

エコで クールな 暑さ対策



室内でも涼しく過ごすことができる家づくりや、肌触りの良い衣服、冷たいデザートや刺激のある食べ物など、夏の暑さを和らげる様々な方法があります。

今回の展示では、伝統的な方法から最新の知見に基づく方法まで、夏の暑さを乗り切るための方法を紹介します。

「暑さ対策」について調べるには

キーワードを集める

調べるための手がかりとなるキーワードを考えます。様々なキーワードを使うことで、効率的な情報の検索ができます。(下線のついているキーワードは「件名」として検索できます。)

例：エコハウス 温熱環境 省エネルギー 空気調和 住宅建築 体温 熱中症 断熱材 環境共生住宅
労働衛生 緑地計画 造園など

図書で調べる

 テーマの棚に行って探す

図書館の本は1冊ごとに主題を表す分類番号が付いて並んでいます。下記の分類番号を参考にして同じ主題の本を探することができます。

分類番号	493.1	527	596	629
テーマ(主題)	一般的疾患	住宅建築	料理	造園

 検索して探す

図書館内にある「利用者用検索機」(OPAC)や、インターネットを利用して本を探することができます。書名、著者名、キーワードなどを入力して検索します。

- ・中野区立図書館ホームページ


⇒<https://library.city.tokyo-nakano.lg.jp/>

(中野区立図書館で所蔵している本や雑誌を探することができます)

- ・東京都立図書館ホームページ

⇒<https://www.library.metro.tokyo.jp/>

(「都内図書館統合検索」では東京都内にある公立図書館で所蔵されている本や雑誌も探せます)

 地域資料を活用する

地域資料は、地域に関することが調べられます。

- ・『東京都環境白書 2020』東京都環境局総務部環境政策課／編 《所蔵館》中野区立図書館全館
↳在宅ワークの機会が増えるなか、自宅でも実践できる暑さ対策が紹介されています。
- ・『中野区の環境 2020 年度版～中野区環境白書～』中野区環境部／編《所蔵館》中野区立図書館全館
↳中野区が推進する環境についての取組がまとめられています。「中野区高断熱建築物の認証制度」や緑化の助成制度など環境に配慮した暑さ対策にも役立つ情報が紹介されています。

新聞・雑誌で調べる

新聞や雑誌は、図書では見つからない時事的な内容を調べることができます。

野方図書館で所蔵している新聞・雑誌の保存期間は下記の通りです。

新聞原紙 [朝日、読売、毎日、東京、日経、産経、スポーツニッポン、ジャパントイムズ] 3か月間保存

朝日新聞縮刷版 20年間

雑誌の保存期間 週刊誌(3ヶ月)、隔週刊誌(6ヶ月)、月刊誌(1年)、隔月刊誌(2年)

パスファインダーで調べる

中野区立図書館では、毎回テーマを決め、資料の展示やパスファインダーの作成を行っています。過去に作成したパスファインダーから「暑さ対策」に関するパスファインダーを紹介します。

※掲載されている資料・リンク先などは、発行当時のものとなっています

過去の「個性ある図書館」展示 パスファインダー

図書館名	発行回	タイトル
野方図書館	第48回	みどりとまち
中央図書館	第49回	エコな知識をみんなでシェアして欲しいあね

データベースで調べる

中央図書館の参考資料コーナーにある利用者開放インターネット端末から、下記の有料データベースサイト等を無料でご利用いただけます。

種類	内容
聞蔵Ⅱビジュアル	1879年から当日までの朝日新聞の検索
日経テレコン	1975年4月から当日までの日経4紙の新聞記事や企業情報などの検索
MAGAZIN PLUS	一般誌・総合誌の雑誌記事検索や学術論文などの検索
官報情報検索サービス	1947年5月3日から当日までの官報記事の検索
WHO PLUS	歴史上の人物から現在活躍する人物、約32万人のプロフィール検索
D1-Law.com	判例情報、法律の改廃記録、法律判例文献情報などの検索

インターネットを利用して調べる

関連する政府機関や自治体、団体などをインターネットで調べます。

環境省 熱中症予防情報サイト https://www.wbgt.env.go.jp/doc_prevention.php

↳ 熱中症対策はもちろん、熱中症警戒アラートについての情報も掲載されています。

気象庁 <http://www.jma.go.jp/jma/index.html>

↳ サイト内で「猛暑日」と検索すると、気温の変化や猛暑日日数がグラフで示されています。

熱中症予防のためのリーフレットも閲覧できます。

展示図書リスト

書名	著者名	出版社名	発行年	請求記号
図解 異常気象のしくみと自然災害対策術	グリー・マッコール／著	原書房	2019年	369.3 マ
40℃超えの日本列島でヒトは生きていけるのか	永島 計／著	化学同人	2019年	491.3 ナ
「脱水症」と「経口補水液」のすべてがわかる本 改訂版	谷口 英喜／著	日本医療企画	2018年	493.1 タ
現場で使う!!熱中症ポケットマニュアル	三宅 康史／編著	中外医学社	2019年	493.1 ミ
熱中症を防ごう 第4版	堀江 正知／著	中央労働 災害防止協会	2020年	498.8 ホ
実践版!グリーンインフラ	グリーンインフラ 研究会／編	日経BP	2020年	518.8 シ
エコハウス超入門	松尾 和也／著	新建新聞社	2020年	527 マ
涼温な家 改訂版	松井 修三／著	創英社	2020年	527 マ
研究者が本気で建てたゼロエネルギー住宅	三浦 秀一／著	農山漁村文化協 会	2021年	527 ミ
「涼」のある暮らし		宝島社	2019年	590 リ
らくちんで涼しいアップパ・ステテコ・モンペ		ブティック社	2020年	593.3 ラ
ひんやりさっぱりゼリー寄せ 栄養満点の食べるスープ	大越 郷子／著	誠文堂新光社	2019年	596 オ
夏めし100 さっぱり&スパイシー	高橋 雅子／著	池田書店	2019年	596 タ
緑化・植栽マニュアル 改訂	中島 宏／著	経済調査会	2020年	629 ナ

おすすめ展示図書

『図解でわかる! エアコン1台で心地よい家をつくる方法』
岡田八十彦／監修 エクスナレッジ 2020年 (527 ス)

窓や断熱材、エアコンの設置・運転方法、換気のしくみといった心地よく過ごすための家づくりを紹介しています。

巻末付録にも、家づくりの参考になる便利な情報がまとめられており、断熱材や窓の性能の違いが数値で表されています。

イラストやグラフを使って分かりやすく説明した、読みやすい1冊です。

展示期間：2021年6月26日～2021年8月26日

展示場所：中野区立野方図書館 2F 一般開架展示コーナー