

お施主様
一般向け

調湿建材ってなに？ 知ればきっと使いたくなる「調湿建材」をご紹介します！

「調湿建材」で住まいのお悩み解決！



私たちの暮らしは、以前と比べて格段に快適になっています。
住まいも断熱・気密化が進み、冷暖房設備の性能向上によって室内は過ごしやすくなりましたが、一方で、カビやダニの発生、過乾燥、室内の有害化学物質（ホルムアルデヒドやVOC）が原因で、様々な疾患が引き起こされるようになり、住む人の健康を脅かす問題となっています。



このような問題の解決策の一つとして
「調湿建材」をおすすめいたします。
健康への関心が高まる中、住まいを快適にする
「調湿建材」を使ってみませんか？



目 次

- ★[こんなお悩み、ありませんか？](#)
- ★[調湿建材とは？](#)
- ★[調湿建材はどんな所（部屋・部分）に使いますか？](#)
- ★[調湿建材を選ぶときは【調湿建材マーク】を目印に](#)
- ★[調湿建材 よくある質問Q & A](#)

★マークのついた項目を
クリックすると、
それぞれの解説ページが
開きます



調 湿 建 材

(一社)日本建材・住宅設備産業協会



作成 20230901

こんなお悩み、ありませんか？ そんな時は調湿建材を使って住まいを快適に

暖房中は部屋が乾燥しているのに、
朝起きると窓ガラスが結露でビチャビチャ



部屋を冷房しても
(ジメジメしているせいか)
なかなか涼しく感じられない

夏や梅雨時の室内のジメジメを
どうにかしたい

夏冬の光熱費を抑えたい

押入れや収納、脱衣室が、
何だかカビ臭い。



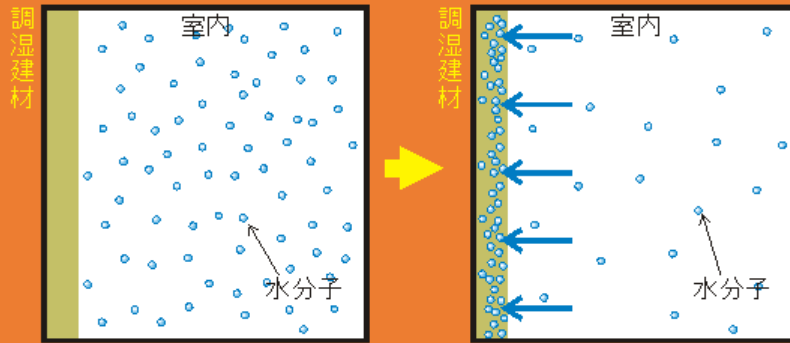
(乾燥しているからか) 暖房しても何だか肌寒い

調湿建材で住まいの「湿気の悩み」を解消！ 快適な住まいに！

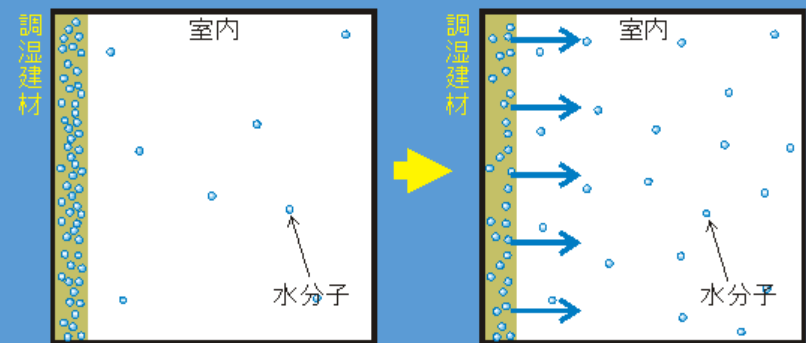
調湿建材とは？

調湿建材は、室内の湿度を調整することのできる建材で、**室内の湿度が高くなると湿気を吸って湿度を下げ**、**乾燥してくると湿気を放出して湿度を上げる**ことを自然に行う機能をもっています。

室内の相対湿度が高いとき・・・
調湿建材が湿気を吸収して相対湿度を低くする



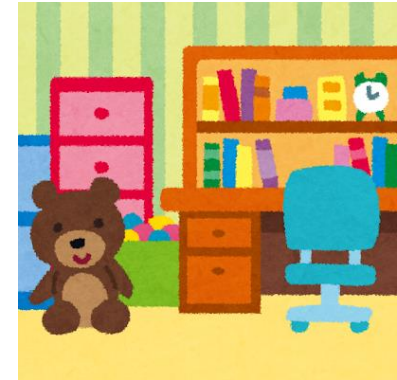
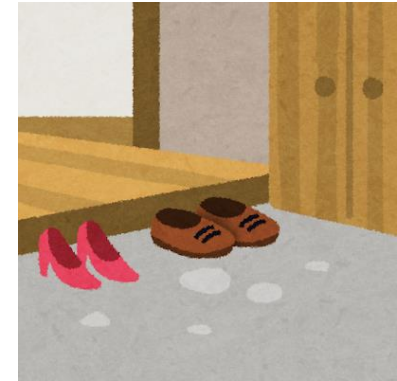
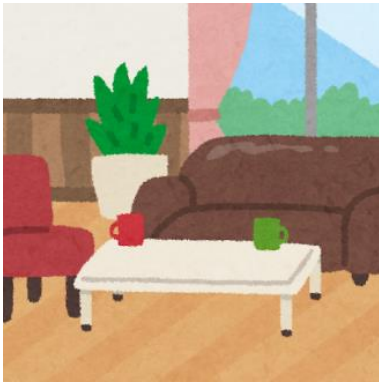
室内の相対湿度が低いとき・・・
調湿建材が湿気を放出して相対湿度を高める



調湿建材をお部屋に使うことで、
室内の湿度を「人がより快適と感じる湿度環境」に。

調湿建材はどんな所（部屋・部分）に使いますか？

滞在時間の長いリビングや寝室・子ども部屋、湿気の気になる洗面脱衣室・台所・玄関などに使われ、おもに「壁」「天井」に取り付けます。（床では畳製品もあります）



調湿建材を選ぶときは【調湿建材マーク】を目印に

調湿建材をアピールしている製品は色々ありますが、その機能がきちんと審査されているものを選ぶことをおすすめします。



私たち（一社）日本建材・住宅設備産業協会が運営する「調湿建材表示制度」は、調湿性能や品質管理体制などにおいて所定の基準を満たしている製品を登録するもの。

登録製品にはその証として【調湿建材マーク】が表示されており、ユーザーが調湿建材を選ぶ時の目印になっています。

【調湿建材マーク】の表示登録製品は、
こちらからご覧になれます。

ここをクリック→ [建産協のウェブサイトへ](#)



調 湿 建 材

(一社)日本建材・住宅設備産業協会

調湿建材 よくある質問Q & A (1)

質問	回答
調湿建材で結露がなくなるの？	部屋の壁面での結露は、調湿建材を取り付けることによって、低減もしくは防いでくれる効果があります。 住宅で結露する状況は様々なので、室内の温度と窓ガラス表面の温度差が極端に大きい場合や、常時過度に加湿されている室内では調湿建材の吸湿量を超えてしまうこともあり、結露を防ぎきれません。このような場合は、住まい方への配慮もあわせて必要になります。
調湿建材はどれぐらいの量を使えば効果があるのか？	調湿建材の効果は、施工する面積が多いほど高くなりますが、シミュレーション結果によれば、2倍の面積を施工すれば効果も2倍になるというものではありません。 調湿建材の性能や部屋の環境・使用条件などによって、目安量も異なりますので、メーカー・取扱店などにお問い合わせください。
調湿建材で臭いが取れるの？	調湿建材は一般に多孔質な材料が多く、この性質により水分子が材料の中にある空隙に入り込んで吸着したり、また離れたりすることで空気中の水分子の量を変化（調湿）させます。一般に多孔質材料の空隙には水分子以外も吸着することが知られていますので、臭いの成分も取れる可能性があります。 ただし、この性能は製品によって異なることや、臭いをとるために工夫されている製品もありますので、それぞれの製品がもつ性能については、メーカー・取扱店などにお問い合わせください。

調湿建材 よくある質問Q & A（2）

質問	回答
エアコン、除湿器、加湿器と調湿建材の違いは？	調湿建材は、室内空気の雰囲気によって自律的に水分を吸ったり放出したりするので、エアコン・除湿器・加湿器などの設備のようにエネルギー（電気）を使用しません。 また、設備のように急激で局所的な湿度制御ではなく、緩く穏やかに湿度の調整をします。
調湿建材は相対湿度が何%になったら働くの？	調湿建材は、エアコン・加湿器・除湿器などの設備のように湿度何%になったら働くというものではありません。 調湿建材は、室内の湿度の変化を緩和するものであり、材料の中の水分量と周りの空気に含まれている水分量とのバランスを取るよう に働きます。 例えば、相対湿度が30%から70%で変化している雰囲気にある調湿建材であれば、この湿度をその中間である50%程度に調整しようとしますし、50%から90%で変化している雰囲気になれば70%に調整しようと働くのです。

<本資料のご利用にあたって>

この資料は、（一社）日本建材・住宅設備産業協会 品質・環境委員会 調湿部会が、「調湿建材」の普及促進を目的として作成したものであり、「調湿建材」とはどのような建材なのか、その特徴やメリットをユーザー（設計者、居住者）にご紹介し、調湿建材を選ぶ際にお役立ていただくことをねらいとしています。

注）本資料の無断転載・無断使用はくれぐれもご遠慮ください。