

# 目次

はじめに……………003

## 序 章 家づくりの順序とコンセプト

家づくりの基本とは？……………022

家を建てるときの基本的な流れ／家づくりの順番を間違えない／  
どんな家族になりたいかをイメージしよう／  
今すぐできることに着手する

土地に住むか家に住むかという問題……………036

パートナーは不動産屋さんか、住宅会社か／満足いく土地との出会い方／  
子どもの成長を考える／自分たちの暮らしに、必要な条件を考える

注目の新素材・新技術を導入して  
子どもがすくすく育つ家を実現する……………077

住むだけで免疫力があがる新技術「FFC」／  
低コストで安全な「健康塗り壁」／環境問題と新素材

## 第2章 造作で変わる「健康にいい家」

ストレスを無くすマイホームのデザイン……………090

デザインの考え方／家をお金をかけずに美しく見せるコツ／  
照明でリラックスと癒しを実現する／光の持つ癒しの効果／  
庭の持つ癒しの効果／住宅会社の成すべき庭づくり

家の造作を工夫して

ストレスフリーを実現する……………104

暮らし方を見直す／収納は、多ければいいというものではない／

子育て世代には  
どんな家が適しているのか……………046

小さく作って広く住む／早く帰りたくなるような家／健康にいい家

## 第1章 「健康素材」に囲まれた暮らし

健康にいい家ってどんな家？……………052

健康的に暮らすには取り込む空気が大事／空気汚染の恐怖／  
法令だけでは不十分なシックハウス対策／安全な新素材もある

健康素材とは必ずしも

100%天然とは限らない……………065

天然素材の落とし穴／天然素材にまつわるストレス／  
天然素材を活用するコツ／安全な新素材

## 第3章 資金計画とストレス

ストレスフリーな資金計画……………114

資金計画の主な流れ／「借入金額は少ないに限る」か？／  
資金計画は丸投げしない

嫌でも付き合わなくてはならない  
ローンに関する基礎知識……………123

資金計画のポイント／変動金利と固定金利／未払い利息の怖さ／  
頭金の考え方／長期優良住宅の認定を受ける／優遇制度の背景を知る／  
将来価値を考えた家づくり／いまは家を買うのに絶好のとき

新しいローンの形フラット35を活用する：139

住宅ローンを考えるときのポイント／フラット35という、新しいローン

## 第4章 信頼できる住宅会社の選び方

信頼の連鎖だけがいい家をつくる……………146

信頼できるパートナーの必要性／パートナー足り得る会社の条件／

下請けではなく、協力会社／住宅会社はアドバイザー／  
会社選びのポイント

### 実践住宅会社選び

やっていいこと、いけないこと……………157

さまざまな形態の住宅会社／大手がいいか、地元密着型がいいか／  
工務店の選び方／選んではいけない、こんな工務店／相見積もりの是非

## はじめに

### 家づくりとは幸せづくり

あなたが家を欲しいと思ったのは、どのような理由からでしょうか。

広い空間で暮らしたい、キッチンを使い勝手のいいものになりたい、家賃を払い続けていくのはもったいない、新しくいい家に住んでみたい、今住んでいる土地から、環境のいい土地へ移りたい——など、さまざまな考えをお持ちなのではないかと思います。

そして、住まいについて困っていることを解決して、安全で安心感のある子育てができる家、家族との楽しい思い出がくれる家、子どもが巣立ったあとは、夫婦で安心して、のんびりと暮らせる家を求めているはず。

しかし、実際に家を建てるとなると、人はつい立派な見栄えを求めて、自分が望んでいた家とは違う家をつくってしまいがちです。

家づくりとは、一生に一度、あるかないかの大きな買い物です。

## 004

失敗するわけにはいきません。

あなた以外の人たちが、客観的に「いい家だね」と感じて、あなたの家族が暮らしやすくなければ、まるで意味がありません。

「そんなことは言われなくてもわかっている」

という声が聞こえてきそうです。

しかし、住宅会社、不動産会社、金融機関などたくさんの人と接していくうちに、本来の思いを見失ってしまうことも多いのです。

家づくりで後悔しないために、これだけは覚えておいてください。

家とはあくまで暮らしの器であって、大切なことは、家族が幸せになることです。

家以外にも、大切にしなければならぬことがたくさんあります。

これらを犠牲にすることなく「良い家」を手に入れることができこそ、家づくりに成功したと言えるのです。