

1 信州の快適な住まいをつくるために WHAT IS THE SAH?

- 6 はじめに 編集委員会
- 8 SAH会とは何か? 会長●高木直樹

2 いい家を手に入れるために HOW TO BUILD

12 SAH版 いい家のつくり方

高木直樹●信州大学工学部建築学科教授
西川嘉雄●長野工業高等専門学校環境都市工学科教授

14 序章 これからの「いい家」——健康で快適な生活ができる省エネ住宅

18 Aさん夫妻家を建てる 「断熱・気密」を知る

22 いい家の温度と湿度

26 「換気・暖冷房」を知る

27 いい家の換気

30 いい家の暖冷房

34 「窓」を知る

3 工務店って知ってる? WHAT IS THE KOUMUTEN?

40 工務店で家を建てるということ 編集委員会

44 CASE STUDY

会員工務店の住宅実例

CASE 1●青木ハウジング／CASE 2●ホクシンハウス／CASE 3●しなのいえ工房

CASE 4●ミツヤジーホーム／CASE 5●井坪建設／CASE 6●細澤建設

CASE 7●山の瀧澤建設／CASE 8●森建築／CASE 9●Reborn／CASE 10●ヴァルト

106 コラム

工務店の住宅を見て 中込望●信州大学総合理工学研究科工学専攻建築学分野

4 賛助会員紹介

信州の快適な住まいづくりを支援するプロたち

112 日本スティーベル

114 信越ビー・アイ・ビー

118 ピーエスグループ

120 エクセルシャノン

5 あとがきにかえて

122 SAHの30年を振り返って インタビュー 山下恭弘 信州大学名誉教授に聞く

126 会員名簿

127 索引