

夢匠庵ー徒然日記

粗大ゴミの代表格が寝具であることから、環境にやさしい寝具をめざそうと、寝具のグリーン購入に取り組み始めたのが1998年。2007年にはグリーン購入大賞で中小企業部門の大賞を受賞。さまざまな取り組みは、業界でも先駆的と自負しています。

SDGsを実現するための私たちの指針

「長く使う、再利用する、土に還る」

長く使うことで、ゴミの総量が減ります。羽毛布団のリフォームなど再利用することでもゴミは減りますし、資源の有効活用になります。自然素材であれば最後は土に還って循環します。海洋性プラスチックの原因にはなりにくいのです。

例えば、マットレス。金属コイルを使ったマットレスは分別がしにくく、リサイクルも困難です。ウッズスプリングやラテックスマットレスは、基本的に自然素材で土に還る地球に優しい素材なのです。

加えて、「自社製造」「地産地消」

羽毛布団などは、自社で手づくりにて製造している他、麻や真綿・ひのきベッドなど、地元の素材を大切にしたい地産地消を心がけています。地元産業の活性化にも繋がる一方、輸送コストのCO₂削減にも繋がります。

CO₂排出量ゼロ社会への取り組み

1.本店屋根に太陽光発電を整備

本店の屋根に43kWの太陽光発電設備と5kWの蓄電池を整備しています。通常使用の電灯電力は完全にまかなわれています。

2.再生エネ100%電力の導入(2021.7~)

2021年7月よりアスエネ(株)の再生エネ100%電力を導入しました。本店の電力のCO₂排出量は0(太陽光も入れるとマイナス)となりました。

羽毛布団、羽毛布団リフォームともに、製造段階の電力ベースでのカーボンフリーを実現しています。

再生エネ100%電力で作る羽毛布団は日本初の試みです(だと勝手に思っています。たぶんそうでしょう)



アスエネの再生可能エネルギー100%の電力を使用しています

SDGs 持続可能な17の開発目標



日々、ふだん着の取り組みを

今から四半世紀ほど昔のこと。ちょうど再生紙100%の用紙が少しずつ認知されてきたころです。「グリーン購入基準」という言葉を初めて耳にしました。製品がどれだけ環境への負荷を抑えているかということでした。

もともと、木綿わたの打直しに見られるように、寝具は限られた資源を再利用するというのが一般的でしたが、次第に合成繊維が増え、棄てるしかない寝具が大量生産される時代を迎えていました。

同じ時期にヨーロッパを巡ると、環境にやさしいモノづくりが当たり前のように取り組まれていました。日本では当たり前にある、金属コイルを使ったマットレスは非常に少なくなっていたのです。ヨーロッパは環境先進国でもありました。今回ご紹介しているウッズスプリングなどは、その典型でもあります。

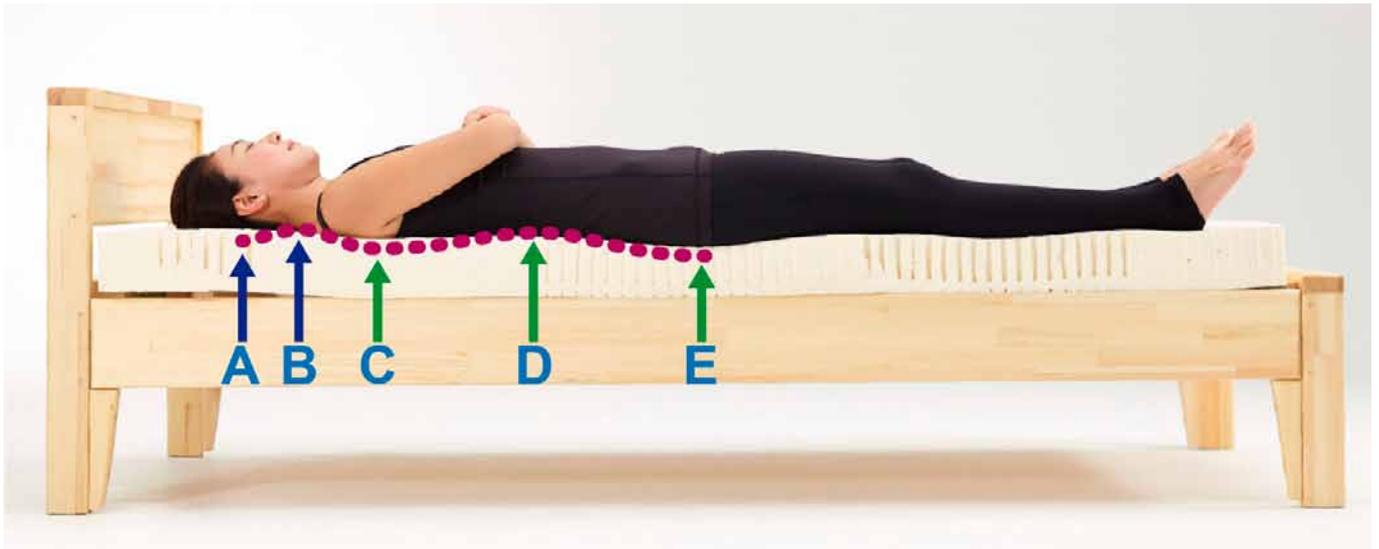
といっても小さな店なので、できることには限りがあります。1つずつ出来るところから取り組み、今日では店頭で販売している製品の多くが環境配慮型の製品になっています。

睡眠による経済損失は15兆円にもなるという試算がなされました。良い睡眠を得ること、そのこと自体が持続可能な社会を作るのだと思います。

4代目店主 沢田昌宏



滋賀県産ひのきのオリジナルベッドと Relax社ナチュラルフレックス・ウッズスプリング



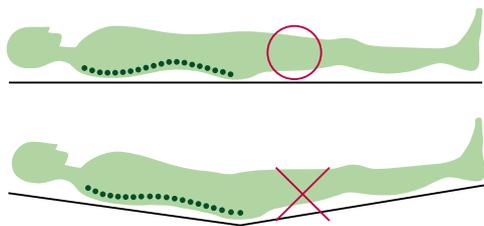
最適なマットレスを選ぶために さわだがウッドスプリングをおすすめする理由^{わけ}

敷寝具の選び方6つの法則を再確認しよう

巷にはいろいろなマットレスがあり、自社のマットレスが最高である。と、どのメーカーも喧伝しますが、全ての人に万能なマットレスなどありません。体格や体質、寝姿勢が変われば選ぶマットレスも変わります。マットレスを選ぶポイントは全部で6つ。このことをちゃんと理解することが大切です。

①背骨のS字カーブを正しく保持する

自然に立った背骨の状態の姿勢を保つことが大切です。腰が落ち込むと「く」の字になって、腰痛の原因となります。

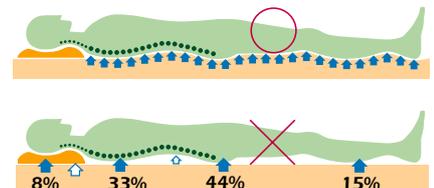


③体圧分散して均等に支える

④寝返りが打ちやすい適度な硬さ

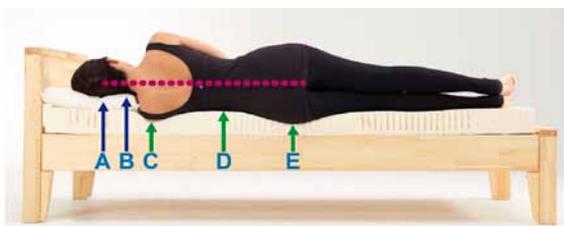
硬すぎる敷寝具は、身体の一部に体重がかかりすぎて寝返りが増え、睡眠が浅くなるリスクがあります。適度に体圧を分散させることで、身体への負担をやわらげます。

一方で寝返りが打ちやすい適度な硬さ（表面の反発力）も必要です。表面が軟らかすぎると、寝返りが打ちにくくなります。



②横寝時に背骨を真っ直ぐに支える

横寝の場合には、肩と腰の出っ張りを受け止め、背骨が真っ直ぐになることが重要です。敷寝具が硬すぎると、肩や腰に圧迫がかかりすぎて、肩こりや腰痛の原因ともなります。



⑤汗を素早く吸放湿する

⑥熱を逃がさず保温する

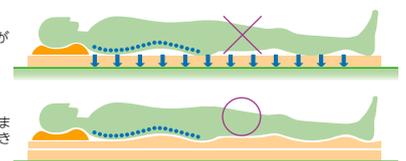
気密度が高い現在の住宅では、湿度をうまく逃すしくみが必要です。また、敷が1枚では、冬に熱が床に逃げてしまいます。2枚敷は必須で、ベッドなどで高さを確保して、熱を逃がさない工夫も必要です。

上層を羊毛など保温・吸湿発散性に優れた素材を下層に身体を支え、通気性のある素材を組み合わせることによって、湿気を効率的に排出します。

薄いせんべい布団など1枚敷では熱が下に逃げ、保温力が確保できません。

2枚敷にすると熱が逃げにくくなります。身体も正しく保持することができます。

快眠の条件
温度33℃湿度50%



6つの法則を役割分担して支えるにはウッドスプリングがベスト

マットレスに求められる役割を、3つのパーツそれぞれに割り当てることで、硬さを調節したりできるなど、購入後の対応がしやすくなります。購入時の失敗が非常に少ないのがウッドスプリングを使った組合せの特徴です。

最上層:羊毛ベッドパッドor羊毛敷布団の役割は快適な温湿度の調整をする

- ⑤汗を素早く吸放湿する
- ⑥熱を逃がさず保温する

羊毛は吸放湿性に優れて、蒸れにくく、保温性も良いのでベッドパッドの素材として優れています。

第2層:マットレスの役割は、身体を支えて快適に寝心地の実現をする

- ③体圧分散して均等に支える
- ④寝返りが打ちやすい適度な硬さ

硬さなどお好みに合わせて寝心地を決めるのはマットレスの役割です。寝姿勢や体格 BMI、お好みに合わせて最適な素材を選びます。

最下層:ウッドスプリングの役割は、背骨の姿勢を正しく自然に支えること

- ①背骨のS字カーブを正しく保持する
- ②横寝時に背骨を真っ直ぐに支える

ウッドスプリングは部位の硬さを調節できるので、仰向け・横向けなど寝姿勢と体格に合わせて、背骨を正しい自然な姿勢でささえることができます。購入後も調節ができるので、マットレスの経年変化や自身の体格の変化にも対応ができます。



LINEでお友達追加をチャットで質問承ります

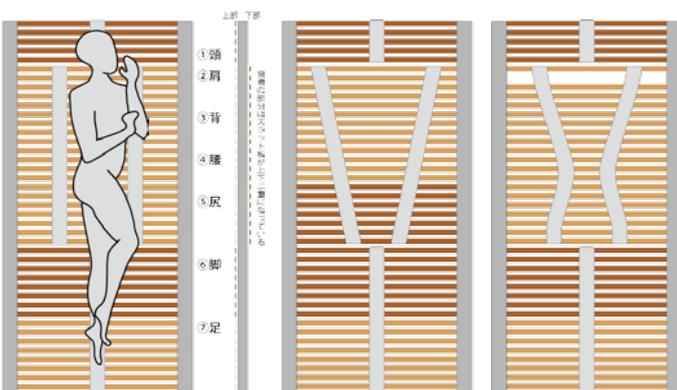


厚手の一枚ものは、失敗のリスクが高い

昨今多いポケットコイルにウレタンを組合わせた厚手のマットレスは、ウレタン部だけがへたるケースも多くみられ、購入後の調節ができないものがほとんどです。

パーツを交換しながら長く使える

天然素材のものが多く、廃棄時の環境への負荷が非常に少ないのも特徴です。役割分担することで、パーツを順番に更新でき、結果的に長く使うことができます。SDGsにも対応したサステナブルなマットレスです。



眠りと寝具の情報はインターネットのWEBサイトをご覧ください



インターネットのWEBサイトには、日本でも最大量の睡眠と寝具に関する情報を載せています。テーマ別にいくつものサイトに分かれておりますので、参考になさってください。寝具選びに迷ったときは、まずWEB快眠カウンセリングからご相談ください。

←眠りのプロショップ Sawada のサイト総合入口はこちらから



400ページに及ぶ、膨大な情報量を誇る、快眠寝具研究室です。
sleep-natura.jp



Relax社のウッズスプリング専門サイト
relax-natural-sleep.com



眠りのプロショップ Sawadaを紹介するサイト
natural-sleep.jp



アイリッシュリネンを追求したリネン麻のサイト
linen-meister.com



羽毛布団リフォームの専門サイト
down-reform.com



地元：近江真綿のサイト
awaumi-silk.net



地元：近江ちぢみと麻寝具
awaumi-asa.net

眠りのプロショップSawadaの店舗は2店舗体制になりました

眠りのプロショップ Sawada の店舗は、長浜市神前町の本店・羽毛工房ダウンラボと、中心市街地・北国街道沿いの快眠カウンセリング専門店「夢匠庵」の2店舗です。

本店・羽毛工房ダウンラボ

従来の寝具や、羽毛布団リフォームはこちらへお越しください。場所は長浜赤十字病院の北側に位置します。
定休日は火曜日 10:00～18:30
〒526-0052 長浜市神前町9-11 0749-62-0057



ショップへのアクセスはこちら



快眠カウンセリング専門店「夢匠庵」

一日2組限定の事前予約制で、快眠カウンセリングによって最適な寝具選びをじっくりしていただく店舗です。北国街道・黒壁ガラス館から北へ80mかわ重様前で
一日2組の予約制 10:00～13:00 14:00～17:00
★通常は閉まっていますのでご注意ください。
〒526-0059 長浜市元浜町12-9 電話は本店共通

夢匠庵のサイト又は電話よりご予約をどうぞ
https://mushoan.jp 0749-62-0057



夢匠庵のWEBサイトはこちら



経済産業省2015がんばる中小企業・小規模事業者300選定 第9回グリーン購入大賞 大賞受賞

526-0052 滋賀県長浜市神前町9-11
TEL. 0749-62-0057 FAX. 0749-62-0094

http://www.natural-sleep.jp
E-mail: info@natural-sleep.jp