

今回のテーマは刑務所。刑務所といえど、小説や映画などで有名な「アルカトラス」や「網走刑務所」などをイメージする方が多いと思いますが、今回紹介する刑務所には残念ながらそんなドラマティックな要素はまるでありません。なぜならここはイギリス海峡に浮かぶ全周

約64キロメートル、人口562人（2023年現在）の小島、サーク島にあるたった2部屋の刑務所。世界最小の刑務所としてギネス世界記録に認定されています。この刑務所には独自の収容人数も2名限定です。広さはおよそ2×2.5畳ぶんほどと狭く、小

では一体どんな人たちがこの刑務所のお世話になるのか気になるところですが、島で騒ぎを起した観光客や酔って暴れた地元住民の一次的な拘留に使用されているようです。サーク島は車の乗り入れが禁止されており、移動は馬車かトラクター。バスや救急車などもトラクターが牽引するトレーラー仕様のため、少なくともスピード違反等の交通違反でこの独房に入れられることはないようです。

季節のお出かけ情報

2025.12月～2026.1月
福岡 | 佐賀 | 大分

CANAL CHRISTMAS MIRACLE OF LIGHT
3Dプロジェクションマッピングと噴水、音楽、光が運動するエンターテインメント「キャナルアクアパノラマ」。クリスマス期間限定の雄大なストーリーと館内のイルミネーションが連動する特別なショーをお楽しみください。
期間：11.13（木）～12.25（木）
会場：福岡市 / キャナルシティ博多

光のミュージアム
～Pleasure & Happiness of Lights～
石橋文化センター開園70年を記念し、夜景評論家 / 丸々もとお氏プロデュースの初イルミネーション「光のミュージアム」を開催。光と音のショーや幻想的な森の光で来場者を魅了します。
期間：11.22（土）～12.27（土）
2026.1.3（土）～1.18（日）
※1.3～1.18は金土日祝のみ開催
会場：久留米市 / 石橋文化センター

ジャパンモビリティショー 福岡 2025
国内外の最新市販車やコンセプトカーをはじめ、試乗会など体験型イベントが盛りだくさん！クルマだけでなく「未来の移動（モビリティ）」を感じられる多彩な展示も必見。進化する技術とデザインを、ぜひその目で体感ください。
期間：12.18（木）～12.21（日）
会場：福岡市 / マリンメッセ福岡

ダイナソーパーク
恐竜たちがやってくる！大きな恐竜に乗ったり、化石探検体験、恐竜の卵を探すナゾゲームなど盛りだくさん。1月2日は、2匹の恐竜が大暴れする大迫力恐竜ショーが開催されます。
期間：12.20（土）～2026.1.12（月）
会場：福岡市 / BOSS E-ZO FUKUOKA

武雄温泉駅前マルシェ
～パンとスイーツの旅～
大好評のパン＆スイーツマルシェ。九州の有名パン屋さんやスイーツ店が大集合！甘い香りに包まれる2日間。ステージイベントやワークショップも開催。ほっこりあたたかな時間を過ごしませんか？
期間：2026.1.10（土）・11（日）
会場：武雄市 / JR武雄温泉駅南口駅前広場

金曜ロードショーとジブリ展
1986年に「風の谷のナウシカ」を放映して以来、数々のジブリ作品を放映し続けている「金曜ロードショー」。本展では、ジブリ作品の公開年や「金曜ロードショー」が初放送された時代を振り返りながら、映画の魅力に迫ります。「腐海」を表現した「風の谷のナウシカ 王蟲の世界」も見どころ。
期間：2026.1.17（土）～3.31（火）
会場：大分市 / 大分県立美術館

マンションのリフォーム・リノベーションは
リノホーム福岡（リズモア）にお任せ下さい

ホームページで「施工事例」公開中

不動産売却物件募集中
（マンション・一戸建て・土地・事業用）
無料査定・買取りも致します。ご相談下さい
☎ 092(592)8407 E-mail info@rinohome.com

室温と健康年齢



住まいの雑学

適切な室温は18度以上
「人生100年時代」といわれる現代、気になるのは「健康に」長生きできるかどうかという点。つまり健康年齢を延ばすことが重要なポイントになります。そこで今回は住まいの温度（室温）と健康年齢の関係について考察してみます。

皆さんは室温が健康年齢や健康寿命に深く関わっていることをご存知でしょうか。とくに冬場の室温が生活者の健康面に大きく影響することが国内外の調査や研究で示されており、その結果として注目されるのがWHO（世界保健機関）が2018年に公表した「住宅と健康に関するガイドライン」です。



このなかでWHOは「冬場の室温は18度以上にする」と強く推奨しています。18度以上に保つことで「血圧の安定」「脳の健康維持」「活動

健康を維持するためには冬場の室温を18度以上に保つだけでなく、キッチンやトイレ、浴室など部屋以外の場所との温度差を小さくして急激な温度差にさらされないようにすることがとても大切です。そこで、いまお住まいの家を暖房器具ばかりに頼らず、より温かく健康によい家にするために注目したいのが「家の断熱」です。

家の断熱には「住宅の品質確保の促進等に関する法律」に基づいて国土交通省が設けた「断熱等級」という指標があります。断熱性能のレベルによって等級1から7までの7段階にわかれており、数字が高ければ断熱性能が高いことを示しています。断熱性能を高めると家の中の温度が一定に保たれやすく、温度差も解消されるのでヒートショックのリスク低減や高血圧などの疾病予防にもつながるのです。



断熱は経済的

さらに経済的な面に着目しても、断熱等級2の場合は電気代（エアコン）が2万8000円、断熱等級4では1万3000円、断熱等級6では7000円に下がったという結果も報告されています。すまいの断熱性能を高める方法はいろいろありますので、家族の健康や省エネについて気になった方は一度、建築業者さんなどに相談してみられることをオススメします。

液晶テレビの画面の汚れはおもにホコリや手あか（指紋など）によるものですが、部屋で揚げ物をしたときの油や掃除用スプレーの粒子、煙草のヤニなどが付着していることがあり、思った以上に汚れています。しかし、だからといって「水拭きする」「ティッシュやメラミンスポンジで拭く」「洗剤のスプレーやガラスクリーナーを使う」のはNG。液晶画面の表面には映像がきれいに映えるよう画面への映

り込みを抑える加工が施されており、掃除で表面を傷つけたリコーティングを剥がしてしまう可能性があります。除菌シートやスプレーなどアルコールやエタノールなど揮発性の高いものも画面を傷めることがあり、使わないようにしましょう。液晶画面の正しい掃除の手順は①電源プラグを抜く②ハンディモップで表面のホコリを払う③クリーニングクロス（なければ眼鏡拭きなどのやわらかい布）で拭く④落ちない汚れがあれば100倍に薄めた中性洗剤をクロスに含ませて、かたく絞り、汚れを試き取ってからすぐに乾拭きする、の流れです。いっしょにテレビの背面とリモコンもきれいに掃除したいもの。背面はまず掃除機でホコリを吸い取ってから、リモコンは電池を抜いて綿棒や爪楊枝などでさまの汚れを掻き出してから、それぞれ最後は手順④で仕上げます。

Vol.105

新リノホーム新聞

newspaper
'25 Dec.

発行所
(株)リノホーム福岡
福岡県福岡市博多区寿町2-4-11
南福岡プラザビル1F



すまいdeスマイル
7年12月号

量の増加「呼吸器疾患リスクの低減」につながり、結果的に健康寿命を延ばすというのです。具体的に、室温18度以上の家に住む人はそうでない人に比べて健康寿命が約4年長いという研究結果もあります。

イレ、浴室など部屋以外の場所との温度差を小さくして急激な温度差にさらされないようにすることがとても大切です。そこで、いまお住まいの家を暖房器具ばかりに頼らず、より温かく健康によい家にするために注目したいのが「家の断熱」です。

すまいライフ

