ厚さならフェルトタイプよりも断熱性に優れるのがメリットだ。こちらは、主に床用に使われることが多い。

断熱材は「厚み」によっても性能が変わり、当然、厚いほど断熱性も高くなる。国が示している「省エネルギー基準」では、新築住宅に対してかなり高度な断熱性能を求めているが、セルフビルドの小屋の場合はそこまでシビアに考える必要はないだろう。各断熱材メーカーでは、地域や使用部位ごとに適正な断熱材の厚みをカタログやHPなどに記載しているので、それを参考にすればOKだ。ちなみに第5章の木の家では、壁や天井にフェルト系の70mmを、床にはボードタイプの50mmを入れたが、断熱性能的にはこれで十分だったと感じている。

◆主な断熱材のタイプ



【フェルトタイプ】

グラスウールやロックウールなどは、ホームセンターで安価に買える。扱いも簡単だが、カット時にチクチクすることがある。その点、ポリエステルタイプはちょっと高額にはなるが、肌触りが優しく、建築材料として気分的にも安心できる。いずれも、軸組み構法用とツーバイ構法用で断熱材の幅が異なるので、カタログなどで確認してから入手したい



【ボードタイプ】

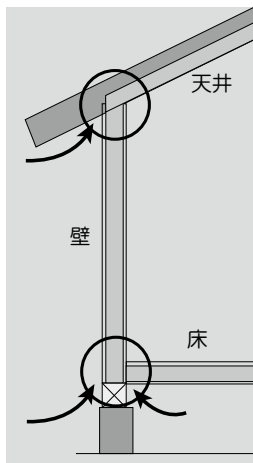
このタイプは各メーカーからいろいろな商品が出ているが、基本的には垂木や根太などの間にスッポリはめていく使い方ができる。フェルトタイプ同様に、根太の太さや間隔などに応じて、断熱材のサイズを選びたい。ちなみに、写真のタイプはサブロク板のフリーサイズで、使用部位に応じて適当なサイズにカットして使用する

◆断熱材施工のポイント



【事前に電気配線をしておく】

130 ページのような露出配線をするなら別として、内装仕上げをする場合はあらかじめ隠蔽配線しておくのが基本だ。作業には専門知識はもちろん、資格も必要になるので、ここはプロの電気工事士に依頼しよう



【「すき間」を作らない】
断熱工事の鉄則は、外気に接する面をすき間なく覆うこと。とくに、天井と壁、壁と床との接点（田内）はすき間がでやすいので注意したい。狭いすき間には、カットした断熱材を詰めるように



【室内側の下地材と密着させる】

断熱材と室内側下地材との間にすき間があると、そこが通気層になって断熱効果が低下しやすい。写真は床の例だが、このように断熱材と根太の上面がピッタリ合っているのが理想だ。壁や天井（屋根）も同様に考えたい



【フェルト系はきつく押し込まない】

グラスウールなどを写真のような変則的な形状に充填するときに、無理矢理押し込んでしまうのはNGだ。断熱材は適度に空気を内包した状態でこそ効果を発揮するので、面倒でもスペースの形にカットしてから充填してみたい



【切断はカッターかノコギリで】

フェルト系もボード系もカッターナイフで簡単にカットできる。また、ボード系については手ノコや丸ノコなどでカットすると、作業が速くてきれいに切れる。専用の刃を使えば、切りくずもほとんど出ないので快適だ



【防湿シートや通気層で湿気対策】

室内からの湿気が壁や天井内に侵入すると、内部結露の原因になる。結露はカビの発生や木部の腐れなどをもたらすので、これを防ぐために室内側には防湿シートを張り巡らせておくといふ。屋外側に設ける通気層も有効だ

◆断熱工事の例

①ボード系の断熱材を根太などの間に入れるときは、断熱材を受けるためのパーツを根太に留めておく。パーツは断熱材の厚みに合ったタイプを選ぼう。②455mmピッチでパーツを取り付けていく。単純に根太にはさむだけなので簡単。③根太の内側寸法にピッタリの断熱材ならそのまま、大きければ適宜カットして根太の間に充填していく。根太と断熱材の上面がピッタリ合っていることを確認しよう。④フェルト系の断熱材を間柱や垂木などに充填する場合は、端に付いている耳の部分をつッカーで留めていく。⑤開口部を除くすべての壁面、床、天井にすき間なく充填していこう。⑥コンセントボックスなどがある場合は、その部分だけ切り抜いて収める。すき間ができないように注意。⑦間柱や垂木などに両面粘着テープを張り、それを利用して防湿シートを張る。⑧必要に応じてステープルを打っておけば、より確実だ

