

6月

7月

8月

9月



遮光カーテン 遮熱カーテン

！ 遮光カーテン
カット率が高い1級から、2級、3級の3つの等級があります。寝室を暗くする、朝日や西日を遮断する、プライバシーの保護など、目的やライフスタイルによって選びましょう。現在のカーテンに後付けできる遮光裏地なども販売されています。

！ 遮熱カーテン
業界で決まった基準はなく、メーカー独自でカット率やランクが表示されています。鏡のように反射させる、裏地にコーティング加工する、繊維を織り込むなどして熱を伝わりにくくしています。ブラインドタイプなどもあります。

家中

● 遮光カーテンや遮熱カーテンの検討
予算やつける場所、どの程度光を防ぎたいかなど、整理してみましょう。

！ 防災・防音効果があるカーテンもあります。

自分で行う

● カーテンの寸法を測る
事前に寸法を測りましょう。

！ 不要になったカーテンを回収し、再利用するお店やメーカーが増えました。ぜひチェックしてみてください。

オーダーする

● 業者を調べる

● 見積もり
見積もりだけでも料金が発生する場合がありますので確認が必要です。

● カーテンの購入・取り付け
カーテン専門店、百貨店、ホームセンターなどで購入できます。

● 取り付け

● 遮光カーテンの利用

！ 利用する前と後との違いや感想などをまわりの方と共有してみませんか。



遮光・断熱・遮熱フィルム

● 室内を涼しくする方法を考える
どうやって日差しを遮り、室内を涼しくするかを考えましょう。

家中

● 遮光フィルムや断熱フィルムの検討

！ 遮光・断熱・遮熱フィルム
メーカーによって表現や効果が異なります。断熱は主に外の温度と中の温度を交換しない働きがあり、夏の暑さだけでなく、冬の温かさを外に出さない効果もあります。遮熱は主に太陽光を反射させて室内に入れないようにしています。

自分で行う

● 断熱フィルム購入・取り付け
ホームセンターなどで購入できます(数千円～)。取り付けが難しい場合がありますので、購入前に専門家や販売店に相談してみましょう。

業者をお願いする

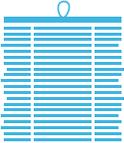
● 業者を調べる

● 見積もり

● 取り付け

● 利用

！ 利用する前と後との違いや感想などをまわりの方と共有してみませんか。



よしず すだれ

家中・外

● よしず・すだれを調べる
よしずは軒下やベランダに立てかけて使う物で、すだれは窓の外側もしくは内側に吊します。熱を通しにくく、風を通すことができるので、場所によって使い分けると遮熱効果があります。

● 取り付け

！ 台風や風が強い日は飛ばされないよう注意しましょう。

● よしず・すだれを片付ける
夏の強い日差しがやわらいできたら、早めに片付けましょう。素材によって異なりますが、水拭きやから拭きで汚れを落とすと、天日と陰干しを行って乾かし、新聞紙と一緒に巻いて、湿気の少ない場所に保管しましょう。



緑のカーテン

家の外

● 「緑のカーテン」植物の準備
葉がよく茂るツタや手軽に育てられるアサガオ、食べる楽しみがあるキュウリやトマト、害虫に強く栄養があるゴーヤなどが適しています。苗は園芸品店やホームセンターなどで購入できます。販売店でプランターや土、肥料なども相談してみましょう。

● 水やり・肥料など

！ マンションなど集合住宅では、植物の大きさや、土や葉が排水溝に流れないように、といった注意が必要です。

● 緑のカーテン&収穫

● 植物の片付け・種の保管など