

建材 マンスリー

NO.729

7

JULY
2026

特集

“良い睡眠”は 住まいから

ここでちょっと一息 Coffee Break

世界が沸騰！ W杯と巨大IPO
日本市場もターニングポイント

注目企業を訪ねる

株式会社ジーバー



“良い睡眠”は住まいから

人生の3分の1を占めると言われる睡眠。

心身の回復や健康維持に欠かせない眠りは、私たちが生きる上で最も重要な営みの一つだ。

しかし、2024年の厚生労働省による「国民健康・栄養調査」では、睡眠で休養が「あまりとれていない」「まったくとれていない」と答えた人が2割強にのぼり、

日本人の5人に1人は睡眠に満足できていないという実態が明らかになっている。

また、季節別に見ると7月に睡眠の質が最も悪化するという調査結果^{*1}もある。

“良い睡眠”のためには、寝室をはじめとした住環境が担う役割も大きいはずだ。

そこで今号では、睡眠の重要性を再認識するとともに、

“眠りの場、という視点から住まいづくりを考えるための工夫や建材を紹介する。



本人の自覚以上に認知機能や
注意力に影響を及ぼす

Q 睡眠不足は心身にどのような影響を及ぼすのでしょうか。

A 適正睡眠時間には個人差がありますが、慢性的な睡眠不足は本人の自覚以上に認知機能や注意力へ影響を及ぼすことが知られています。例えば、7～8時間程度の睡眠が適切な人が6時間睡眠を10日間程度継続すると、認知機能が大きく低下することが報告されています。私どもの研究室でも、学生を対象に睡眠時間を制限した予備的な検討を行っており、睡眠不足による集中力低下傾向が示唆されました。

睡眠は日中のパフォーマンスや集中力、健康維持にも深く関わるため、日々の生活習慣として捉えることが重要だと思っています。

Q 睡眠の質に影響を与える要因は何でしょうか。

A 睡眠の質には様々な要因が複合的に関係しています。ストレスや不安などの心理的要因が代表的ですが、近年はスマートフォンやパソコンの長時間使用、夜更かし、不規則な生活習慣なども大きな問題になっています。



山形大学工学部 客員教授
睡眠マネジメント研究センター
副センター長
博士(工学) 一級建築士

木村 文雄氏

特に、就寝前に強い光を浴びるとは体内時計に影響し、睡眠に関わるホルモンであるメラトニン分泌抑制に関与する可能性があると言われています。実験研究では、同じ照度条件でも高色温度^{*2}照明(5000ケルビン)より、低色温度照明(2300ケルビン)の方が、夜のメラトニン分泌への影響が小さい可能性も示されています。

近年では、光によって体内時計調整に関与するiPRGC(概日リズム調整に関与する第3の光受容細胞)も注目されており、夜間の光環境が睡眠へ与える影響について研究が進められています。

寝室内環境も非常に重要です。例えば、騒音、暑さ・寒さ、乾燥、換気不足、不適切な照明環境などは、睡眠の質に影響する可能性があります。

Q 良い睡眠をとるためのポイントを教えてください。

A まずは規則正しい生活習慣が基本になります。特に、起床時刻

“よく眠れる”は
住宅の新たな価値になる

Q 住まいづくりにおいて工夫できることはありますか。

A 睡眠改善を考える際には、“覚醒を促しすぎない環境”を整えることが重要だと考えています。例えば、防音性能を高めて外部騒音を抑えることが挙げられます。また、照明計画では、調光・調色機能を活用し、夜は暖色系のやわらかい光へ切り替えることも大切です。一方で、窓の位置やカーテン計画によつて起床時に自然光を取り入れやすくする工夫をするとういでしょう。

“眠る部屋”だけでなく“眠りへ向かうための空間”も重要です。木質感のあるリビングや落ち着いた照明環境、ゆったり入浴できる浴室空間などは、入眠のしやすさを促します。

Q 良い睡眠に寄与する素材はありますか。

A 木材には生理心理的なリラックス効果が期待されており、睡眠環境との関連も注目されています。私どもの研究でもスギ精油の香りが副交感神経優位を促し、リラックスにつながる可能性が示

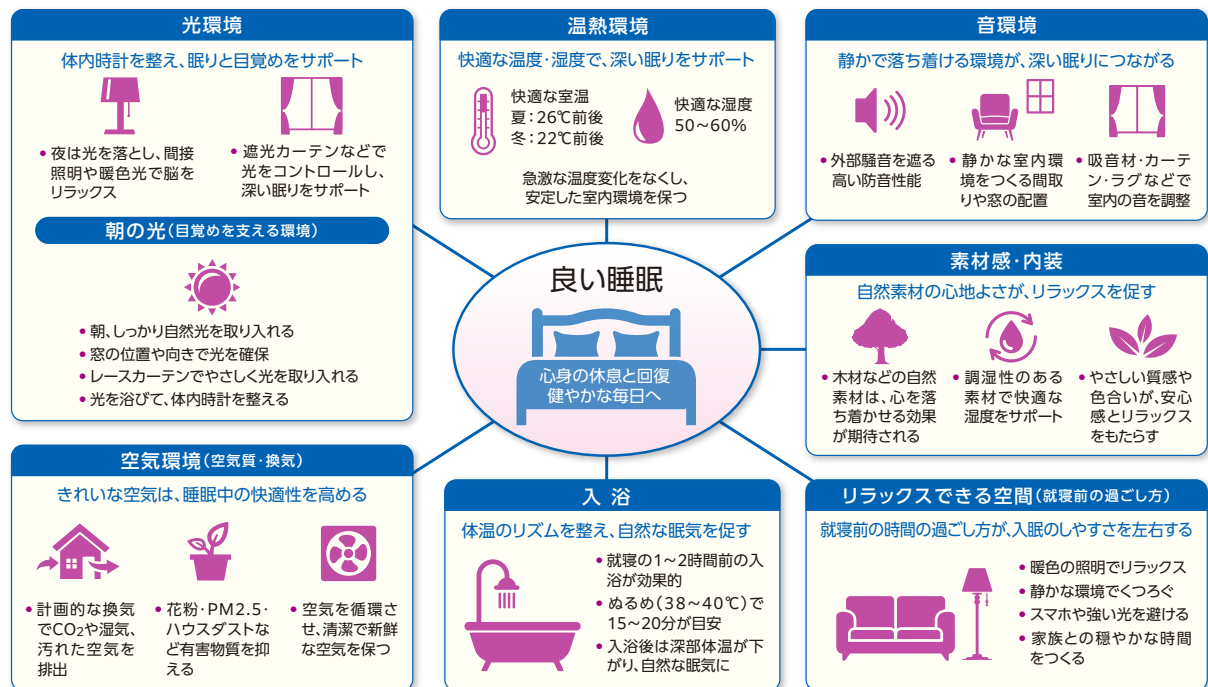
唆されています。

また、無垢材など本物の木材に直接触れることが、心理的な落ち着きや快適性につながるという研究報告もあります。そのため、木質感のある内装や自然素材を取り入れることは有効だと思います。

Q 住宅関連事業者に期待することはありますか。

A これまでは高断熱・高気密住宅は、省エネ性や光熱費削減といった観点から注目されてきました。しかし近年では、健康維持との関連についても研究が進められており、住宅性能を“健康”という視点から捉える重要性が高まっていると感じています。

その中で、今後さらに注目されるテーマの一つが「睡眠」ではないでしょうか。睡眠は生活の質とも深く関わっており、住環境の影響も非常に大きいと考えています。睡眠環境というと寝具などに注目が集まりがちですが、光・音・温熱・空気質・素材感などを含めた住宅全体の環境づくりが重要です。これからの住宅には、単なる快適性だけでなく、“健康を支える空間”としての役割が、より求められていくのではないかと思います。



をほぼ一定にすることや朝にしっかりと光を浴びることは、体内時計を整える上で重要です。人は朝の光に

よつて体内時計を調整しているため、起床後に自然光を取り入れることは、体内時計によって生み出される

睡眠・覚醒、ホルモン分泌といったサーカディアンリズム(概日リズム)の安定にも関係すると考えられています。

就寝前の過ごし方も重要視されています。例えば、寝る直前までスマートフォンやパソコンを見る、強い照明の中で過ごすといった環境は脳が覚醒しやすくなり、入眠を妨げる可能性があります。照明を少し落として低色温度(暖色系)の光にする、間接照明を活用して光刺激を抑える、静かな音環境を整える、木質感のある空間でリラックスするといった工夫は、就寝前の緊張緩和につながる可能性があります。

また、適切な換気によって空気質を保つことは、睡眠中の快適性向上につながるでしょう。

^{*1} 株式会社ブレインスリープとスタンフォード大学睡眠生体リズム研究所による共同解析

^{*2} 色温度：光源が発する光の色を定量的な数値で表現する尺度。単位はケルビン

“静かさと温かさ”を同時に実現する 断熱材「断熱吸音ウール」

DAIKEN 株式会社

● 問い合わせ先



吸音機能を兼ね備えた断熱材。木造住宅の防音室では、断熱材とは別に壁内や床下に吸音材が必要で、壁の厚みや床の高さが増えることにより室内空間が狭くなる傾向にある。省エネ基準適合義務化により、高い断熱性能を有する断熱材を用いることで壁厚や床高がさらに増すケースも考えられる。

そこで、断熱性能と吸音性能を同時に確保しながら、部屋の空間を広く取れるようにするため、従来製品の吸音材「吸音ウール」に断熱性能を持たせた壁・天井用「断熱吸音ウールR」と、床用「断熱吸音ウールB」を開発。耐火個別認定も取得しており、部屋の広さを最大限確保した静かで温かい室内環境づくりに貢献する。

【仕様】 ● 断熱吸音ウールR サイズ：106mm厚さ、430mm×10.9m/巻 材質・密度：ポリエステル繊維・13K 熱伝導率：0.039W/m・K 熱抵抗値：2.7㎡・K/W ホルムアルデヒド規制：告示対象外製品 価格：58,800円/巻

● 断熱吸音ウールB サイズ：90mm厚さ、820mm×910mm 材質・密度：ポリエステル繊維・20K 熱伝導率：0.038W/m・K 熱抵抗値：2.4㎡・K/W ホルムアルデヒド規制：告示対象外製品 価格：35,700円/巻



空気環境を健全に維持する ダクトレス熱交換換気システム「VLR-70シリーズ」

日本スティーベル株式会社

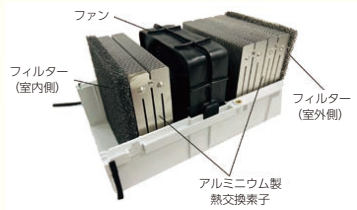
● 問い合わせ先



大がかりなダクト配管工事が不要で、壁に直接設置できる第一種熱交換換気システム。ダクトレスのため、施工時間とコストを大幅に削減する。吹き抜け空間やスキップフロアなど、ダクト配管の設置が難しい間取りでも設計の邪魔をせずに導入できる。約50秒間隔で排気と給気を交互に行い、高い熱交換効率で冷暖房の無駄を抑えながら確実な換気を実現し、結露も防止する。また、ブリーツ状の高性能フィルターの使用で花粉やPM2.5をシャットアウトして空気質を整える。

壁付けコントローラ1台につき最大8台までの操作が可能。熱交換をしない換気運転モードを標準搭載しており、例えば夏に、外気が涼しい夜から朝にかけて、外気を直接取り込むことで、冷暖房費の削減と快適な睡眠環境を両立することも可能だ。

【仕様】 定格電圧：100V 50/60Hz 前面パネル寸法：(幅×高さ×奥行) (mm)：257×257×45 (開状態：65) 本体質量：前面パネル (kg) 0.9、ファンユニット (kg) 2.0 ファンモーター：DCモーター カラー：ホワイト (W)、マットグレー (G)、マットブラック (B) 価格：89,000～115,500円



“眠る前に過ごす部屋”がコンセプトの システムバスルームプラン「おやすみBEVAS」

パナソニック ハウジングソリューションズ株式会社

● 問い合わせ先



浴室を快眠のための準備段階と位置付け、「眠る前に過ごす部屋」をコンセプトにした新しいバスルームプラン。睡眠改善の専門家監修の下、リラクセスに導く空間設計を具現化した。特徴的な機能の一つが、まるで日が暮れていくように光を変えられる明かりだ。天井照明は調色が可能で、カウンターの間接照明のON/OFFと組み合わせれば照度を緩やかに落としていくことができる。浴室内を徐々に暗くすることで、目への光の刺激を和らげ自然な眠りに導くいきつけになると考えられる。また、天井を黒色にして光の反射を抑え、落ち着いた空間にすることでリラクセス感を高めることを目指す。さらに、首から肩甲骨にかけて浴うように設計されたリクライニング浴槽を採用。心地よい浮力を感じさせながら入浴時の姿勢を安定させる。他にも、微細なマイクロバブルを発生させる「酸素美泡湯」などが選択可能で、心地よい眠りを誘うリラクセス空間としての工夫が凝らされている。

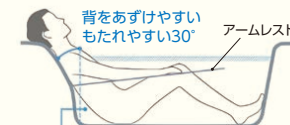
【仕様】 ● プラン例 プラン番号：BVS6412 浴槽：スゴピカ浴槽・グロスホワイト (保温浴槽Ⅱ・酸素美泡湯) 壁柄：シャクダニ石柄 (全面同柄/パネル B グレード) 床：3Dプロテクトクリーンフロア (スミピカ/ささっとキレイ仕様) ホワイトテラゾー (ささっとキレイ排水口仕様) 1616サイズ (1坪) 価格：1,725,000円

※ 価格改定により2026年10月1日から掲載価格×1.1倍



ゆったり入浴

やわらかな印象を強調した大きめの曲線。ゆったりと背中をあずけて、くつろぎ感を味わえる。



腰の後ろにもお湯がまわるのであたたかい

“良い睡眠へ導く住まい” に役立つ建材

特集

“良い睡眠”は住まいから

心と体の調子を整え、日々の健康や仕事のパフォーマンスに影響をもたらす睡眠。眠りの場所である住まいづくりでは、調湿や防音、換気、入浴環境など、様々な工夫を取り込むことで毎日の睡眠をより良く整えることができるはずだ。そこで編集室が選んだ、上質な睡眠へと導く空間づくりに役立つ建材を紹介する。

睡眠への効果を科学的に検証した 木の塗り壁材「Mokkun」

ヤマガタヤ産業株式会社

● 問い合わせ先



プレカット工場などで発生する木の端材を微粉碎し、砂や火山灰などと混ぜ合わせた自然素材由来の塗り壁材。ヒノキとスギの2種類があり、いずれも「ぎふ証明材」の端材が再利用されている。

岐阜大学との共同研究で科学的な性能評価を実施しており、香りを吸入することで生理的なリラックス効果が得られ、ストレスが抑制されることを確認。また木の香りに含まれる成分の鎮静作用により、入眠を促し睡眠の質を向上させることも分かっている。

また、微粉碎による表面積の最大化で優れた吸放湿性能を発揮し結露を抑制する他、不快な臭いを消臭する効果もある。一見して木質に見えないことが本製品の特徴であり、内装を木質化するための高機能な建材として提案できる。

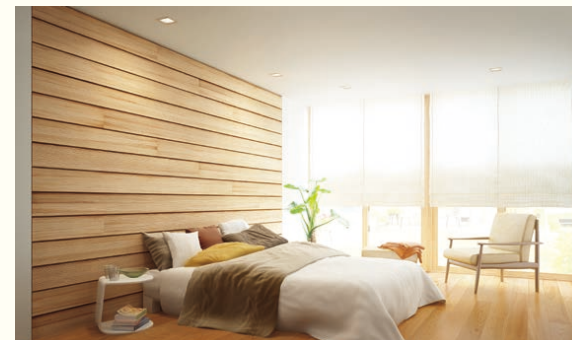
【仕様】 重量：1袋2kg入 カラー：亜麻色(無垢)、象牙色(白)、消炭色(グレー)、岩井茶(グリーン)、利休色(ブルージュ) ※着色タイプはヒノキのみ タイプ：パウダー(木粉粒度約100μ)、チップ(木粉粒度約1mm) 樹種：ヒノキ、スギ 標準使用量：1袋当たり約5㎡施工可能(1.5mm厚で施工の場合) 施工方法：コテ塗り 施工場所：内装用(浴室、直接水がかかるところは施工不可)



木の調湿機能を最大化し豊かな意匠を創り出す 内装パネル「the wall 桧/杉」

朝日ウッドテック株式会社

● 問い合わせ先



木の素材感を生かした国産材の天井・壁パネル。木には周囲の環境に合わせて水分をゆるやかに吸放湿し、室内の湿度変化を抑える働きがある。450mmモジュールの方形の「スクエアタイプ」と、長尺3mの「ボーダータイプ」は、木の調湿性能を最大限生かす厚みのあるデザインで、木質素材として初の「調湿建材マーク※」を取得している。また、壁から浮かせて施工することで、表面だけでなく裏面からも吸放湿が可能。木が持つ香りや手触りと相まって、快適な空間をつくり出す。

また、表面に繊細な凹凸加工を施し、昼間は自然光で木肌の風合いを、夜は間接照明で浮かび上がる陰影を楽しむことができる。経年による色変化、節や色のばらつきといった自然素材ならではの個性を生かし、内装に豊かな表情を与える。

※ (一社) 日本建材・住宅設備産業協会が一定以上の調湿性能を有する建材に与える認定マーク

【仕様】 スクエアタイプ：450mmモジュール型 ボーダータイプ：長尺3m スリムタイプ：壁下地からの厚み19.5mm デザイン：(桧) ソフト・ウェーブ、ストレート・デコラ、ストレート・リブ、ストレート・シンプル、ブロック/ (杉) ソフト・ウェーブ、ストレート・デコラ、ストレート・リブ、ストレート・シンプル、ブロック、シンプル・リヴ、フラット、もくだし 価格：桧 56,760～101,460円/㎡、杉 25,650～80,150円/㎡

デザインの例



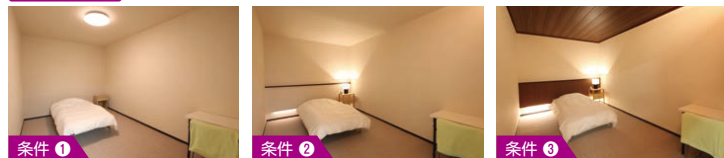
ソフト・ウェーブ



ストレート・デコラ

図1. 試験空間と評価方法

試験空間

条件1
標準的な部屋：
白いクロスに直接照明条件2
間接照明の部屋：
白いクロスに間接照明条件3
木の内装と間接照明の部屋：
天井と枕元の木質化と間接照明

物理評価	室内の光の波長成分を測定
心理評価	起床後のアンケートで「熟睡感」など主観的な睡眠の質を評価
生理評価	ベッド下のセンサーで体動（寝返り）、身体装着の電極で心拍数を計測し、睡眠の深さや質、リラックス度を測定
作業能率評価	起床後のパソコンゲームの速度と正確さから疲労回復度を測定

評価方法

“木の内装×間接照明”が 良い睡眠につながる

疲労緩和や快適性の向上など木がもたらす様々な効果を科学的に検証してきた住友林業の筑波研究所。内装の木質化による快眠効果についても研究を重ね、木質化した内装と間接照明を組み合わせることで、睡眠の質が改善し、疲労軽減にも効果があることを実証している。

寝室の内装に木材を取り入れることは、睡眠に良い影響を与える工夫の一つです。例えば、木材の持つ光学的特性の一つに、青色波長（ブルーライト）を吸収し、赤色波長成分を反射する効果があります。LED照明に含まれる青色波長は、眠りを促す睡眠ホルモンであるメラトニンの分泌を抑制するという働きがあるため、就寝前にこの青色波長を浴びることは、入眠を妨げかねません。そこで、寝室などの内装を木質化し、赤色波長成分のみを反射することで、室内が温かみのある空間と

なるだけでなく、青色波長を効果的にカットし、眠りにつきやすい環境づくりにも役立ちます。

このような木材の効果を最大限に発揮するには、間接照明の活用も重要です。木質内装であればシーリングライトなどの直接照明でも青色波長の低減に一定の効果はあります。しかし、木材の壁や天井に光を反射させる間接照明を組み合わせれば、照明光を直接目に入れることなく、青色波長をさらにカットできるため、より入眠しやすい環境を整えることができます。

4つの指標から 睡眠の質を科学的に評価

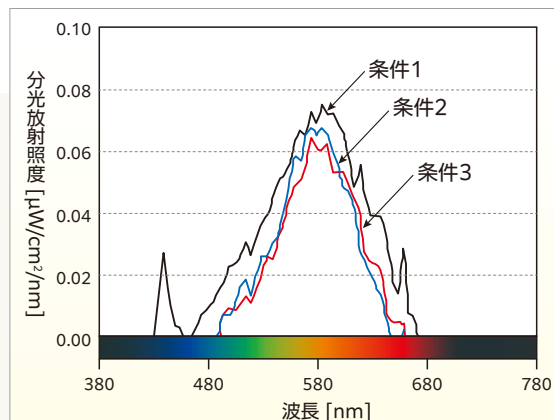
当社では、「木の内装と間接照明を組み合わせ快適な睡眠へ導く居室環境の研究」を実施し、その効果を科学的に検証しています。

睡眠の質を比較するため、**条件1**

標準的な部屋：白いクロスに直接照明
条件2 間接照明の部屋：白いクロスに間接照明、**条件3** 木の内装と間接照明の部屋：天井と枕元の木質化と間接照明という3つの部屋を用意。評価方法は、【物理評価】【心理評価】【生理評価】【作業能率評価】という4つの指標（図1）で健康男性11名を対象として睡眠の質を検証しました。

その結果、物理評価では**条件2・条件3**の部屋では青色波長が生じず、**条件3**は**条件2**に比べて赤色波長が多くなることが分かりました（図2）。心理評価では、**条件3**の被験者に熟睡感が有意に高いことが示されています。生理評価でも**条件3**の被験者に、就寝前のリラックス時間において心拍数の有意な低下が見られ、中途覚醒時間が短い傾向も認められました。そして作業能率評価では、起床後の認知課題の取り組みで**条件3**の被験者のエラー数が少なく、脳の疲労がより効果的に回復していることが証明されています。よって、木の内装と間接照明の寝室環境が入眠に適した副交感神経優位な状態へとスムーズに移行させ、睡眠の質を改善し、起床時の眠気及び疲労感を軽減すると結論付けることができました。

図2. 分光放射照度の計測結果



出所：杉野友啓、山田浩嗣、梶本修身：木の内装と間接照明を組み合わせた寝室環境による睡眠の質改善と疲労軽減効果
日本補完代替医療学会誌 第12巻 第2号 2015年9月：pp. 55-64

現在、眠りに適した住空間の提案や、当社の高齢者施設「グランフォレスト」シリーズの寝室に木質内装と間接照明を導入するなど、研究結果の活用も進んでいます。今後は実験室レベルから、顧客が実際に使う住宅やホテルなどでのフィールド調査へと検証を広げ、より顧客に近い環境でのエビデンスを積み重ねることで、説得力のある提案につなげたいと考えています。また宿泊施設、高齢者施設などの非住宅分野への提案や海外展開も視野に入れて、取り組みを進めていきます。



住友林業株式会社
コーポレート本部筑波研究所
住宅・建築2グループ
主任研究員

山田 浩嗣



ここでちょっと一息

Coffee Break

Vol.
96

住宅業界の旬な話題をお届けします！

住生活ジャーナリスト 藤井 繁子

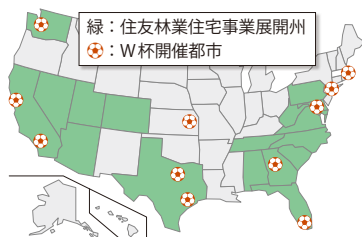
『月刊 HOUSING』編集長・リクルート住まい研究所主任研究員などを経てフリージャーナリストに。マンション購入・戸建て建築・リフォームと自邸で実践しながら、国内外で取材・コンサルティング活動を行う。



世界が沸騰！ W杯と巨大IPO 日本市場もターニングポイント

記事執筆中の6月中旬、FIFAワールドカップ2026が開催されました。北中米で開催される史上最大規模の大会とあって経済効果もかなり期待されます。その開催地を見て、日本の住宅会社が進出するエリアを思い浮かべたのは私だけでしょうか？

【W杯開催地（米国内）と住友林業の住宅事業展開エリア】



住友林業の他、積水ハウスや大和ハウス工業も海外展開を広げ、米国における住宅供給数は日本国内よりも多くなっている

同時期、米国を震源地に世界を沸かせたのは、史上最大の新規株式公開（IPO）をしたスペースX社。調達した資金総額は約12兆円で、上場時の時価総額は約283兆円です。事業分野が宇宙だけに、1企業とは思えぬ数字……これには小市民も夢に乗っかっていくしかない！

年内にはアンソロピック社、オープンAI社と巨大上場ラッシュが予定され、株式市場全体がどう反応するのが注目されますが、世界から資金が集まる米国への投資を、日本の住宅・不動産業界も引き続き継続するでしょう。

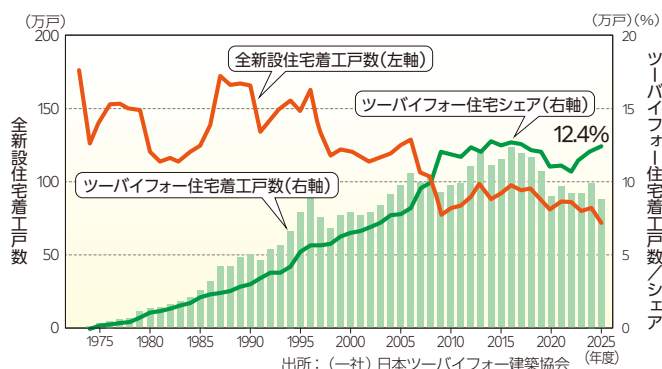
日本経済も沸く！ 住宅市場への影響は

一方、日本国内にも歴史的な節目が到来しました。まず、株式市場で日経平均が初めて7万円を突破！バブル期の2倍弱とは、これも夢のような事態です。同時に日銀の1.0%程度への利上げ決定で、1995年以来31年ぶりの高水準金利に達しました。秋には住宅ローンにも反映されるので、住宅購入者の動向が気になります。

日本経済のエポックメイキングな出来事が続く中、住宅業界では（一社）日本ツーバイフォー建築協会が設立50周年という節目を迎えました。北米の合理的な2×4工法が日本でオープン化され、日本の風土に合わせた技術開発で供給戸数は累計350万戸以上となりました。

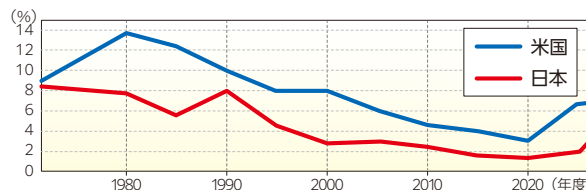
ツーバイフォー住宅の着工数の増加とは対照的に、1990年代後半から全新設住宅着工戸数（上グラフ、オレンジ折れ線）は減少し、年間80万戸を割っています。さらに、住宅ローン金利の推移（下グラフ）を日本（赤）・米国（青）で比較してみました。かつての日本では金利上昇局面で住宅購入ラッシュが起こりましたが、人口減少フェーズ

【全新設住宅とツーバイフォー住宅の着工戸数推移】



ツーバイフォー住宅のシェアは全体の約12%。
木造の中層・大規模建築のニーズも高まっている

【日米住宅ローン金利の過去50年の推移イメージ※】



に入って低迷しています。一方、人口増加が続く米国では、金利は日本の倍以上で住宅価格も高騰しているにもかかわらず、販売戸数は増加（2025年約472万戸）しており、“人口・所得・住宅不足”がその購買力を支えています。

日本の住宅市場のターニングポイント

縮小する日本の住宅市場で注目すべきは、新築住宅と中古住宅の販売戸数の推移です。2025年は新設着工約74万戸に対して中古流通約60万～65万戸（推計ベース）と、2000年の新築約120万戸・中古約45万戸から新築の減少と中古の増加が続き、新築と中古の販売戸数が逆転するターニングポイントが間近です（ちなみに米国市場の比率はおおよそ新築1：中古5強）。

そんな市場環境で3月に閣議決定された新たな住生活基本計画では、「住宅ストックの価値最大化」「既存住宅・既存住宅地の有効活用」といった、既存住宅ストックをどう価値化するかが2040年代に向けた政策の中心となっています。

今後、相続住宅の増加によって活性化が見込まれる空き家再生の事業では、リフォーム・解体・リノベや買取再販・賃貸活用など小回りの利く地元工務店にチャンスがありそうです。住宅会社が「家を建てる会社」から「資産価値を高める会社」へと転換する時代の到来です。

注目企業を訪ねる

付加価値創造に挑戦

「パートナー企業で最も多い業種は福祉関係ですが、まちづくりや空き家活用に取組む不動産・建築関係、食品関係、葬儀会社など様々です。地域の未来を考え、地域に貢献できる中長期的な取り組みを模索する経営者が多いですね。パートナー企業の

——これまでに累計411人以上のシニアが活躍している。対象は60歳以上で、最年長は88歳だ。収入確保というメリットはもちろん、生きがいが見つかることで心身に良い影響を与えている。

「サポート役のパートナー企業が担う役割は2つあります。食堂となる物件の提供と、『コミュニティサポーター』と呼ばれる担当者を1人配置して、現場運営の困りごとを解決することです。当社は、パートナー企業の開業支援やコミュニティサポーターの研修を行っています。運営主体はあくまでシニアであり、だからこそ自ら店を良くしていこうというアイデアが生まれ、知見も生きてきます。その結果が店舗ごとのオリジナリティーにつながり、食堂の利用者からも好評を得ています」

シニアの得意分野を生かす
ジバー○○の可能性は無限大

管理などシニアが苦手な分野は地元の企業がサポートするという、地域で自走する仕組みを構築した。

主役は“じいちゃん・ばあちゃん” シニアの力で地域を元気にする 新時代のプラットフォーム



代表取締役社長
永野 健太 氏

本社 ● 宮城県富谷市 富谷新町95
創業 ● 2023年
資本金 ● 1,775万円
従業員 ● 6名
事業内容 ● シニアと地域のワクワクおしごと創出事業

小規模食堂を起点とした
高齢社会のロールモデル

——地域の料理上手な「じいちゃん・ばあちゃん」が、地域の食材を活用した定食などを提供する「ジバーFOOD」。シニアが持つ知見や経験を生かすジバーFOODの「仕組み」を構築しているのが株式会社ジバーだ。人手不足やシニアの社会参加という課題解決に寄与しながら事業性を確保し、高齢社会の一つのロールモデルとして期待されている。

「私は別会社で不動産関連事業を行っており、商店街の会長さんから『空き店舗を地域のために使えないか』と相談を受けたことが、ジバーFOOD創業のきっかけです。状況を見てみると、少子高齢化が進み空き店舗が増加している一方で、地元のシニア世代はまだまだ元気なのに行きたくないという声がありました。このミスマッ

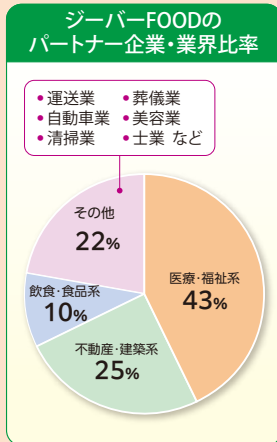
株式会社 ジバー

ここが注目ポイント

シニアが作り手となる
地域に根差した飲食業
「ジバーFOOD」を展開

組合の導入で主体性を確保し
シニアの“生きがい”を創出

全国に展開可能な
地域自走のプラットフォームを構築



ジバーFOODの仕組みとメリット



街仲食堂の一汁一菜メニュー例（おむすび、豚汁、漬物）



料理上手なシニアが地域の食材を活用し、手作りの料理で地域に健康を届ける「街仲食堂」。店舗は空き家などを活用している

「顧客からの『ありがとう』や地域の人の交流の場となるのがシニアの満足度につながり、ひいては地域の魅力向上や活性化にもつながると気づかれました。食堂を起点にシニアが活躍しながら豊かに暮らせる、高齢社会のロールモデルになり得ると確信しました」

——「街仲食堂」と名付けられたこの店が他の飲食業と大きく異なるのが、「組合」という組織モデルを導入している点だ。働きたいシニアが1人1000円を出資して組合をつくり、シニアが主体となって食堂を運営していく。シニアの得意なことは最大限生かしてもらいつつ、店舗づくりや会計

社員が「街仲食堂」を社員食堂のように利用することで、コミュニケーションの活性化や組織の一体感につながるなどの好影響もあるようです」

——ジバーFOODでは売り上げの75%が組合員に、25%が賃料やサポート料としてパートナー企業に分配される。ジバーはこの売り上げからは利益を得ず、パートナー企業に対する開業支援の費用のみが収益となっている。

「当社にとって大きな財産は、多くのシニアとのつながりや地域の優良企業との関係構築です。例えば、これまでに認知症を発症した参加者はゼロという結果から、大学と連携して健康寿命に関する検証につながるなど、新たな可能性も探っています」

——同社は2030年までに「街仲食堂」を全国の市区町村すべてに拡大する目標を掲げている。現在は80社とパートナー契約を結び、拠点の拡大を進めているところだ。

「今後は『FOOD』にこだわらず、シニアのもののづくりの知見を生かす『ジバーCRAFT』など、様々なジバー○○を展開していきます。トライ＆エラーを繰り返しながら高齢化をポジティブに捉え、世界がうらやむ高齢社会のロールモデルづくりに取り組んでいきたいですね」

——商店街の空き店舗をリノベーションしたセントラルキッチンでのスタートは、大々的なPRで注目を集めたものの、早々に理想と現実のギャップが生じる。生産性を追求すればシニアの良さを生かせず、モチベーションも上がらない。参加するシニアがやりがいを感じ、その活躍が地域を元気にする方法を模索し、行きついたのがシニアの作る食事を提供する小規模食堂だった。

チを解消したいと考えたとき、シニアが持つ知見を生かしつつその良さを顧客に体験してもらえるのは「食」だと思いました。現代の食に関わる課題である栄養の偏りなどの解決にもつなげるため、最初に挑戦したのが弁当の製造です」

「森林・林業基本計画」の変更を閣議決定 木造住宅の国産材率を6割に ―― 林野庁

森林・林業施策の基本的な方針などを定める「森林・林業基本計画」はおおむね5年ごとに見直されており、政府は6月5日に新たな基本計画を閣議決定した。変更された基本計画では、環境配慮やウェルビーイングの観点から木材利用への期待が高まっていることを踏まえ、林業経営の採算性と持続性を高める^{きょうしん}国産材サプライチェーン構築の目標を掲げ、国産材の利用拡大を進めるとしている。多様で健全な森づくりにより、森林・林業・木材産業の好循環を生み出し、百年つづく「森の国・木の街」の実現を目指す。

国産材の利用拡大と幅広い需要の創出に向けて、住宅での国産材利用促進や非住宅分野の木造・木質化などを掲げる。住宅分野では、木造住宅などにおける国産材率を2024年の5割から2030年に6割とする目標を示している。柱材や面材などでの利用拡大に加え、国産材比率が低位な横架材や2×4工法用部材などでの利用を促進する。また、リフォーム需要を取り込むため、柱材など耐震化への

の活用や、大径材・広葉樹などを活用した内装材の開発推進、木塀など外構部での活用を図る。

非住宅分野などではハイブリッド工法（混構造）による利用拡大を念頭に、競争力のある木質耐火部材などの開発、CLTや集成材の寸法標準化などを進める。

■ 新たな基本計画の主な施策

国産材の利用拡大と幅広い需要の創出	- 改正SHK制度やLCCO₂などによる国産材利用効果の見える化 - 非住宅・中高層建築物など、都市の木造化の多角的推進 - 大径材、広葉樹材などを活用した内装材などの需要創出 - CLT、ツーバイフォー材などの製品輸出の戦略的拡大 - 木質系新素材の開発・実装
需要に応じた国産材の供給力強化	- 施設の規模拡大、工場間連携、ストック機能強化 - JAS製材設備、大径材対応設備などの戦略的整備 - 中小地場の工場などによる高付加価値製品の持続的供給の確保
スマート林業技術の実装などによる持続的な林業の確立	- 安全確保や生産性向上に向けた遠隔操作や自動運転の機械などの実装 - 森林の総合的利用や「J-クレジット」を山村所得などにつなげる「森業」の推進
強靱なサプライチェーンの構築	- 再造林コストや森林・木材の持続性に関する情報の共有・相互理解、合理的な価格形成 - ICTなどによる原木流通コーディネート機能の強化

2026～2040年度の新設住宅着工戸数を予測 ～新築ZEHと共に、ストックの性能底上げを～ ―― 株式会社野村総合研究所

野村総合研究所は、日本における「2026～2040年度の新設住宅着工戸数」「2025～2040年のリフォーム市場規模」を推計・予測し、既存ストックの省エネ改修などを含む「ZEHの普及シナリオ」を提言した。

① 新設住宅着工戸数（2026～2040年度の予測）

2030年度は80万戸、2040年度は61万戸と見込まれる。利用関係別では、2040年度には持家14万戸（2025年度20万戸）、分譲住宅18万戸（同20万戸）、貸家（給与住宅を含む）29万戸（同32万戸）が見込まれる。

② リフォーム市場規模（2025～2040年の推計・予測）

広義のリフォーム市場規模^{*1}は今後もわずかながら成長を続け、2040年には9.2兆円に達する見込み（2024年は約8.3兆円）。狭義のリフォーム市場規模^{*2}はそれより約1.2兆円小さい規模と見込まれる。

③ ZEH・GX ZEHの2050年目標に向けた普及シナリオ

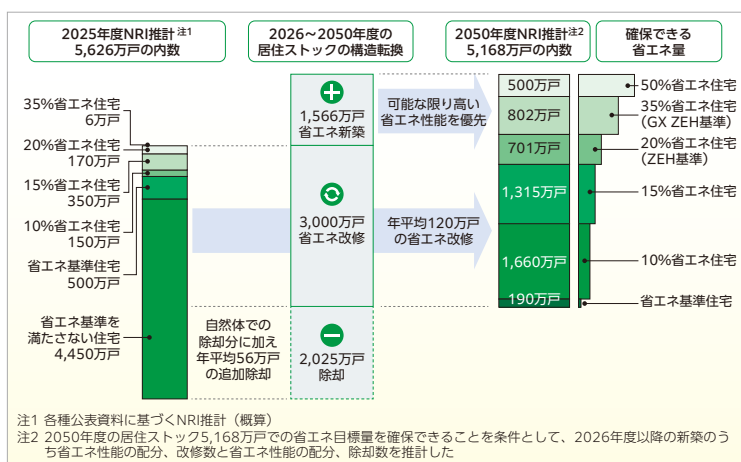
国は「2050年に住宅ストック平均でのZEH基準の水準の省エネ性能の確保を目指す」目標を掲げている。本目標

^{*1} 広義のリフォーム市場規模：狭義のリフォーム市場規模に「エアコンや家具などのリフォームに関連する耐久消費財、インテリア商品などの購入費を含めた金額」を加えたもの

^{*2} 狭義のリフォーム市場規模：「住宅着工統計上「新設住宅」に計上される増築・改修工事」及び「設備などの修繕維持費」

の達成には、「1.6戸の高性能な新築を建てると同時に3戸の既存住宅を省エネ改修し、さらに2戸の老朽化住宅を除却する」という、これまでにない大規模なストックの新陳代謝が求められる。既存ストックに対する戦略的な改修支援や老朽化住宅の計画的な除却推進など、新築・改修・除却の三位一体を通じた官民連携の取り組みが急務となっている。

■ 居住ストック数分布の2025年度現況と2050年度推計



編集室より

■ 弊社ホームページにPDF版を掲載中です。

住友林業 建材マンスリー

検索



■ 送付先の変更、広告掲載・誌面に対するご意見などは以下までご連絡ください。

メールアドレス：kenzai-monthly@sfc.co.jp

住友林業株式会社 木材建材事業本部 業務企画部

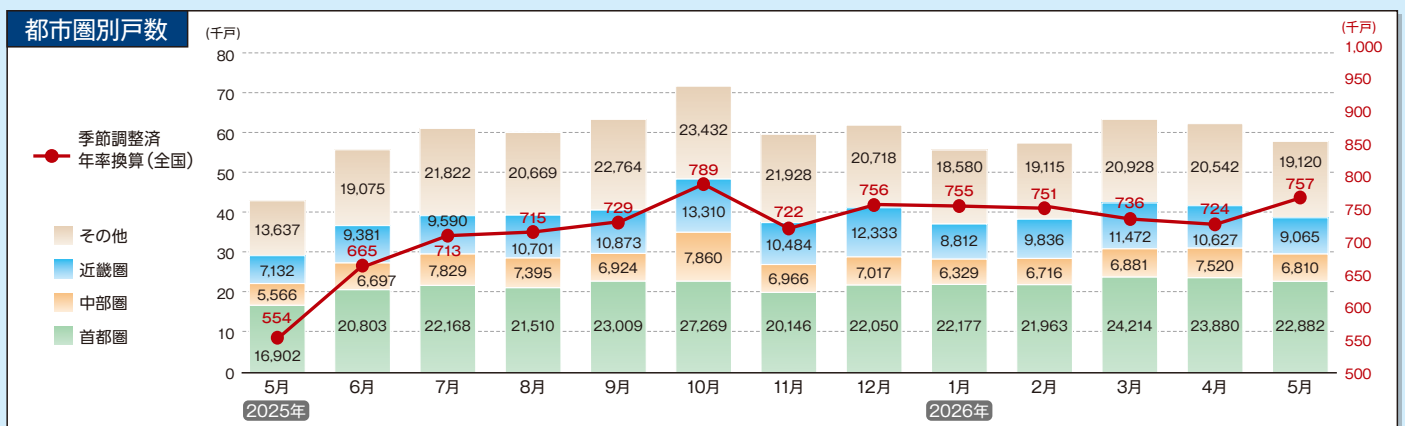
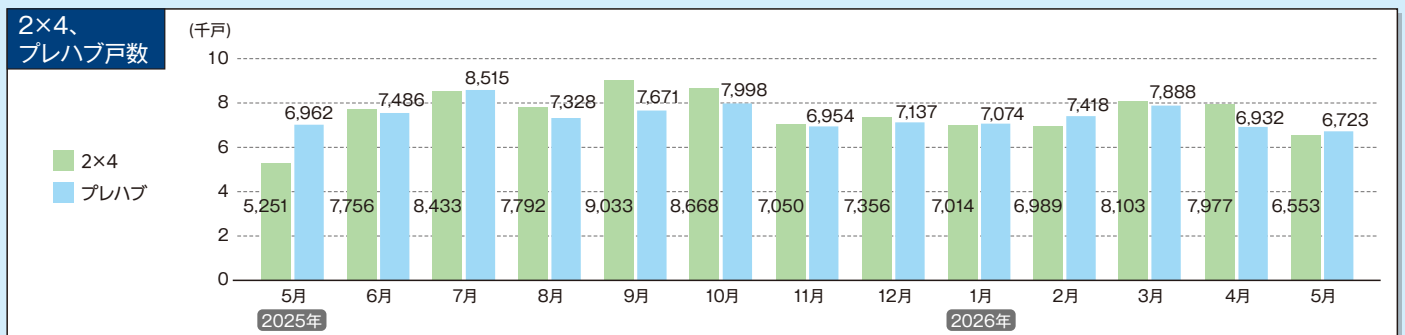
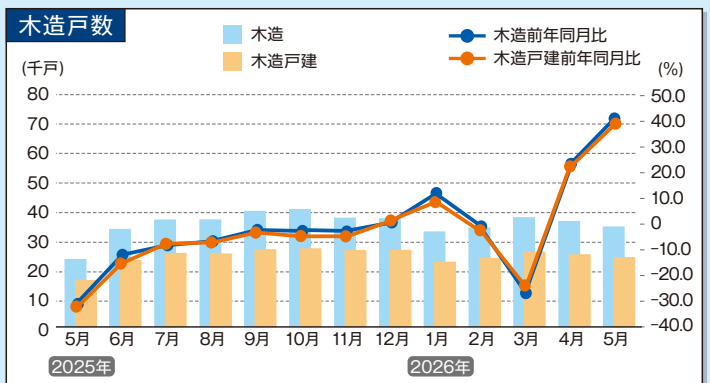
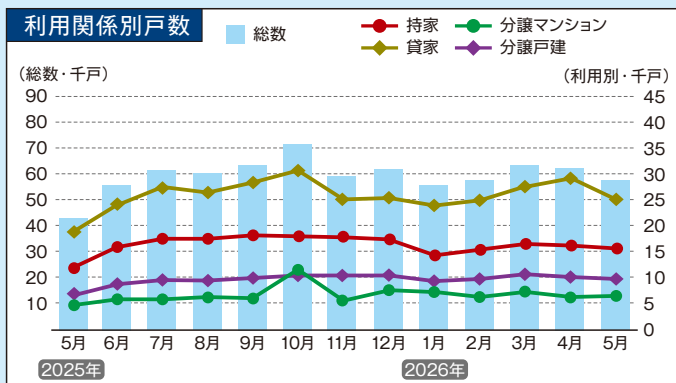
表紙：住友林業（株）住宅事業本部 福井支店 福井（家の森）展示場

* 家具などのインテリア品は実際の展示と異なる場合があります

今年の夏も各地で猛暑が予想されており、熱中症対策がこれまで以上に重要となりそうです。古来より日本人は暑さと上手に向き合う知恵を育んできました。軒先に吊るされた風鈴の涼やかな音色、扇子でそっと起こすひと筋の風、打ち水で和らげる夕暮れの暑さ――どれも先人たちが生み出した生活の知恵です。そんな日本の涼文化に思いを馳せながら、今年は最近ブームとなっているオリジナリティー溢れる「かき氷」を食べに行ってみたいと思います。（S）

2026年5月の新設住宅着工戸数 単位：戸 ▲は減

		5月					4月	3月	2月
		対前年同月比			対前々年同月比				
新設住宅計		57,877	14,640	33.9%	▲ 8,046	▲ 12.2%	62,569	63,495	57,630
建築主別	公共	427	▲ 172	▲ 28.7%	29	7.3%	1,342	1,584	541
	民間	57,450	14,812	34.7%	▲ 8,075	▲ 12.3%	61,227	61,911	57,089
利用関係別	持家	15,708	3,788	31.8%	▲ 1,530	▲ 8.9%	16,296	16,659	15,501
	貸家	25,175	6,282	33.3%	▲ 2,019	▲ 7.4%	29,265	27,678	25,042
	給与住宅	394	▲ 106	▲ 21.2%	111	39.2%	306	628	474
	分譲住宅	16,600	4,676	39.2%	▲ 4,608	▲ 21.7%	16,702	18,530	16,613
	うちマンション	6,575	1,797	37.6%	▲ 4,401	▲ 40.1%	6,293	7,463	6,440
	うち戸建	9,824	2,741	38.7%	▲ 282	▲ 2.8%	10,156	10,806	9,893
資金別	民間資金	52,929	13,626	34.7%	▲ 8,105	▲ 13.3%	56,206	57,035	52,519
	公的資金	4,948	1,014	25.8%	59	1.2%	6,363	6,460	5,111
	公営住宅	387	▲ 187	▲ 32.6%	▲ 2	▲ 0.5%	935	1,495	534
	住宅金融機構融資住宅	1,169	322	38.0%	▲ 404	▲ 25.7%	1,221	1,229	1,096
	都市再生機構建設住宅	0	0	—	0	—	361	0	0
	その他住宅	3,392	879	35.0%	465	15.9%	3,846	3,736	3,481
構造別	木造	34,645	10,082	41.0%	▲ 1,033	▲ 2.9%	36,559	37,883	34,341
	非木造	23,232	4,558	24.4%	▲ 7,013	▲ 23.2%	26,010	25,612	23,289
	鉄骨鉄筋コンクリート造	216	▲ 266	▲ 55.2%	▲ 162	▲ 42.9%	216	287	216
	鉄筋コンクリート造	16,057	5,348	49.9%	▲ 5,404	▲ 25.2%	18,553	17,844	15,193
	鉄骨造	6,927	▲ 474	▲ 6.4%	▲ 1,437	▲ 17.2%	7,213	7,462	7,854
	コンクリートブロック造	22	▲ 6	▲ 21.4%	▲ 4	▲ 15.4%	15	13	14
	その他	10	▲ 44	▲ 81.5%	▲ 6	▲ 37.5%	13	6	12

(出典：国土交通省ホームページ http://www.mlit.go.jp/statistics/details/jutaku_list.html)



YOSHINO
安全で快適な住空間を創る 吉野石膏



サステナブルな選択 資源をつなぎ、循環型社会へ

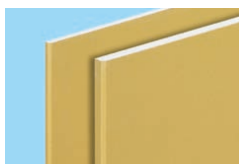
吉野石膏は、1995年に建材業界で初めて再生活用事業の個別指定を受け、リサイクルせつこうを活用する技術開発を推進してきました。

近年、分別回収技術が進歩し、安定的な量のリサイクルせつこうを確保できるようになったことに加えて、リサイクル100%を求める市場の要望が高まり、リサイクルせつこうの受け入れをより増すことが可能になったため、主原料がリサイクルせつこう100%である「タイガーR100」を商品化しました。

タイガーR100は、建築現場などから出るせつこうボードを回収・再利用したリサイクルせつこうを100%使用し、製造における二酸化炭素排出量が0.81kg・CO₂eq(※1)と革新的に小さい値を実現しました。

タイガーR100は、二酸化炭素排出量削減とリサイクルを軸に、カーボンニュートラルと循環型社会の実現に寄与する製品です。

※1 SuMPO EPD タイプIII環境宣言における、原料調達・原料輸送・製品製造時の1㎡あたりの二酸化炭素排出量(気候変動 IPCC 2013 GWP 100a)を計算した、厚さ12.5mmのタイガーR100の値



タイガーR100

規格・形状 JIS A 6901 せつこうボード 不燃:NM-8619 寸法:厚さ12.5mm、幅910mm×長さ1820mm等



エコマーク認定商品
24123004



吉野石膏株式会社

〒100-0005 東京都千代田区丸の内3-3-1 新東京ビル お問い合わせは 吉野石膏DDセンター 03(3284)1181

建材マンスリー
No.729

JULY
2026

7

昭和39年8月創刊 第62巻 令和8年7月1日発行(毎月1日発行) 通巻729号
発行人/細谷 洋一 発行所/建材マンスリー編集室 〒100-8270 東京都千代田区大手町1-3-2(経団連会館)
住友林業株式会社 木材建材事業本部 業務企画部