

訪問営業マン出身のリフォーム専門家が明かす

外装リフォーム **秘** 宝典

2026年改訂版 | 後悔しない外壁・屋根塗装の教科書



- ✓ 訪問業者が来て「屋根がおかしい」と言われた
- ✓ どこの業者に頼めばいいのか分からない
- ✓ 見積もりを取っても、妥当か分からない
- ✓ 手抜き工事だけは、絶対に嫌だ

その悩み、この一冊で解決します。

PREFACE

はじめに

この度は、電子書籍『外装リフォームの^秘宝典』を手にとっていただき、誠にありがとうございます。合同会社TAGLO 代表の田口芳郎と申します。

私はかつて、リフォームの訪問営業として、数多くのお客様とお会いしてきました。

その中で、お客様のお困りごと、お悩みをたくさん伺いました。

そして、そのお悩みの解決法をその都度お伝えしてきましたが、リフォーム業界の体質、そこに従事する会社の質は、本当にピンキリです。訪問営業の多くは非常に体質の悪い会社で、悪質な会社が存在するという実態もお客様から伺ってきました。

「そう思われぬように・・・」と心掛けて営業をしてきましたが、それだけでは、とても問題の解決にはなりません。

私自身、大変嫌な思いをしたことがあったのも事実です。

そこで、こう考えました。

それならば、お客様ご自身がご自宅をしっかりと守る方法を知っていただくしかない。外装リフォームについての^秘のノウハウを、包み隠さずお伝えしよう、と。

それが、この本の始まりです。

秘

この本のゴール

「訪問営業に言われるまま契約する」でも「何も分からず放置する」でもなく、ご自身の判断で、納得して外装リフォームを進められる状態になっていただくこと。

そのために、費用・塗料・業者選び・見積書・手抜き防止まで、順を追って解説します。

どうか、この一冊があなたとご家族のお役に立ちますように。心より願っております。

2026年 秋 合同会社TAGLO

代表 田口 芳郎

HOW TO READ

この本の使い方と、2026年改訂のポイント

■ 読み方は、悩みに合わせて3通り

① まず状況を知りたい

第1章～第3章
なぜ塗り替えが必要か、
外壁材・塗料の基礎

② 費用と業者選びが不安

第4章～第9章
費用相場・見積書・手抜き防止まで

③ すぐ動きたい

巻頭のセルフチェック
第6章 セルフ点検と、巻末
の質問リスト

■ 2026年改訂で、こう変わりました

最新の費用相場

坪数別・塗料別の相場と、費用の内訳を
最新の数字に更新しました。

塗料・シンナーの値上げ

2026年に相次いだ原材料の価格改定が、
見積りにどう影響するかを解説します。

足場のルール

令和6年4月から、幅1m以上の箇所では「本
足場」が原則になりました。

補助金・火災保険

国の制度でできること・できないこと、
自治体の助成金、火災保険の注意点。

訪問販売・点検商法

相談が続く手口と、クーリング・オフなど
身を守る方法を追加しました。

使えるチェックシート

見積り比較表・業者への質問リスト・メン
テナンス計画表を新たに収録。



ご注意ください

本書の金額・制度は2026年9月時点で確認できた公開情報をもとにした目安です。実際の費用は建物の形状・劣化状況・地域で大きく変わります。制度は改正されることがあるため、申込み前に必ず最新情報をご確認ください。

CONTENTS

目次

SELF CHECK	まずは30秒！ お住まいセルフチェック	p.5
第1章	外装を塗り替えなければならない、2つの理由	p.6
第2章	外壁材の種類と、それぞれの特徴	p.9
第3章	塗料の種類と、耐久性の考え方	p.13
第4章	外装塗装の費用相場【2026年版】	p.17
第5章	得をする「外壁ランニングコスト」の考え方	p.21
第6章	セルフ外装点検の仕方とは？	p.24
第7章	どのようにして業者を選べば良いのか？	p.30
第8章	見積書で確認する、5つのポイント	p.38
第9章	手抜き工事を防止する、簡単で確実な方法	p.41
第10章	補助金・助成金を、賢く活用する	p.44
第11章	いつ工事する？ 季節・工期・生活への影響	p.46
第12章	よくある質問 Q&A	p.48
EPILOGUE	おわりに	p.50
APPENDIX 1	業者に聞く、10の質問	p.51
APPENDIX 2	メンテナンス計画表	p.52
APPENDIX 3	外装リフォームの用語集	p.53
APPENDIX 4	困ったときの相談窓口・参考資料	p.54
AUTHOR	著者プロフィール	p.55

SELF CHECK

まずは30秒！ お住まいセルフチェック

当てはまる項目に□をつけてください。写真の撮り方や見方は、第6章で詳しく解説します。

外壁	屋根・雨樋	シーリング・その他
☐ 手で触ると白い粉がつく (チョーキング)	☐ 屋根の色あせ・コケ・塗膜のはがれ	☐ 目地・サッシ周りのゴムに割れ・隙間がある
☐ 髪の毛ほどの細かいひび (ヘアクラック) がある	☐ 棟板金（屋根の頂上の金属）の浮き・サビ ▲	☐ 壁の膨れ・塗膜のめくれがある ▲
☐ 北側・日陰にコケ・カビ・藻が出ている	☐ 屋根材のひび・欠け・ズレ ▲	☐ ひびの幅が名刺の厚み以上ある ▲
☐ 色あせ・ツヤ引けが目立つ	☐ 雨樋のゆがみ・外れ・詰まり	☐ 天井・壁に雨染み・雨漏りの跡がある ▲

▲は、雨水の侵入や構造への影響につながりやすい「注意サイン」です。

■ チェックの結果は？

●0個	今のところ安心	1〜2年に一度のセルフ点検を続けましょう。築10年前後なら、費用の準備も。
●1〜3個（▲なし）	そろそろ計画を	第6章で詳しく点検し、複数社から見積りを取って比較を始めましょう。
●4個以上、または▲が1つでも	早めに専門家の点検を	雨漏りは放置すると被害が拡大します。信頼できる業者に点検を依頼してください。

CHAPTER 01

外装を塗り替えなければならない、2つの理由

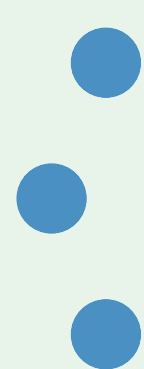
なぜ、あなたの家にリフォームの訪問営業が来るのでしょうか。多くは、築年数や外観の傷みが、外から見えているからです。

1 理由① 家の寿命を延ばすため

外壁の塗装は、色を変えるためだけのものではありません。外壁材を雨・紫外線・湿気から守る「防水バリア」です。塗膜が劣化すると防水性が落ち、雨水や湿気が外壁の内側まで入り込み、柱などの構造部分にまで悪影響を及ぼす可能性があります。

塗膜が健全なとき

塗膜（防水バリア）

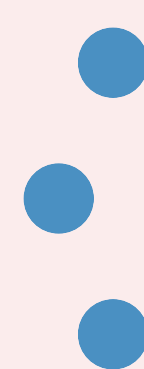


外壁材

雨水をはじき、壁の中に入れません。

塗膜が劣化したとき

薄く・ひび割れた塗膜



外壁材

雨水がしみ込み、外壁材・下地を傷めます。

2 理由② 美観を保ち、将来の出費を抑えるため

劣化が進むと見た目が悪くなり、建物全体の印象も損なわれます。さらに、傷みが深くなってからでは、塗装だけでは済まず、下地の補修や張り替えが必要になり、費用は大きく膨らみます。

秘

⑧ポイント：早めに計画すれば、費用は「予測できる出費」になる

劣化が小さいうちに、計画的に対応すれば、不測の出費を避けられます。次のページで、劣化の進み方と、放置した場合の費用のイメージを見てみましょう。

■ 外壁の劣化は、5つの段階で進みます



色あせ・ツヤ引 け

表面のツヤがなくなり、色が薄くなる。



チョーキング

触ると白い粉（顔料）が手につく。防水機能が低下。



ひび・シーリング割れ

細いひびや、目地ゴムの割れ・隙間が出る。



はがれ・コケ・サビ

塗膜がはがれ、コ
ケ・カビ・サビが広
がる。



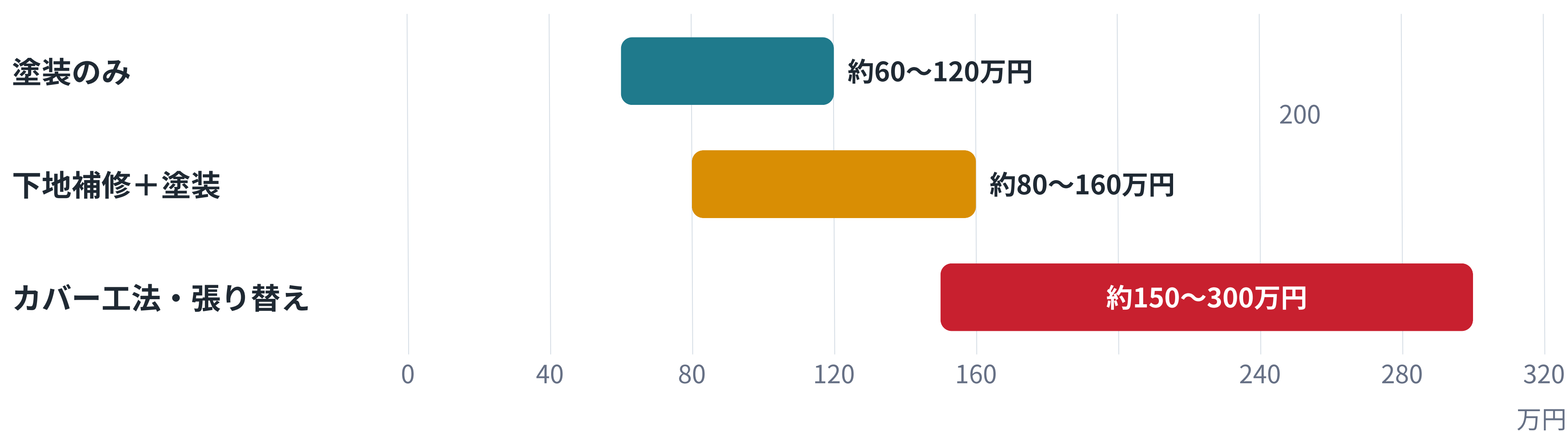
雨漏り・下地の腐食

壁の内側まで水が入り、構造材が傷む。

◀ 塗装だけで対応しやすい

補修・張り替えが必要になりやすい▶

■ 放置すると、費用はどう変わる？（30坪の一般的な戸建ての目安）



※一般的な目安です。建物の形状・劣化状況・地域・仕様で大きく変わります。

■ 塗り替えのタイミング：「見た目」より「築年数」と「症状」

一般的に、外壁の塗り替えは築10年前後が最初の目安です。ただし、立地（海沿い・幹線道路沿い・日当たり）や外壁材、前回の塗料によって大きく前後します。「まだ綺麗だから大丈夫」ではなく、次の3つで判断しましょう。

① 築年数・前回塗装からの年数

新築時の塗料は、コストを抑えたものが使われていることも。築10年前後で一度点検を。

② 症状の有無

チョーキング、ひび、シーリングの割れ、コケなど。第6章のセルフ点検で確認できます。

③ 環境

海沿い（塩害）、日当たりの強い面、湿気の多い北面は傷みが早い傾向にあります。



塗り替え前(Before)と後(After)のイメージ

築年数別・やること早見表

築5年	新築時の保証内容を確認。ここでは塗り替え不要なことがほとんど。
築7～10年	セルフ点検を開始。シーリングの状態を重点的に。相見積りの準備も。
築10～15年	最初の塗り替え時期。屋根・外壁・付帯部をまとめて検討。
築20～25年	2回目の塗り替え。下地の傷みが出やすく、補修費用が増えることも。
築30年以降	塗装のほか、カバー工法・張り替えも含めて長期計画を。



訪問営業が来たら、どうすればいい？

「屋根がおかしい」と言われても、その場で契約する必要はありません。点検写真を見せてもらい、家族と相談すると伝えて、必ず複数社で比較しましょう（第7章）。

CHAPTER 02

外壁材の種類と、それぞれの特徴

外壁の種類によって、劣化の出方も、必要なメンテナンスも違います。まずは、お住まいの外壁材を知ることから始めましょう。

外壁材	特徴	耐用年数の目安	塗り替え目安	注意点
窯業系サイディング	戸建てで最も多い。デザイン豊富、施工しやすい	約30～40年	10～15年	目地のシーリング劣化、反り・浮き
金属サイディング	軽量で断熱材一体型も多い。リフォームのカバー工法に多用	約30～40年	15～20年	傷からのサビ、凹みやすい
モルタル	職人が左官で仕上げる。意匠性が高く継ぎ目がない	約30～40年	10～15年	ひび割れ・カビ・汚れ
ALC（パワーボード）	軽量気泡コンクリート。耐火・断熱・遮音に優れる	約60年（メーカー公称）	15～20年	吸水しやすく、防水塗膜の維持が重要
樹脂系サイディング	塩ビ製で軽く、腐らない。日本では採用例が少なめ	約30～40年	塗装不要が基本	色あせ、熱による伸縮
タイル	高級感があり、塗装が不要	約40年以上	目地・浮きの点検	タイル自体の浮き・剥落



耐用年数の見方

「耐用年数」は外壁材そのものの寿命の目安で、「塗り替え目安」は表面の塗膜が防水機能を保てる期間の目安です。両者は別物ですので、混同しないようにしましょう。数字はメーカー公称値・一般的な実務の目安をもとにしており、環境によって前後します。

外壁材の見分け方

- 目地（継ぎ目）が規則的にあり、板状 → サイディングの可能性が高い
- 継ぎ目がなく、ざらざら・凹凸の仕上げ → モルタルの可能性が高い
- 厚みがあり、パネル状で目地が太い → ALCの可能性はある
- 判別が難しい場合は、竣工図面や新築時のパンフレット、施工した会社に確認するのが確実です

■ ① 窯業系サイディング

現在の戸建て住宅で、最も多く使われている外壁材です。セメント質と繊維質を主原料にした板状の外壁材で、デザインが豊富なのが魅力です。



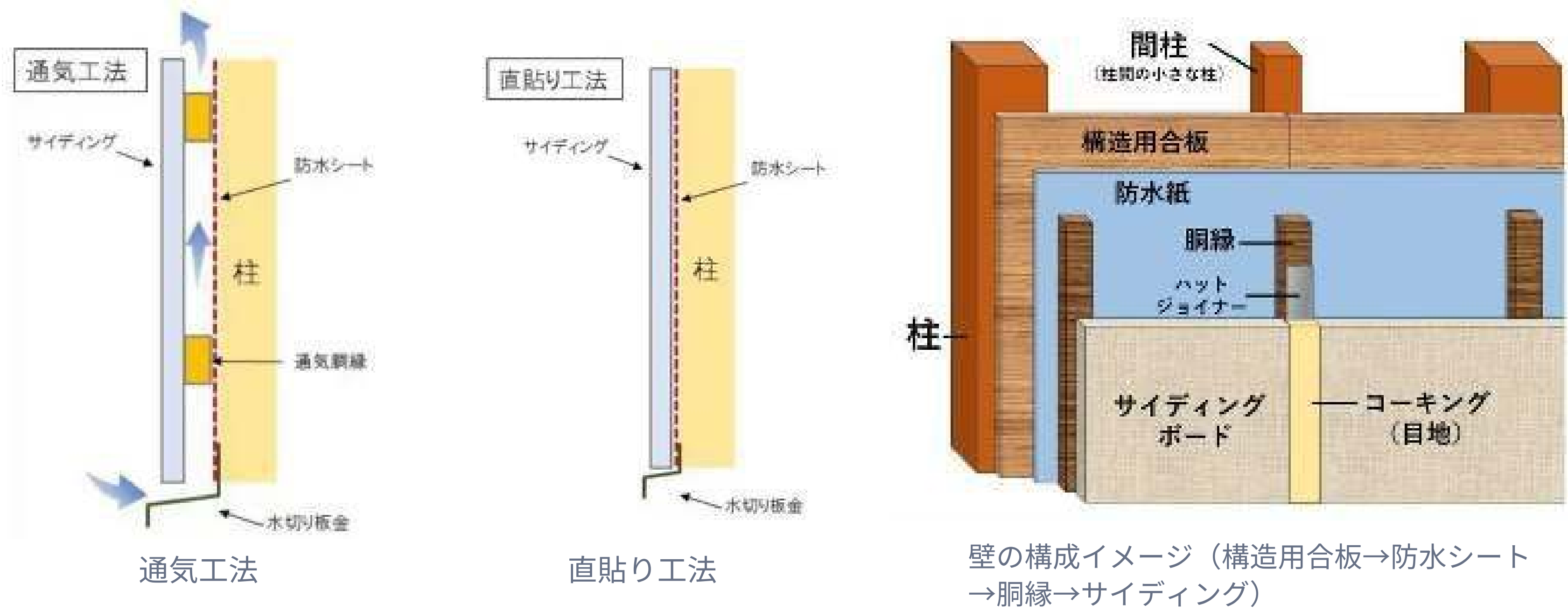
窯業系サイディングの表面イメージ

特徴

- 耐用年数：約30～40年（本体）
- メンテナンスの目安：塗装10～15年、シーリング10年前後
- デザインが多彩で、工事がしやすい
- 表面の塗膜が劣化すると、板が水を吸って反り・浮き・凍害につながる

構造：通気工法と直貼り工法

従来は、壁に直接サイディングを貼る「直貼り工法」が主流でしたが、内部に湿気がたまりやすいため、現在は空気の通り道をつくる「通気工法」が主流です。



秘

⑧ポイント：塗装工事のカギは「シーリング」

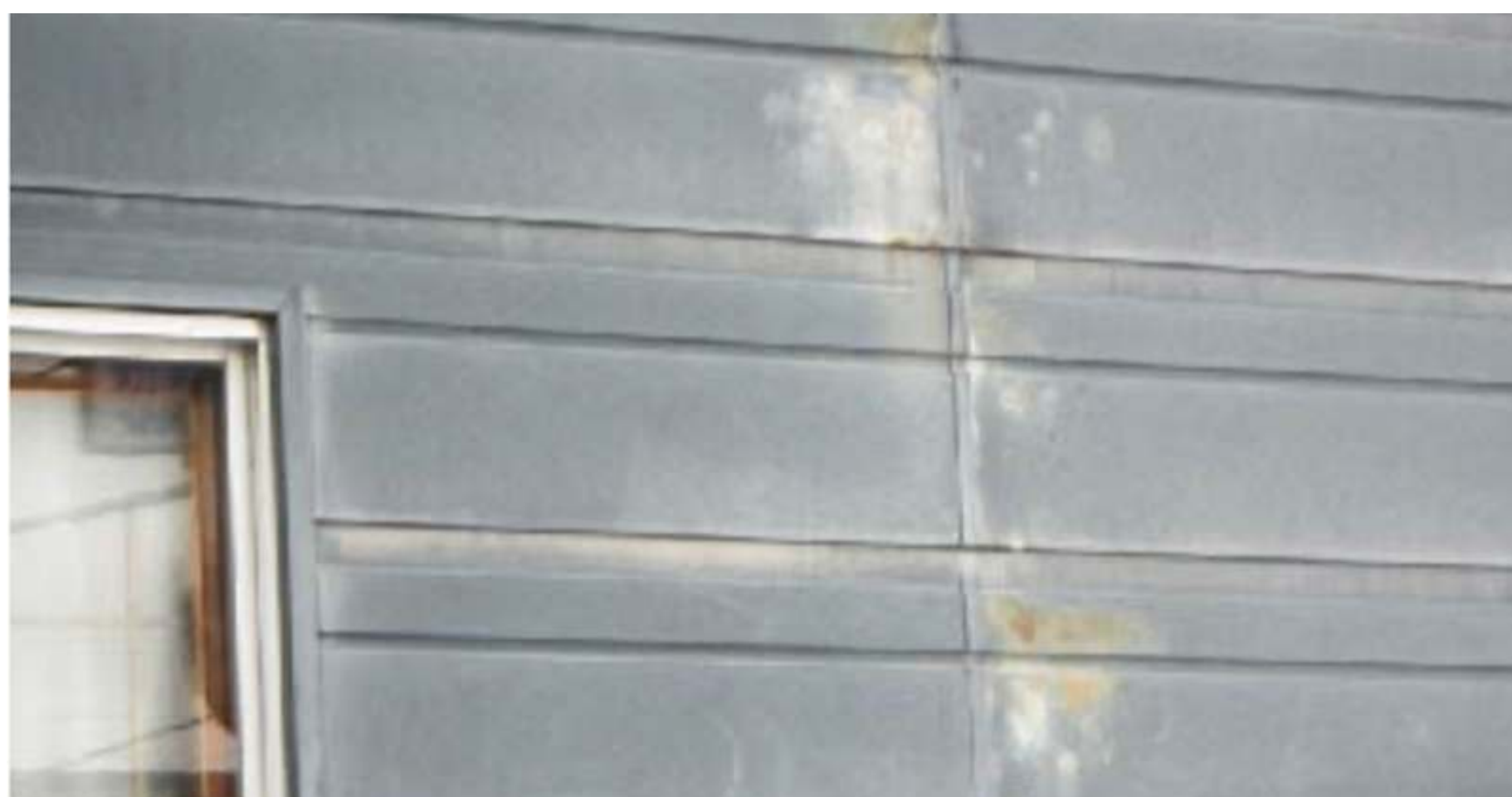
サイディングの継ぎ目・サッシ周りのシーリング（ゴム状の充填材）は、壁より先に劣化します。塗装だけでなく、打ち替え・増し打ちの範囲と単価が、見積書に明記されているか必ず確認しましょう。

② 金属サイディング

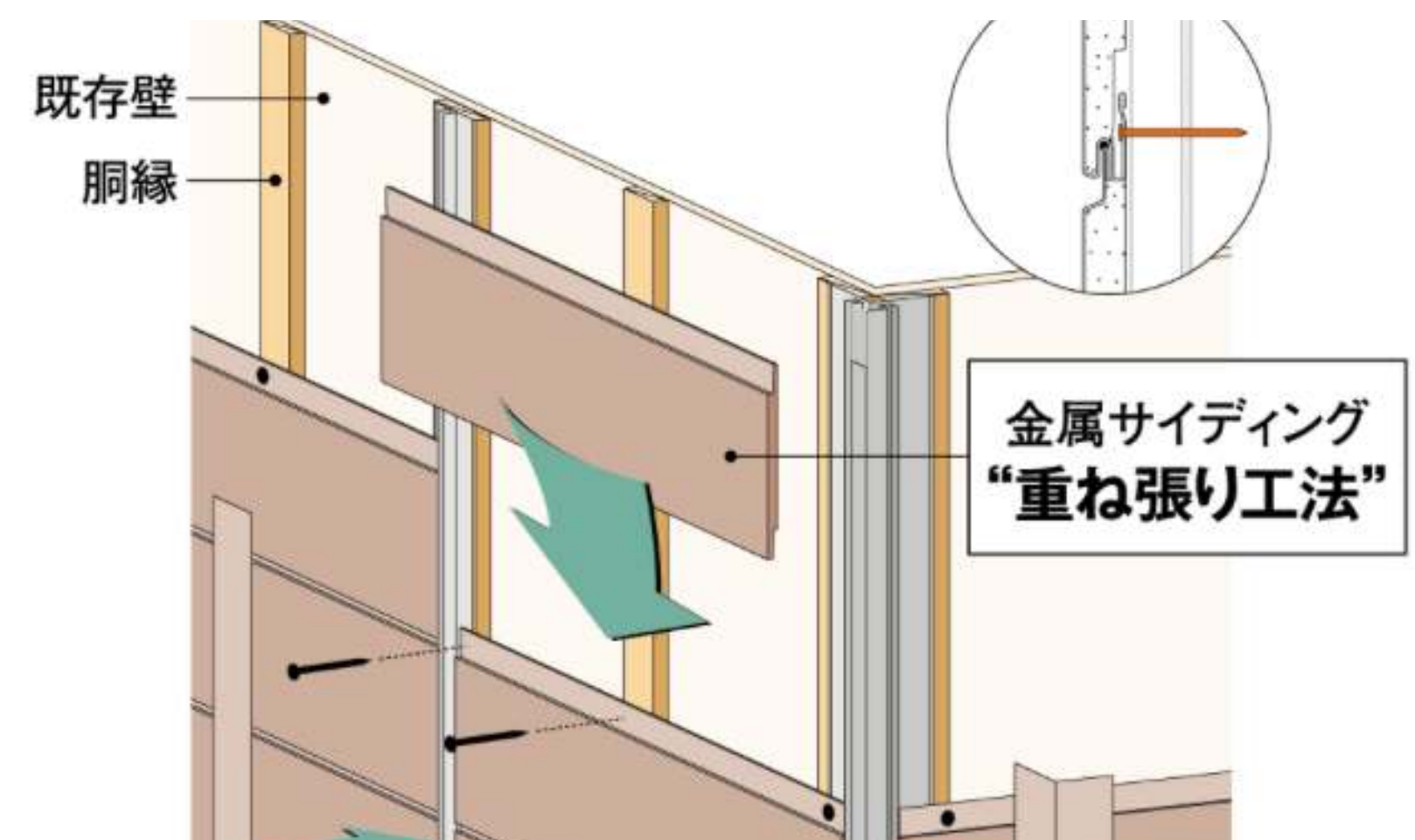


ガルバリウム鋼板などの表面

- ガルバリウム鋼板やアルミなどを使った外壁材。耐久性に優れます。
- 耐用年数：約30～40年 塗り替え目安：15～20年
- 金属は、表面の塗膜が劣化するとサビが出るため、塗装が必要です。
- 断熱材と一体になった商品が多く、既存の壁に重ねるカバー工法（リフォーム）にも使われます。



傷みが出た金属サイディング（サビ・汚れ）



金属サイディングによる「重ね張り工法」の構成イメージ



注意

切断面や傷から、サビが広がります。サビを落とす「ケレン作業」と、錆止めの下塗りを省略すると、すぐに再発します。

③ モルタル壁



モルタルの仕上げパターン例

- 職人が左官（さかん）で仕上げる、継ぎ目のない外壁。
- 耐用年数：約30～40年 メンテナンス目安：10～15年
- ひび割れ（クラック）や、コケ・カビ、汚れが付きやすい。
- 仕上げパターンが多彩で、ざらざら（リシン）、厚塗り（スタッコ）などがあります。

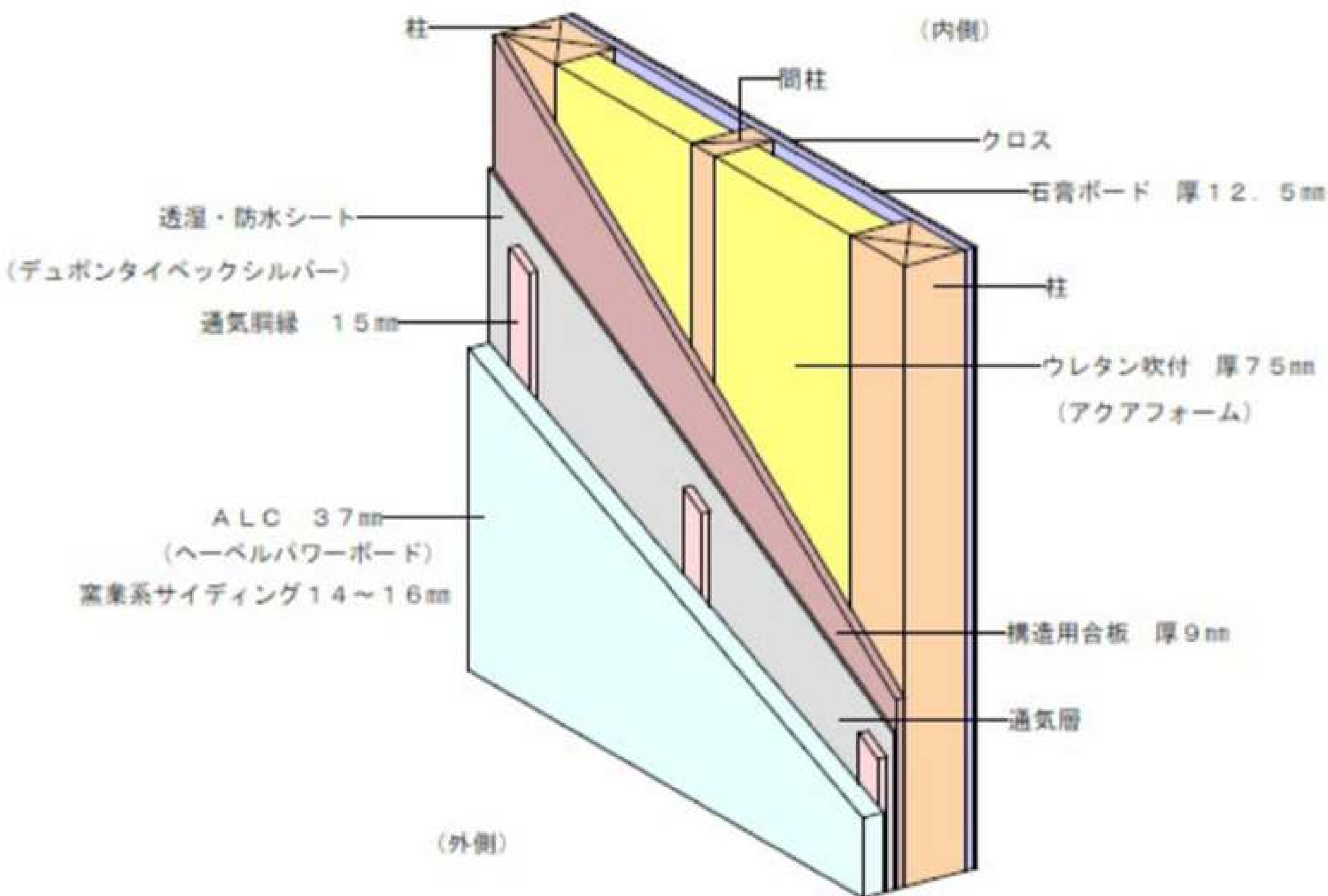
構造は、木ずり（または合板）→防水紙→ラス網（金属）→モルタルの順。クラックからの水の侵入を防ぐため、塗装前のひび補修と、追従性のある下塗り材の選定がポイントです。

④ ALC（パワーボード）



ALCの表面イメージ

- ALCとは、軽量気泡コンクリートのこと。厚さ75mm以上がALC、75mm未満はパワーボードと呼ばれます。
- 耐用年数：約60年（メーカー公称） メンテナンス目安：15～20年
- 耐震性・耐火性・断熱性・遮音性に優れる一方、気泡があるため水を吸いやすく、防水塗膜の維持が重要です。



ALC（パワーボード）の外壁の構成イメージ。
木造では、構造用合板→防水シート→通気胴縁→パワーボード（37mm）の順に施工します。

秘

④ポイント：ALCはシーリングと下塗りが命

ALCは吸水性が高いため、専用の下塗り材（吸い込み止め）を使い、目地のシーリングも定期的に打ち替える必要があります。「どんな下塗り材を使いますか？」と質問してみましょう。

⑤ その他の外壁材

木質系（板張り）

自然な風合いが魅力。防腐・防虫塗料による3～5年程度での再塗装が目安（木部専用塗料を使用）。

タイル

塗装は不要。ただし目地の劣化やタイルの浮き・剥落は、専門業者による点検が必要です。

CHAPTER 03

塗料の種類と、耐久性の考え方

技術の進歩で、国内外の塗料メーカーが、様々な塗料を出しています。まずは「塗装とは何をしているのか」から整理しましょう。

■ 塗装は、基本の「3回塗り」です

上塗り（仕上げ）	色・ツヤを出し、紫外線・雨から守る。塗料の性能はここで決まる
中塗り	塗膜の厚みを確保。上塗りと同じ塗料を使うのが基本
下塗り（プライマー・シーラー）	外壁材と塗料を密着させ、吸い込みを止める。外壁材に合わせて選ぶ
外壁材（下地）	サイディング・モルタルなど。ひびやサビは事前に補修（下地処理）



⑧ポイント：見積書の「塗装3回」を確認

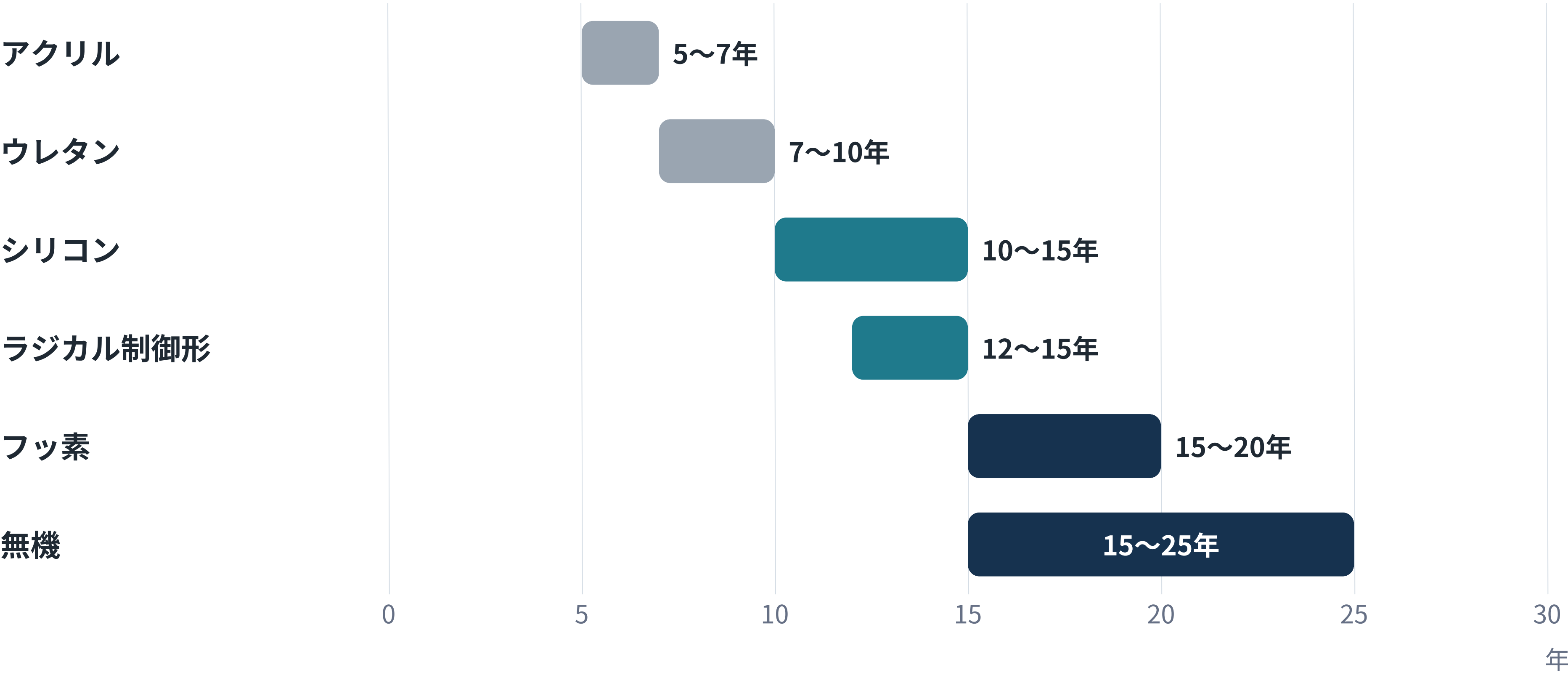
下塗り・中塗り・上塗りが、それぞれ書かれているかを確認しましょう。「2回塗り」や「一式」の表記は、手抜きにつながる恐れがあります（第9章）。

■ 塗料の中身は、4つの成分でできています

樹脂 塗膜の骨格。耐久性を決める最も重要な成分。「シリコン」「フッ素」などの名前はこれ。	顔料 色をつける粉。遮熱性など機能性も担う。
溶剤 塗料を液状にする成分。水なら「水性」、シンナー類なら「溶剤系」。	添加剤 防カビ・防藻・低汚染など、性能を付け加える成分。

■ 塗料の種類と、耐用年数の目安

外壁に使う樹脂系塗料は、大きく6種類。選ぶ塗料は、予算とご希望の効果によって変わります。



種類	特徴	単価の目安（円/㎡）	向いている人
アクリル	安価だが耐久性が低く、汚れやすい。現在は新築時の塗料以外ではほとんど使われない	1,000～1,500	短期間だけ持てばよい場合
ウレタン	柔軟性があり、ひびに強い。付帯部（雨樋・破風など）で今も使われる	1,500～2,500	コスト重視・付帯部
シリコン	防水性・防カビ性に優れ、価格とのバランスが良い。現在の主流	2,500～3,500	迷ったらまずここ
ラジカル制御形	紫外線による劣化の原因を抑える。シリコンより長持ちで価格も近い	2,500～4,000	コスパ重視
フッ素	超撥水性で汚れにくい。非常に耐久性が高いが、コストも高め	3,500～5,000	長期間住む・足場を減らしたい
無機	無機成分により最長クラスの耐久性。ひび割れに弱い商品もあるため要確認	4,000～6,000	最長寿命を求める

※ 耐用年数・単価は、メーカー公表値と最近の公開相場（2026年）を基に整理した目安です。製品・グレード・施工条件で異なります。「シリコン7～10年」など、より短く表記される場合もあります。



「耐久性」の本当の意味

耐久性とは、塗膜の耐久性です。外壁材そのものの表面がはがれてしまえば、いくら塗料が高性能でも意味がありません。特に、スレート瓦の屋根材（コロニアル）は、傷みが進んでいると塗装ができない場合もあります。

■ 水性塗料と溶剤系（油性）塗料、どちらがいい？

油性マジックと水性マジックを思い出してください。消えにくいのは、当然、油性ですね。ですから以前は、塗料も溶剤系（油性）が多く使われていました。ところが、環境対策や職人の健康、廃棄の問題もあり、最近では、水性塗料や、にのいの少ない「弱溶剤」の塗料が主流です。

	水性塗料	弱溶剤（油性）	強溶剤（油性）
にのいの強さ	少ない	やや少ない	強い（近隣配慮が必要）
溶かす成分	水	ミネラルスピリットなど	シンナー（強い溶剤）
密着性・耐久性	近年大きく向上	外壁・付帯部で標準的	高いが使用は限定的
主な用途	外壁全般・室内	外壁・屋根・付帯部	特殊な下地・ケレン後の鉄部など
価格への影響	溶剤の値上げの影響を受けにくい	溶剤（シンナー）価格の影響を受ける	溶剤（シンナー）価格の影響を受ける

新

2026年の動き：塗料・シンナーの価格改定

2026年春以降、国内大手の塗料メーカーが、塗料本体やシンナーなどの価格改定を相次いで発表・実施したと報じられています。背景には、原油・ナフサ価格の高騰や円安があるとされています。

溶剤系の塗料ほど影響を受けやすく、施工費用が上がる可能性があります。見積りの有効期限や、塗料の単価が変わる場合の扱いを確認しておきましょう。

■ において選ぶより、性能で選ぶ

にのいがきつくなく、環境にも良い水性の塗料は、以前と比べて耐久性が大きく向上しています。「水性だから不安」という時代ではありません。ただし、外壁材や下地との相性もあるため、どちらを使うのかは、業者に相談して、理由を説明してもらいながら決めるのが良いと思います。全てをお任せする、というのではなくてですね・・・笑。

機能性塗料：どんなときに効果がある？

遮熱塗料

太陽光（赤外線）を反射し、屋根・外壁の表面温度の上昇を抑える。
室温の低下は2～3℃程度との報告もあり、過度な期待は禁物。屋根・最上階に向く。

断熱塗料

熱の移動そのものを抑えることを狙った塗料。
塗膜の厚みなどにより効果は限定的。壁の断熱改修の代わりにはなりません。

低汚染塗料

雨で汚れが流れやすい仕組みを持つ。幹線道路沿いなどで効果的。

防カビ・防藻塗料

北面や湿気の多い場所に。コケ・藻の発生を抑える。

弾性塗料

ゴムのように伸びてひびに追従。モルタルの補修に。ただし厚みが必要で、汚れやすい面も。

光触媒・特殊塗料

セルフクリーニング効果を持つもの。価格が高く、施工実績・保証を確認したい。

塗料選びの、かんたんフロー

あと何年住む予定？	おすすめの方向性	ひとつこと
～10年程度	シリコン／ラジカル制御形	価格と耐久のバランス重視
15年以上住む	フッ素／無機	足場代の回数を減らせるので、長期では得な場合も
売却・相続を考えている	シリコン以上＋保証書	メンテナンス履歴を残すと資産価値に有利

日本の代表的な塗料メーカー

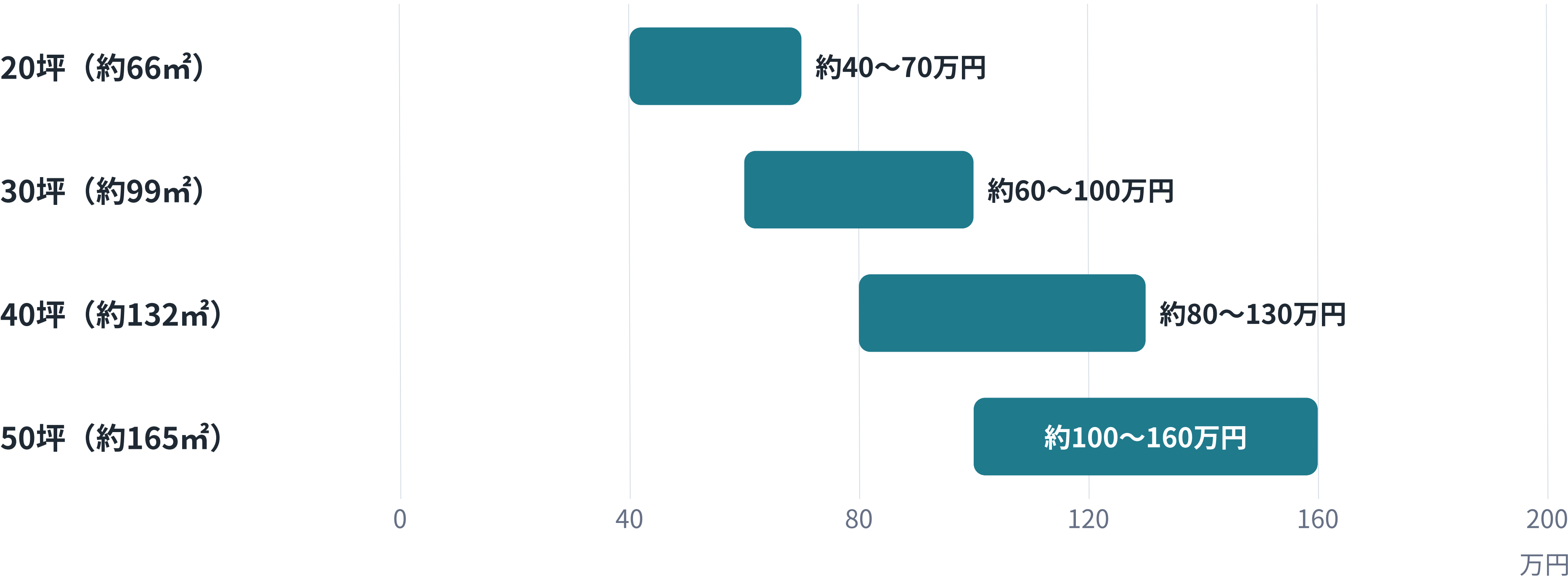
日本ペイント／関西ペイント／エスケー化研／アステックペイント／ロックペイント／AGCコーテック／日進産業／菊水化学工業／プレマテックス／ピアレックス・テクノロジーズ。国内大手メーカーの塗料を使用していれば、まず問題ないと考えてよいと思います。ドイツ製の天然由来の木材専用塗料（OSMO：オスモカラー、キシラデコールなど）のような特殊なものは、その建材に詳しいプロにお任せください。

CHAPTER 04

外装塗装の費用相場【2026年版】

いくらかかるのか。これが一番の関心事だと思います。まず、坪数別の相場を見てみましょう。

■ 延床面積別の費用相場（外壁塗装）



延床面積	外壁の塗装面積（目安）	外壁のみ	外壁＋屋根（同時施工）
20坪	約79㎡	約40～70万円	約65～110万円
30坪	約119㎡	約60～100万円	約85～150万円
40坪	約158㎡	約80～130万円	約110～190万円
50坪	約198㎡	約100～160万円	約135～220万円

※ 公開されている2026年の相場情報を基に整理した目安（シリコン系塗料が中心）。屋根の同時施工は、屋根塗装の費用約25～60万円を加えた概算です。

秘

㊦ポイント：塗装面積のかんたん計算式

- 外壁の塗装面積 ÷ 延床面積(㎡) × 1.2 （例：30坪＝約99㎡ → 約119㎡）
- この面積が、見積書の「㎡数」と大きくずれていないかを確認しましょう。極端に少ない・多い場合は、根拠を質問してください。

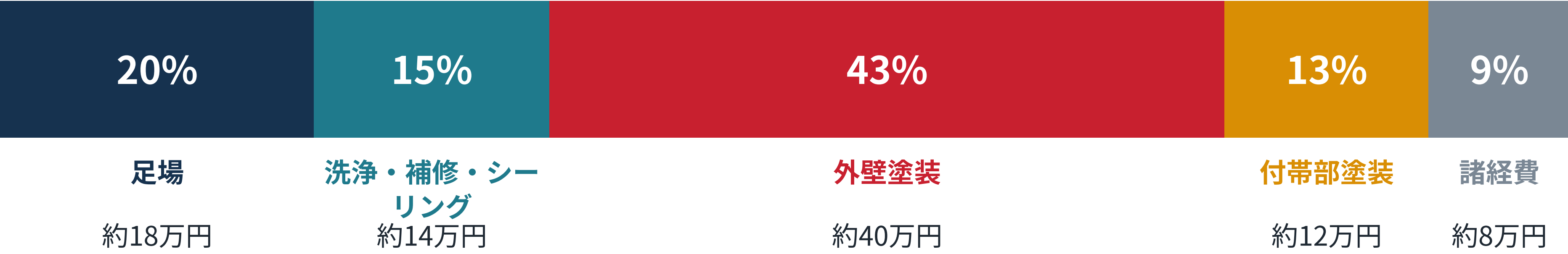
■ 費用を左右する主な要因

- 建物の形状（凹凸が多い・3階建て）や、窓・付帯部（雨樋・破風など）の数
- 劣化の程度（ひび・サビ・シーリングの量）と、必要な下地補修
- 選ぶ塗料のグレード、足場の種類、立地（隣家との距離、道路幅）

■ 費用の内訳：モデルケース（30坪・外壁シリコン塗装）

見積書の総額が、どこに、どれだけ使われているのかを知っておくと、他社の見積りと比較しやすくなります。下は、一般的な内訳の一例です。

モデルケース合計：約92万円（税込・一例）



項目	内容	モデル金額
足場・飛散防止ネット	約200㎡ × 約900円。組立・解体・運搬を含む	約18万円
高圧洗浄	汚れ・コケ・古い塗膜を洗い流す。塗料の密着に直結	約2万円
下地補修・シーリング	ひび補修、シーリングの打ち替えなど（量により大きく変動）	約12万円
外壁塗装（3回塗り）	約119㎡ × 約3,300円（下塗り・中塗り・上塗り）	約40万円
付帯部塗装	雨樋・軒天・破風・雨戸・水切りなど	約12万円
諸経費・管理費	現場管理・廃棄物処理・近隣対応など	約8万円



「一式」の見積りに注意

「外壁塗装工事 一式 ○○万円」のように、面積・単価・塗料名が書かれていない見積書は、比較も検証もできません。塗料代は総額の約2割程度と言われます。「塗料代」だけを見て高い・安いと判断するのは早計です。



見積書で確認したい3点

- ㎡数（面積）と単価が項目ごとに書かれている
- 塗料の製品名（メーカー・グレード）が明記されている
- 下塗り・中塗り・上塗りの3工程が書かれている

■ 足場代のしくみと、法令の話



足場代の相場は、一般的に1㎡あたり約600～1,500円（足場の種類による）。30坪前後の住宅で、飛散防止ネットを含めて約15～20万円が目安です。

足場は、高所作業の安全確保だけでなく、職人が丁寧に作業するためにも欠かせません。厚生労働省の労働安全衛生規則では、2メートル以上の高所作業では、安全な足場などの作業床を設ける必要があると定められています。

屋根の傾斜が急な場合は、屋根足場（傾斜に沿った足場）が別途必要になることもあります。

新

2024年4月から「本足場」が原則に（令和6年4月1日施行）

建設現場で足場を使用する際、幅1m以上の箇所では、原則として「本足場」（2本の建地で組む足場）を使うことが必要になりました（労働安全衛生規則 第561条の2）。

狭小地や障害物があるなど、本足場が困難な場合は、例外的に一側足場が認められます。

■ メンテナンス回数が増えるほど、足場代は重くなる？

一方で、メンテナンスの回数が増えれば、そのたびに足場代がかかり、費用効率が悪くなるのではないか、というご意見もあります。確かに一理あります。建設現場における安全管理の法規制は年々厳しくなっており、足場の要件も高くなっています。だからこそ、次の章で見る「ランニングコスト」の視点が大切になります。

秘

⑧ポイント：「足場代無料」の見積りは、どこかに上乗せされている

足場は、必ず実費がかかる工事です。「足場代を無料にします」という提案は、その分が別の項目に上乗せされていないか、注意して見積書の総額を比較してください。

■ 2026年の動き：値上げと、これからの工事の考え方

新

原材料高が、見積りに影響しています

2026年春以降、大手塗料メーカーが塗料・シンナーなどの価格改定を相次いで発表・実施したと報じられています。溶剤系塗料や、溶剤を使う下塗り材・シーリング材は、特に影響を受けやすい傾向があります。

その結果、30坪前後の住宅で、総額が数万円～十数万円上がるケースが出ているとの情報もあります（業者ブログ等による目安であり、地域・仕様で異なります）。

「待てば安くなる」とは限りません。傷みが進むと、補修費用が増える点も考えなければなりません。必要な時期に、複数社で見積りを比較して、適正な価格で契約することが大切です。

■ 費用を賢く抑える、7つのコツ

① 屋根と同時に行う

足場を1回で済ませることで、屋根だけ・外壁だけを別々に行うより、足場代を節約できます。

② 相見積りは3社が目安

同じ条件（塗料・面積・範囲）で比較します。極端に安い・高い見積りは理由を確認。

③ 「何年住むか」で塗料を選ぶ

長く住むなら高耐久塗料。短期なら過剰なグレードは不要かもしれません。

④ 補助金・火災保険の確認

自治体の助成金や、台風・雹などの被害には火災保険が使えることも（第10章）。

⑤ 早めの補修で拡大を防ぐ

小さなひび・シーリング割れは、早期補修が安上がりです。

⑥ 契約前に値上げ条項を確認

見積りの有効期限、材料価格が変動した場合の扱いを書面で確認しましょう。

！

⑦ 「安さ」だけで決めない

見積りが極端に安い場合、塗料の缶数・塗り回数・下地処理・保証などが削られている可能性があります。総額ではなく、「内容」で比較しましょう。

CHAPTER 05

得をする「外壁ランニングコスト」の考え方

ランニングコストとは、「維持にかかる費用」のこと。生活で言えば、光熱費・水道代・ガソリン代のようなものです。

建物にとってのランニングコストとは何でしょうか。それは、購入後に、保守・メンテナンスに掛かる「修繕費」にほかなりません。建材の特徴を踏まえ、劣化する前に計画的に実施する方が、費用を抑えられるのですが、その点は、この後、具体的に述べていきます。

■ 車のオイル交換で考えてみましょう

一般的なオイル

- こまめに交換する
- 交換の時期を守れば、車の寿命が延びる
- 手間・回数は多いが、1回の費用は安い

高性能なオイル

- 1回の費用は高い
- 交換の間隔を長くできる
- 走行が少ない人なら、使う意味が薄い場合も

同じように、外壁も、高性能な塗料を使わなくても、定期的にメンテナンスをする方が住まいにとって長持ちし、費用的にも抑えられると考えられます。もちろん、高性能な塗料を使った方が、より良いのです。ですから、費用を掛けても家を大切にしたいと考えるなら、良い塗料を使うのに越したことはありません。

秘

つまり、大切なのは「費用対効果のバランス」

「一番高い塗料を選べばいい」でも「一番安い塗料でいい」でもありません。何年住むのか、次の工事までいくらかけたいのか。あなたの状況に合ったバランスを見つけることが、外壁ランニングコストの考え方の基本です。

ランニングコストの3つの視点

工事時期

劣化する前に計画する。
傷みが進む前に。

工事費用

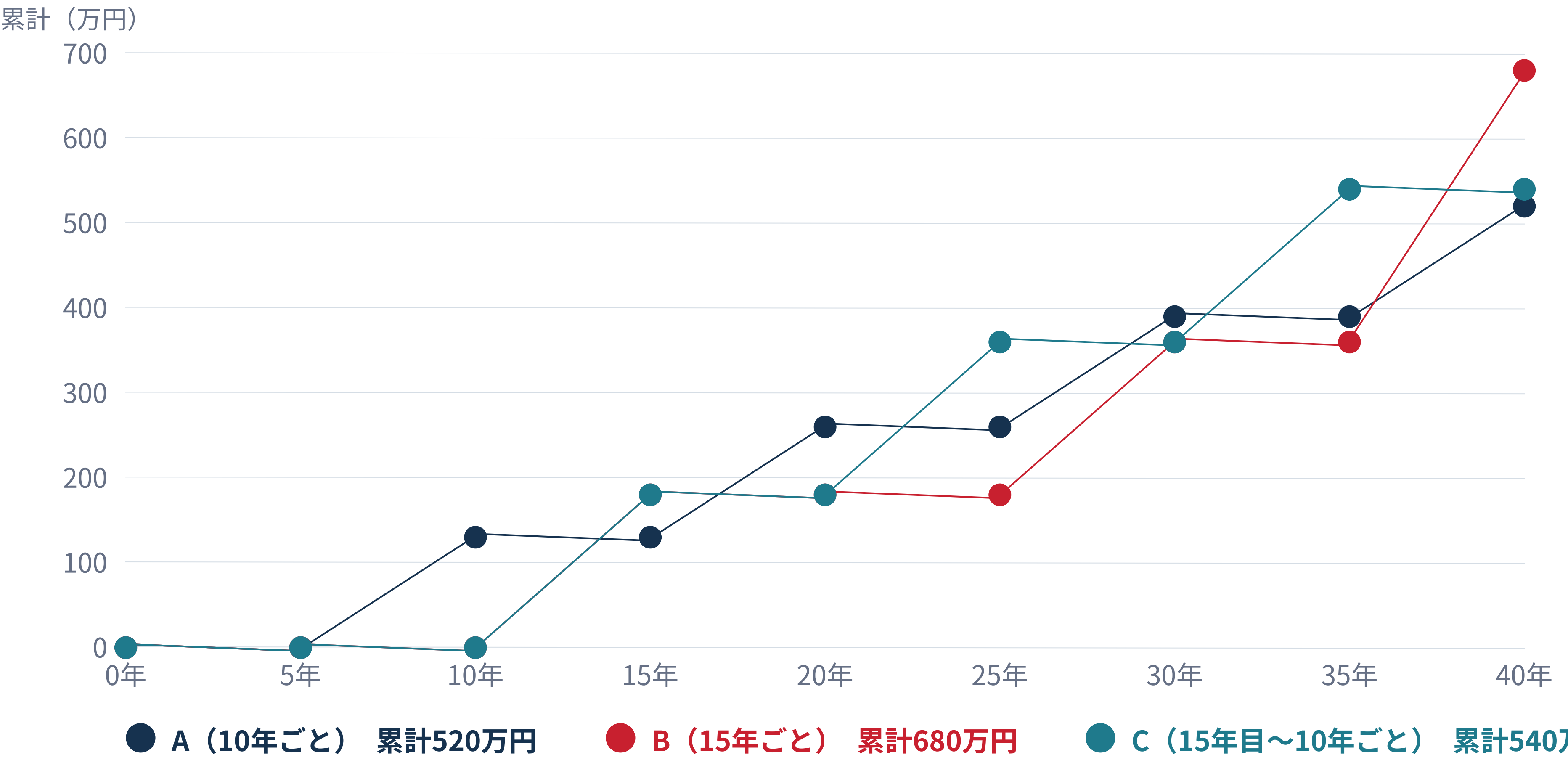
初期費用だけでなく、40年間のトータルで考える。

工事回数

回数が増えると足場代も増える。長持ち塗料との比較を。

■ 40年間のシミュレーション：3つのメンテナンスパターン

ポイントは、① 工事時期 と ② 工事費用の相関で考えることです。築40年までの累計費用を比べてみましょう。



築年数	0	10年	15年	20年	25年	30年	35年	40年	合計
A	0	130		130		130		130	520
B	0		180			180		320	680
C	0		180		180		180		540

単位：万円 ※ あくまでイメージで、実際の工事金額の目安ではありません。

- **メンテナンスA**：10年おきに一般的な塗料でメンテナンスした。
- **メンテナンスB**：15年おきに高性能な塗料でメンテナンスしたが、40年目では屋根が塗装では済まずに上葺き（葺き替え）になってしまった。
- **メンテナンスC**：最初は15年目、その後は10年おきに高性能な塗料でメンテナンスした。

秘

結論：メンテナンスAが、最も外壁ランニングコストを抑える

このモデルでは、「こまめに、傷みが浅いうちに手入れする」Aが最も安くなりました。理由は、Bのように時期を逃すと、屋根や下地の大掛かりな工事が必要になるからです。

「短周期で塗り替え」と「長持ちで回数を減らす」、どちらがいい？

	こまめに塗り替え（一般的な塗料）	高耐久塗料で回数を減らす
1回の費用	抑えやすい	高くなりやすい
足場代	回数が多いため、累計で増える	回数が少ないため、累計で減る
劣化のチェック	工事のたびに、建物の状態を点検できる	工事間隔が空くため、日頃のセルフ点検が大切
向いている人	予算を分散したい、様子を見ながら進めたい	長く住む・足場代を減らしたい・手間を減らしたい
注意点	工事のたびに、生活への影響や近隣対応が発生	下地・シーリングが先に傷むと、塗料の寿命が活かせない

ランニングコストを抑える、3つの実践ポイント

① 定期的な点検を続ける

定期的な外装点検は、小さな問題を見つけて修復し、大きな修理費用を抑える助けになります。年1回のセルフ点検（第6章）を習慣に。

② 適切な塗料と材料を選ぶ

長持ちする塗料や耐久性のある材料を選ぶことで、塗り替えの頻度を減らし、費用を最小化できます。

③ DIYメンテナンスの活用

簡単なメンテナンス作業（落ち葉の除去、雨樋の掃除、洗浄など）はDIYで行い、費用を節約できます。ただし高所作業は無理をせず、業者に任せましょう。



ハウスメーカー保証と、ランニングコスト

新築時のメーカー保証に「有償点検・有償メンテナンス」が条件になっている場合、保証を維持するコストもランニングコストの一部です。契約内容を確認し、他社見積りと比較する視点も持ちましょう（第7章）。

CHAPTER 06

セルフ外装点検の仕方とは？

ご自身で外装の点検をすれば、一番簡単です。そして、それは難しいことはありません。

どこを見て、どこまで劣化したらメンテナンス時期なのか。それを見極めればよいのです。数を多く観て経験を積まないと分からない面もありますが、知識や経験がなくても、やろうと思えば出来ます。

秘

「やるか、やらないか」だけです

『人間、出来る、出来ないではない。やるか、やらないか。』私の大好きな言葉です。写真を添付しますので、ご自宅と見比べてみてください。

■ セルフ点検の、基本の3ステップ

1

見る

家の周りを1周。4面すべてを、少し離れた位置から見て、色・汚れ・ひびを確認

2

触る

外壁を手でなでる。白い粉がつけば「チョーキング」。ひびや目地もチェック

3

撮る

気になる箇所は日付入りで撮影。場所のメモも。前回との比較と、業者への説明に役立ちます

■ 点検する箇所と、目安の頻度

点検箇所	見るポイント	頻度の目安
外壁	色あせ・チョーキング・ひび・コケ・塗膜のはがれ	年1回
屋根	色あせ・コケ・割れ・ズレ・サビ（地上から確認）	年1回・台風後
シーリング（目地）	ひび割れ・肉やせ・隙間・剥離	年1回
板金・棟	浮き・釘の抜け・サビ・ズレ	台風の後
雨樋・付帯部	詰まり・ゆがみ・外れ・塗膜の劣化	落ち葉の季節の後

！

安全第一：屋根には登らないでください

屋根や脚立での作業は転落の危険があります。屋根は地上や2階の窓から、双眼鏡やスマホのズームで確認し、高所の確認は業者の点検に任せましょう。

(1) 外壁の診断：ここまですなったら、メンテナンスを



サイディングの剥がれ。目地の黒ずみにも注意



コケ・藻が広がった外壁。湿気が多い面に出やすい



モルタルの黒ずみとひび割れ



モルタルの細いひび（ヘアクラック）と目地

症状	何が起きている？	目安	対応
色あせ・ツヤ引け	塗膜が紫外線で劣化し始めた	築7～10年	様子を見つつ、計画を開始
チョーキング （白い粉）	塗膜が分解され、防水性が低下	手に白い粉がつく	塗り替え時期に入っています
ヘアクラック （細いひび）	表面の塗膜・モルタルの細いひび	幅0.3mm未満	塗装＋補修で対応可能
構造クラック （大きいひび）	下地まで達したひび。雨水が侵入する	幅0.3mm以上（名刺が入る）	専門家に診断を依頼
コケ・カビ・藻	水分が残りやすく、塗膜の防水性が低下	日陰・北面に多い	洗浄＋防カビ塗装
膨れ・はがれ	塗膜が下地から浮き、防水性を失っている	手で触ると剥がれる	早急に点検・補修

秘

㊦ポイント：チョーキングの確かめ方

晴れた日に、外壁を手のひらで軽くなでてみましょう。白い粉（顔料）が手につけば、塗膜が役目を終えつつあるサインです。黒い服を着てなでると分かりやすくなります。

■ (2) 屋根の診断：ここまですなったら、メンテナンスを

屋根は、雨・風・紫外線を最も強く受ける場所です。屋根材の種類（スレート・瓦・金属）によって、症状が違います。



スレート瓦の表皮の剥がれ



スレート瓦のひび・欠け。
雨水が入りやすい状態



屋根裏の雨漏り箇所点検



軒先のコケ・表面の破損劣化



瓦の下の防水シートの破れ、劣化



瓦の棟（頂上部）のずれ・漆喰の傷み



棟部分の崩れ・欠け。早めの補修が必要



棟漆喰の劣化、瓦の下に雨が
入る状態

屋根材	主な劣化サイン	対応の目安
スレート（コロニアル）	色あせ・コケ・ひび・欠け・反り	塗装可能な状態なら10～15年目安。傷みが進むとカバー工法など
瓦（陶器・セメント）	ずれ・割れ・漆喰の剥がれ・棟の崩れ	陶器瓦は塗装不要だが、ずれ・漆喰の補修は定期的に
金属屋根	サビ・塗膜のはがれ・浮き	サビを落とし、錆止め＋塗装。15～20年目安

■ (3) 板金の診断：ここまですなったら、メンテナンスを



棟板金の下、貫板の腐食



棟板金の剥がれ・脱落。釘の浮きは、台風の後には必ず確認



板金の取り付け部分。隙間から雨水が入りやすい



屋根の端部の板金（ケラバ・軒先）

棟板金（屋根の頂上にかぶせた金属）は、強風で釘が浮いたり、下地の貫板（ぬきいた）が傷んで、板金ごと飛ぶ事例が知られています。釘の浮き・サビ・浮きを見つけたら、早めに補修しましょう。

■ (4) シーリングの診断：ここまですなったら、メンテナンスを



レンガ調サイディングの目地。ゴムが硬化し、割れ・すき間



バックアップ材の飛び出し。劣化・剥離



サイディングの目地。肉やせ・割れ



打ち替えが必要な、劣化が進んだ目地

シーリングの症状	状態	対応
表面のひび割れ・肉やせ	弾力を失い始めた（初期）	計画を開始。外壁塗装時に打ち替えが基本
割れ・剥離（すき間）	雨水が入る状態	早急に、打ち替え・補修
指で押すと硬い・ボロボロ	寿命を迎えている	既存を撤去して打ち替え（増し打ちは不可の場合あり）

■ (5) 雨樋の診断：ここまですなったら、メンテナンスを



軒樋（横の樋）のゆがみ・外れ



落ち葉・ゴミが詰まった雨樋



雨樋の継ぎ目の劣化・水はね跡



縦樋のつまり・破損跡

- 雨の日に、雨樋から水があふれていないか確認（詰まりのサイン）
- 樋がゆがんでいる・外れている → 水が壁を伝い、外壁や基礎を傷める
- ひび割れ・変色（プラスチック樋の劣化） → 交換や部分補修を検討

■ 年間の点検カレンダー

春（3～5月）	梅雨（6～7月）	秋（9～11月）	冬（12～2月）
● 冬の傷みの確認（ひび・凍害） ● 外壁・シーリングを1周 ● 塗装の相談・見積りに最適	● 雨漏り・雨染みの確認 ● 雨樋のあふれ確認 ● カビ・コケのチェック	● 台風後の屋根・板金の確認 ● 落ち葉除去（雨樋） ● 外壁工事のベストシーズン	● 結露・凍結の確認 ● 窓・サッシ周りの点検 ● 年間記録のまとめ



気になったら、写真を撮って業者に相談

点検で見つけた症状は、日付入りの写真を残しておく、業者への説明にも、見積りの比較にも役立ちます。次のページの点検記録シートを、コピーしてお使いください。

点検日： 年 月 日 天気： 点検者： 築年数： 年

点検箇所	状態（○△×）	気になる症状	写真No.	対応メモ
外壁（東）				
外壁（西）				
外壁（南）				
外壁（北）				
屋根				
棟板金・板金				
シーリング（目地）				
雨樋				
軒天・破風・付帯部				
その他				



- ○：異常なし △：症状あり（様子見・来年再確認） ×：早めに専門家の点検を
- ×が1つでもあれば、複数の業者に点検を依頼しましょう。

- 点検記録と写真をまとめる（第6章）
- 外壁材・前回の塗装時期・新築時の保証書を確認（第2・8章）
- 予算の上限と、あと何年住むのかを家族で共有（第4・5章）
- 3社の相見積りの準備（第7章）

CHAPTER 07

どのようにして業者を選べば良いのか？

外装リフォームの成否の大半は、業者選びで決まります。まず、業者のタイプごとの特徴を整理しましょう。

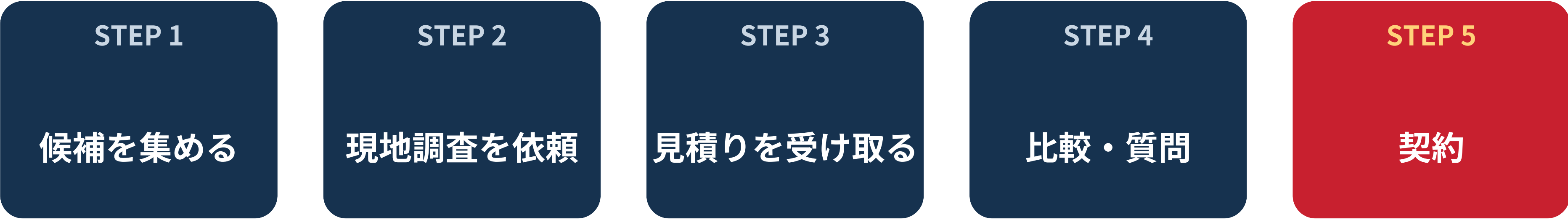
業者のタイプ	特徴	長所	注意したい点
ハウスメーカー・系列会社	新築を建てた会社、またはそのグループ会社	建物の履歴を把握。保証・ブランドの安心感	工事を下請けに発注する構造の場合、その分の費用が含まれることがある
地域の工務店・リフォーム会社	地元に根ざし、外装以外の相談もできる	小回りが利き、アフターが早い	実績・技術は会社ごとの差が大きい
塗装専門店（自社施工）	塗装を専門に、職人を抱えて施工	専門性が高く、中間コストが少ない傾向	会社の規模・保証内容を要確認
訪問販売系	突然の訪問で「点検」「無料」等を切り口にする	特になし（比較対象として）	相談が多い分野。その場での契約は避ける
一括見積もりサイト経由	サイトを通じて複数社を紹介	手軽に複数社を比較できる	紹介料の仕組みと、サイトごとの審査の差に注意

秘

⑧ポイント：業者選びに「絶対」はない

どのタイプにも優良な会社と、そうでない会社があります。大切なのは、タイプではなく、次のページの確認ポイントで「その会社」を見極めることです。

業者選びの流れ（全体像）



焦らず、時間をかけて。最初から1社に絞らず、必ず複数社を比較しましょう。

■ 業者を選ぶ、6つのチェックポイント

① 建設業許可・資格

塗装工事業の建設業許可の有無を確認。請負金額が500万円未満の工事なら許可は不要ですが、許可・資格は信頼性の目安になります（制度は改正されることがあります）。国家資格「建築塗装技能士」の在籍も目安に。

② 会社の実態

所在地・固定電話・代表者名が確認できる。施工実績（写真付き）や自社の職人の有無。

③ 保険・保証

賠償責任保険への加入、工事保証書の発行、リフォーム瑕疵保険の登録事業者かどうか。

④ 見積りの中身

m²数・単価・塗料名が具体的か。説明が丁寧で、質問に誠実に答えるか。

⑤ 現地調査の丁寧さ

屋根や高所まで確認しているか。劣化の写真を見せて説明してくれるか。

⑥ 契約を急がせないか

「今日だけ」「今月だけ」と決断を迫る業者は要注意。検討する時間を与えてくれるか。

■ 口コミ・評判の見方

インターネット上の口コミや評判は、他のお客様が実際に体験した、業者の信頼性やサービスの質を知る手がかりになります。例えば、Googleマップで、ご自宅を中心に「リフォーム会社」「塗装会社」と入力してみましょう。良い口コミが多い業者は、信頼感が生まれます。



口コミは「参考程度」に

- 口コミ評価が載っていますので参考にはなります（ただし、どの会社も対策しているかもしれず、そのまま鵜呑みにはできません）。
- 逆に、多くの悪い評判がある場合は、慎重に検討する必要があります。良い点と悪い点の両方を見て、判断しましょう。

■ 突然の訪問営業・点検商法から、身を守る

国民生活センターには、訪問販売によるリフォーム工事や、「点検」を口実にした勧誘（点検商法）の相談が、年間1万件を超える規模で寄せられています。よくある手口を知っておきましょう。

よくある言葉	実際に起きていること	対応
「近所で工事をしている、お宅の屋根が傷んでいるのが見えた」	無料点検を名目に、不安をあおって契約を迫る	その場で契約せず、写真と根拠を求める
「今日契約すれば大幅に値引きします」	決断を急がせる典型的な話法	「家族と相談する」と伝えて、見積りだけ受け取る
「足場代を無料にします」	その分が別項目に上乗せされていることも	総額と内訳を比較する
「火災保険で無料で直せます」	保険の適用は原因と条件で判断される（第10章）	契約前に自分で保険会社に確認する
「点検が義務化されました」	事実でない説明で契約させる例が報告されている	根拠となる資料を求める

■ 困ったら：クーリング・オフ（訪問販売は8日間）



ひとりで悩まず、消費者ホットライン「188」へ

特定商取引法にもとづき、訪問販売では、契約書面を受け取った日から8日以内なら、書面でクーリング・オフができます。工事が始まっても、期間内であれば手続きできる場合があります。迷ったら、すぐに188（最寄りの消費生活センターにつながります）へ相談を。

■ 一括見積もりサイトは、信用できるのか？

最近では、外壁塗装の一括見積もりサイトが非常に多くあります。「ホームプロ」「ゼヒトモ」「リショップナビ」「リフォームガイド」「リフォームコンパス」「ハピすむ」「リフォームル」など、ちょっと検索しただけでもこれだけあります。業者選びそのものが悩みになっている、と言えるのかもしれませんが。

メリット		知っておきたい点
利用者側	無料で利用できる場合が多く、複数社の見積りを手軽に比較できる	個人情報を入力するため、連絡が複数社から来ることもある
業者側	集客・広告として、案件を紹介してもらえる	紹介料（成約時の手数料など）がかかる仕組み。サイトにより異なる
サイト運営	業者からの紹介料・広告費で運営される	加盟審査の基準がサイトごとに異なる



費用の仕組みを知っておく

多くのサイトでは、利用者は無料ですが、サイトの運営費用は、業者が負担する紹介料などで賄われています。契約金額の10～15%程度と説明される例もありますが、サイトによって異なります。
業者にとってこの負担は、最終的な工事費用や、工事内容の調整に影響する可能性があります。

上手な使い方

- 1つのサイトだけに頼らず、2～3社に絞って比較する
- 加盟審査の基準（許可・保険・実績の確認）が公開されているサイトを選ぶ
- 紹介された業者にも、この本のチェックポイント（第7章・第8章）を当てはめる
- 契約を急がされたら、サイト経由でも一度持ち帰る



私のおすすめ

「近道をしようとして、かえって遠回りになった」という話も聞きます。信頼できる業者を探すなら、地域の口コミ・紹介などを併用し、誠意を持って対応してくれる会社に、直接相談する方法もあります。

■ ハウスメーカーの長期保証って、何の保証？

新築時には、すべての家に「住宅性能保証（瑕疵担保責任）」が10年間ついています。柱などの構造耐力上主要な部分や、雨水の浸入を防止する部分に重大な欠陥が見つかった場合、業者はその補修を無料で行わなければならないと、法律（住宅の品質確保の促進等に関する法律）で決まっています。

多くのハウスメーカーは、これを延長する「長期保証」（20年・30年など）を掲げています。ただし、延長の条件が、メーカー（またはそのグループ）による定期点検と、有料のメンテナンス工事を実施することになっている例が多く見られます。

	メーカー指定で有料メンテナンス	他社と比較して発注
保証	延長保証が継続される（条件を満たせば）	延長保証が対象外になる場合がある
費用	他社より高くなる場合もある	相見積りで価格を比較できる
工事の担当	グループ会社・協力会社が施工	選んだ業者が施工
向いている人	ブランドの安心感を重視する	内容と価格の納得感を重視する

秘

⑧ポイント：保証の「条件」と「範囲」を読み解く

- 保証が続く条件（有料点検・工事の指定）は何か
- 保証の範囲は、どこまでか（雨漏りのみ？外壁の劣化は？）
- 他社で工事をした場合、保証はどうなるのか

結局、有料でメンテナンスをするのであれば、施主のニーズに合った提案をするのが本来です。だからこそ、私は、新築を建てた会社以外にも相見積りをしてみたらいいのではないかと考えます。その上で、工事内容と金額を含めて納得がいけば、それは、それでいいリフォームになると思います。確かに、工事の品質については、責任を持ってやってくれるはずですから・・・。

■ 「お宅だけ特別にお値引きします」は、常套句

ちょっと、これはお客様からしたら「くすぐる言葉」ですよね？ 見積りの妥当性を把握出来ないときに、総額で値引きを提示するのは、決断を促す常套手段ですから、冷静に判断する注意が必要です。

見積りの透明性

根拠のない値引きや特別扱いは、見積りの透明性が欠けている可能性があります。実際の工事内容や材料の費用など、具体的な根拠を確認しましょう。

手抜き工事のサイン

「特別価格」「お宅だけの特典」は、手抜き工事の前兆となることも。安い見積りで契約する際は、工事の品質と材料に注意が必要です。

他社との比較

他の業者の見積りと比較することで、根拠のない値引きや特典が浮き彫りになります。無理に安い価格を提示する業者には注意を。

よくある誘い文句

誘い文句	考え方
「今日、契約してくれたら足場代30万円を無料にします」	足場は実費がかかる工事。総額が変わるのか確認
「ご近所さんには、絶対に内緒にしてくださいね」	特別感を演出し、他社との比較を防ぐ話法
「近所の現場の足場を利用しますので、その分値引きします」	本当なら、見積書で具体的に示してもらおう
「屋根壁セットキャンペーンをやっています。今回は特別に…」	「今だけ」は決断を急がせる典型的な言い方



冷静に、こう返しましょう

「他社の見積りと比較してから決めます」「内訳を書面でいただけますか」。誠実な業者なら、待ってくれます。

■ 相見積りの取り方：5つのステップ

① 条件をそろえる

外壁のみか、屋根・付帯部も含むか。塗料のグレード・保証の希望を、各社に同じ条件で伝えます。

② 現地調査に立ち会う

60～90分が目安。屋根・シーリング・付帯部まで見ているか、写真を撮って説明してくれるか確認。

③ 見積書を書面で受け取る

口頭のみは不可。㎡数・単価・塗料名が書かれた見積書を、有効期限とともに受け取ります。

④ 内容を比較する

総額ではなく、塗料・塗り回数・下地処理・保証で比較。第8章の比較シートが便利です。

⑤ 断るときは、誠実に

選ばなかった会社には、メールや電話で、早めに理由を添えて連絡します。

■ 現地調査で、ここを見よう

- 屋根・外壁・シーリング・雨樋・付帯部まで、全体を確認したか
- 劣化の写真を撮り、あなたに見せて説明したか
- 建物の寸法を測り、塗装面積を算出したか（「だいたいこのくらい」ではない）
- 質問に、具体的に、分かりやすく答えたか

秘

⑧ポイント：質問への答え方で、会社が見える

巻末の「業者に聞く10の質問」を、そのままぶつけてみてください。丁寧に答える会社は、工事も丁寧です。

■ 保証書と保険：3つの「守り」を理解する

	塗料メーカーの製品保証	施工店の工事保証	リフォーム瑕疵保険
誰が保証？	塗料メーカー	施工した会社	国土交通大臣指定の保険法人
対象	製品の品質（一部の製品・条件付き）	施工不良による不具合	工事の欠陥（検査と保証がセット）
確認点	対象製品・条件・期間	期間・範囲・免責・会社の存続	事業者が登録事業者か。保険金額・期間



「10年保証」の中身を確認しましょう

- 保証期間が長くても、対象が限定的（雨漏りのみ、色あせは対象外など）な場合があります。
- 10年後も、その会社が存在しているかも大切な視点です。

■ リフォーム瑕疵保険とは

リフォーム工事の検査と保証がセットになった保険制度です。国土交通大臣が指定した住宅瑕疵担保責任保険法人が引き受け、保険への加入は、業者を通じて行います（加入の義務はないため、依頼が必要です）。保険金額は請負金額等により異なり、保険料は、請負金額400万円のリフォーム工事で3万円程度が目安とされています。

- 登録事業者かどうかは、業者に確認するか、各保険法人のサイトで検索できる
- 工事中に第三者の検査が入るため、手抜き防止にもつながる
- 事業者が倒産しても、保険法人から保険金が直接支払われる場合がある



保証書は、契約時に「見本」を見せてもらう

工事が完了してからではなく、契約前に、保証書の見本（保証内容・期間・免責事項・連絡先）を確認しましょう。

CHAPTER 08

見積書で確認する、5つのポイント

見積書は、相見積りを取る各業者の考え方を示す、非常に分かりやすい資料です。書面で提出しますので、誤解を与えること、あるいは保証するようなことは、書きたがらないものです。

1

作業内容の明確さ

見積書には、具体的な作業内容や使用される材料、工程が明確に記載されていることが必要です。「外壁塗装 一式」ではなく、下地処理や塗料の種類、塗り回数まで書かれているかを確認しましょう。

2

価格の明示と妥当性

合計金額だけでなく、各項目ごとの価格も明示されているか確認しましょう。どの工程や材料が費用の大部分を占めているかが分かり、他社の見積書と比較する際にも役立ちます。

3

保証内容と期間

信頼できる業者は、見積書に保証内容と期間をしっかりと明示します。保証期間が短い場合や内容が不十分な場合は、業者に確認を求めるべきです。

4

工期と作業スケジュール

工期や作業スケジュールが含まれていることが望ましいです。リフォームに伴う騒音や生活の支障を最小限に抑えることが可能です。予定より工期が長引く場合の、追加費用や代替策についても含めて確認しましょう。

5

追加費用や変更に対する取り決め

工事中に予想外の追加工事や変更が生じることはよくあります。追加費用や工期の変更に関する取り決めが明確でない場合は、業者と十分に話し合い、納得のいく条件を取り決めておくことが重要です。

■ 良い見積書と、危ない見積書を比べてみましょう

◎ 良い見積書の例（一部）

項目	内容・仕様	数量	単価	金額
① 足場・飛散防止ネット	くさび式足場 組立・解体	200㎡	900円	180,000円
② 高圧洗浄	外壁全面（水圧調整）	119㎡	170円	20,230円
③ シーリング打ち替え	サイディング目地 ○○社製	150m	900円	135,000円
④ 外壁下塗り	水性シーラー ○○社「製品名」	119㎡	500円	59,500円
⑤ 外壁中塗り・上塗り	シリコン ○○社「製品名」 2回塗り	119㎡	1,600円×2	380,800円
⑥ 付帯部塗装	雨樋・破風・軒天（ケレン・錆止め含む）	一式	—	120,000円

× 危ない見積書の例（一部）

項目	内容・仕様	数量	単価	金額
外壁塗装工事	一式（塗料・工程の記載なし）	一式	—	800,000円
足場	無料サービス	—	—	0円
特別値引き	本日限り	—	—	▲100,000円

秘

この違いを見抜くための、3つの質問

- この「一式」には何が含まれていますか？（面積・塗料名・回数）
- 足場が無料のとき、その費用はどこに含まれていますか？
- 「本日限りの値引き」を、見積書の有効期限で示してもらえますか？

見積り比較シート（コピーしてお使いください）

項目	A社	B社	C社
会社名			
現地調査の丁寧さ（○△×）			
総額（税込）			
塗装面積（㎡）			
足場（数量・単価）			
下地処理・シーリングの内容			
塗料（メーカー・製品名）			
塗り回数（下・中・上）			
付帯部の範囲			
保証（期間・範囲）			
工期			
支払い条件			
見積りの有効期限			
担当者の印象・メモ			



使い方

各社の見積書から、同じ項目を書き写して並べるだけ。総額が安い会社でも、面積・塗料・回数・保証のどこかが削られていないかが一目で分かります。

CHAPTER 09

手抜き工事を防止する、簡単で確実な方法

手抜き工事を見極めることは、普通の一般人では、簡単には見分けられません。特に塗装工事は、工事が完成した当初は、塗装する前との変化が劇的すぎて、問題点などを見つけられないのです。

塗装の性能は、経年劣化してからでないと判断がつきませんし、完成してすぐに見つけることは、やはり困難ですよね……。では、どうやって手抜き工事を防止するのでしょうか。それは、工事の行程を写真でしっかり観せてもらうようにすることです。

よくある手抜きの手口と、防ぎ方

手口	起こること	防ぐには
塗料を規定以上に薄める	色ムラ・早期の劣化	缶の写真・使用量の確認
塗り回数を減らす（2回塗り）	塗膜が薄く、耐久性が低下	各工程の写真を撮ってもらう
乾燥時間を守らない	密着不良・膨れ・はがれ	工程表で、日数を確認
洗浄・ケレン（サビ落とし）・補修を省く	数年でののはがれ・サビの再発	洗浄・ケレンの作業写真
指定と違う塗料を使う	見積り通りの耐久性が出ない	缶の写真（製品名・ロット）
悪天候・低温・高湿度でも施工	白化・密着不良	雨天・気温5℃未満・湿度85%以上は施工しない
養生不足・塗に残し	窓・車・植栽の汚れ、塗に残し	着工前の養生を確認、完了時に全周を検査



気象条件の目安

一般に、気温5℃未満、または湿度85%以上の環境では、塗料が乾きにくく、塗装は原則行わないこととされています（建築工事標準仕様書・JASS 18 など）。

■ 工事の流れと、各工程で確認すること（30坪目安：約10～14日）

1 着工前 近隣挨拶・工程表の確認	2 足場・養生 ネット・養生の隙間、窓・植栽	3 高圧洗浄 汚れ・コケ・古い塗膜の除去。 乾燥時間
4 下地補修 ひび補修、目地の打ち替え、ケレン	5 下塗り 下塗り材の缶の写真、塗り残し	6 中塗り 下塗りとの色の違い。乾燥時間
7 上塗り 色ムラ・塗り残し・ツヤ	8 検査・手直し 施主立会い。写真で確認	9 足場解体・引渡し 清掃、保証書・写真報告書の受領

秘

①ポイント：赤い丸の3工程（下塗り→中塗り→上塗り）が、写真の撮りどころ

塗装の性能を決めるのは、この3回塗りです。それぞれの工程の写真（できれば缶と一緒に）を、必ずお願いしましょう。

塗料の使用量を、ざっくり確認する方法

塗料は製品ごとに、1㎡あたりの標準使用量（塗布量）が決まっています。塗装面積 × 塗布量 × 塗り回数 で、必要な塗料の量の目安が分かります。空き缶の数が、この目安とあまりにも違わないか、業者に質問してみましょう。

写真をお願いする、4つのポイント

① それぞれの場所の写真

塗る前と、塗った後の写真を撮ってもらう。

② 3回塗りの各工程の写真

下塗り・中塗り・上塗りを、証拠として残す。

③ 塗料を同系色で分ける

できれば中塗りと上塗りの色を少し変え、塗り重ねを確認しやすくする。

④ ケレン（錆落とし）の写真

サビの処理は、後から確認できない部分。

そして、これらの写真を観て、手抜きでないことを証明できるように、写真を撮ってもらうことです。もし、そのようなサービスはやっていません、あるいは、別途費用をいただきますと言うような業者ならば、その業者はやめた方がいいでしょう。しっかり工事をしている業者なら、別に面倒なことでもないし、それで手間が増えるということではないはずですから・・・。



頼み方のコツ

「普通にそうして欲しいのだけど、大丈夫ですか？」と、さりげなく、当たり前ですよ？ という程度で、質問するようにしましょう。むしろ、この施主はしっかり工事内容を見ってくれる関心の高いお客様のようだ、と、職人も気合いが入るはずです。

工事のチェックリスト

契約前	工事中	完了時
☐ 見積書の内訳を確認 ☐ 塗料名・缶数・塗り回数 ☐ 保証書の見本を確認 ☐ 工程表を受領	☐ 着工前の養生を確認 ☐ 各工程の写真を受け取る ☐ 天候による延期の連絡 ☐ 追加工事は書面で確認	☐ 施主立会いで全周確認 ☐ 塗り残し・汚れの手直し ☐ 保証書・写真報告書を受領 ☐ 残金は、完了確認後に支払う

CHAPTER 10

補助金・助成金を、賢く活用する

外壁塗装の費用は、条件が合えば、補助金・助成金で軽くできる場合があります。ただし、思い込みは禁物です。

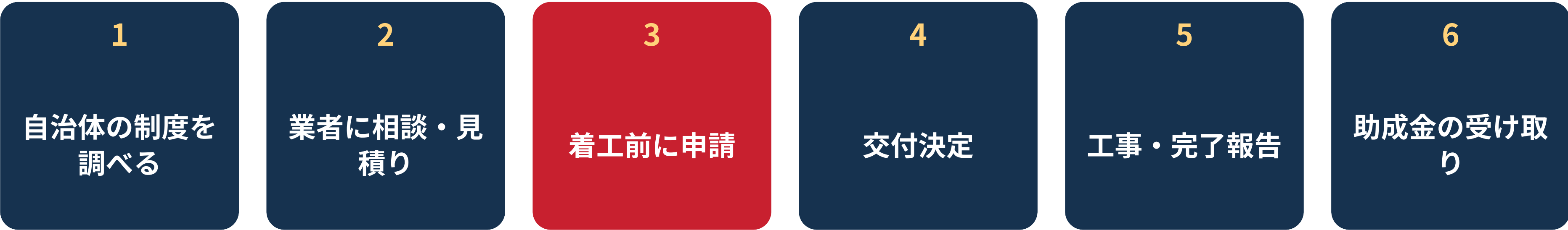
■ 国の制度：外壁塗装だけでは、対象にならないことが多い

国の住宅省エネ支援（2026年度の「住宅省エネ2026キャンペーン」に含まれる各事業など）は、断熱性能を高める工事が中心です。外壁の塗料を遮熱塗料に変えるだけでは、「躯体部分の断熱」とは認められず、対象外となる場合が一般的とされています。外壁の内側や外側に、断熱材を新設する改修などが対象です。制度名・要件は毎年変わるため、必ず最新の公式情報でご確認ください。

■ 自治体の制度：遮熱塗料などが対象になることも

項目	目安・傾向
助成額	10万～25万円程度、または工事費の5～10%程度が多い（自治体により異なる）
主な条件	市内在住・市内業者の利用／遮熱・断熱塗料の使用／耐震改修との同時施工 など
受付方法	予算枠に達し次第終了（先着順）。年度の早い時期に締め切られることも
申請のタイミング	多くの場合「着工前」の申請が必要。契約・着工後は対象外になることがある

■ 申請から受け取りまでの流れ



「補助金が使えます」を口実にした契約に注意

契約後・着工後では対象外になる制度が多くあります。補助金は「申請するのは自分」。業者任せにせず、契約前に自治体の窓口へ確認しましょう。

■ 火災保険で、外壁・屋根を直せる場合と、直せない場合

	対象になりやすい	対象外になりやすい
原因	台風・強風（風災）、雹（ひょう）、雪（雪災）、落下物 など	紫外線・経年劣化による色あせ・ひび、故意・重大な過失、地震・津波・噴火
例	台風で棟板金が飛んだ、雹で屋根材が割れた	築15年で塗膜が色あせた、チョーキングが出た
確認先	ご自身の保険会社・代理店に、契約内容（補償の範囲・免責金額）を確認	—

保険金の請求の流れ



請求期限は、原則3年

火災保険の保険金の請求には期限があり、一般に、被害から3年（保険法）とされています。大型台風などの後は、早めに点検・写真の保存を。



❷ポイント：「保険で無料で直せる」という勧誘に注意

- 「保険金が必ず下りる」「申請を代行します」と持ちかけ、高額な手数料や契約を迫る例が報告されています。
- 保険金が下りるかどうかを決めるのは、保険会社です。「申請サポート契約」を結んでしまっても、特定商取引法の対象となる場合は、書面受領から8日以内ならクーリング・オフができます（国民生活センター）。

■ 支払いの進め方：全額前払いは避ける

- 一般的には、契約時・中間・完了後に分割して支払う
- 完了検査と、保証書・写真報告書の受領後に、残金を支払う
- 契約時に高額な前金を求められたら、その理由と使い道を確認する

CHAPTER 11

いつ工事する？ 季節・工期・生活への影響

外壁塗装は、天候の影響を大きく受ける工事です。季節ごとの特徴を知って、余裕を持って計画しましょう。

■ 季節別：外壁塗装の向き・不向き

季節	評価	特徴
春（3～5月）	◎ ベスト	気温が安定し、湿度も低め。人気のため、早めの予約が必要
梅雨（6～7月）	△ 注意	雨で工期が延びやすい。湿度85%以上では施工できない日も
夏（8月）	○ 可能	乾燥は早いが、猛暑で職人の負担が大きい。塗料の乾きすぎに注意
秋（9～11月）	◎ ベスト	気温・湿度とも安定。ただし台風シーズンは、スケジュールに余裕を
冬（12～2月）	○ 条件次第	空気が乾燥。ただし、気温5℃未満や結露・凍結があると施工不可。日が短い

秘

◎ポイント：気温5℃未満・湿度85%以上は、原則塗らない

外壁塗装に適した気温は、おおむね15～30℃とされます。優良な業者は、ベストシーズンには数か月前から予約が埋まることも。逆に、閑散期は、スケジュールに余裕を持って対応してもらえる利点があります。

■ 工期の目安

工事内容	工期の目安（30坪2階建て）
外壁塗装（足場の設置・解体を含む）	約10～14日
外壁＋屋根塗装（同時施工）	＋約2～3日
雨が多い季節・補修が多い場合	1か月以上かかることも

■ 工事中の暮らしと、近隣への配慮

洗濯物・窓

足場・ネットの設置中は、外干しや窓の開閉に制限あり。洗浄・塗装の日は、窓を閉める日もあります。

車・自転車・植木

塗料の飛散を防ぐため、移動または養生します。事前に置き場所を相談。

におい・音

水性塗料でもにおいは出ます。高圧洗浄や足場の組立時は音が出るため、事前に説明を。

防犯・プライバシー

足場があると、窓から出入りしやすくなる面も。施錠を徹底し、業者にも防犯対策を確認。

エアコン・換気扇

室外機や換気口が養生されることがあります。使えない期間を事前に確認しましょう。

ペット・小さなお子様

職人の出入りや、においに配慮を。安全な過ごし方を事前に相談。

■ 近隣へのご挨拶

工事の1週間ほど前までに、業者と一緒に、両隣・向かい・裏のお宅に挨拶をしておくと、トラブルを避けられます。工期・作業時間・連絡先・洗濯物への配慮などを、書面で伝えてもらいましょう。

■ 工事完了時：立ち会い検査のポイント

確認する場所	チェック内容
外壁・付帯部	塗り残し・色ムラ・ダレ・はがれがないか（近くと少し離れた位置から）
窓・サッシ・床・植栽	塗料の付着・汚れ・傷がないか
シーリング・板金	施工後の仕上がり、隙間・浮きがないか
書類	保証書・写真報告書・使用塗料の情報（缶のラベル等）を受領

CHAPTER 12

よくある質問 Q&A

お客様から、特によくいただくご質問にお答えします。

Q

Q1 築何年で、塗り替えるべき？

最初の塗り替えは築10～15年が目安ですが、外壁材・立地・前回の塗料で変わります。年数だけで決めず、チョーキングやひび、シーリングの劣化など、症状（第6章）で判断しましょう。

Q

Q2 見積りは何社に頼めばいい？

3社が目安です。1社では比較ができず、多すぎると比較の手間が増えます。同じ条件で依頼し、第8章の比較シートで整理しましょう。

Q

Q3 屋根と外壁は、同時にやった方がいい？

足場を共用できるため、同時施工の方が、足場代の面で効率的です。ただし、屋根材の状態によっては、塗装ではなく、カバー工法や葺き替えが必要な場合があります。

Q

Q4 冬や梅雨でも、工事はできる？

できますが、気温5℃未満・湿度85%以上では原則塗装しません。天候による延期が生じる前提で、工程に余裕を持たせ、業者が天候不良時の対応を説明してくれるかを確認しましょう。

Q

Q5 もう少し様子を見てもいい？

症状が「色あせ・チョーキング」の段階なら、1～2年計画を立てる余裕があります。ひび割れ・シーリングの割れ・雨染みが出ていたら、早めの点検を。放置すると、補修費用が増えます。

Q

Q6 DIYで塗装してもいい？

低い位置の小さな範囲なら可能ですが、高所作業は危険です。下地処理や3回塗りの品質・保証の面でも、業者施工とは差が出ます。外壁全体は、専門業者に依頼するのが安全です。

Q

Q7 火災保険で、塗装は全額まかなえる？

対象になるのは、台風・雹・雪などの自然災害による損害です。経年劣化は対象外で、全額補償されるとは限りません。「必ず下りる」という勧誘は要注意（第10章）。

Q

Q8 遮熱塗料は、本当に効果がある？

屋根や最上階では効果が期待できますが、室温の低下は2～3℃程度との報告が多く、過度な期待は禁物です。費用と効果のバランス、耐用年数も含めて判断しましょう。

Q

Q9 訪問営業が来たとき、どうすればいい？

その場で契約しないことが最重要です。名刺・会社情報・許可の有無を確認し、見積りだけ受け取って検討します。契約してしまっても、書面受領から8日以内ならクーリング・オフが可能です（第7章）。

Q

Q10 外壁の色選びで、失敗しないコツは？

小さな見本は、実際の壁に塗ると、明るく・鮮やかに見えます。A4以上の大きさのサンプルを、屋外の日向・日陰で確認し、周囲の環境（隣家・屋根・サッシ）との相性も見ましょう。

EPILOGUE

おわりに

最後までお読みいただき、本当にありがとうございました。

外装リフォームは、決して安い買い物ではありません。だからこそ、「なんとなく不安」「言われるままに契約してしまった」という後悔だけは、してほしくないのです。

この本でお伝えしたことを、もう一度だけ、まとめます。

- 外壁は、家を守る「防水バリア」。劣化する前に、計画的に。
- 費用は、初期費用だけでなく、40年間のトータルで考える。
- 塗料も、外壁材も、見積書も、「知っている」だけで、判断が変わる。
- 業者は、必ず複数社で比較。その場で契約しない。
- 手抜きは、工程写真で防ぐ。「お願いします」は、遠慮なく。

秘**あなたとご家族の、安心な暮らしのために**

あなたの大切なお住まいが、これから何十年も、安心して暮らせる場所であり続けますように。この本が、その小さな一助となれば、これ以上の喜びはありません。

TAGLO代表 田口 芳郎

APPENDIX 1

業者に聞く、10の質問

質問	良い答えの例	注意サイン
1. 建設業許可・資格はありますか？	許可番号・技能士の在籍を提示	はぐらかす・答えない
2. 自社の職人が施工しますか？	自社または専属の職人。下請けの場合は明示	「うちの者が…」と曖昧
3. 塗装面積は、どう算出しましたか？	実測（図面・現地）をもとに説明	「だいたい」「一式」
4. 塗料は、何を使いますか？なぜですか？	メーカー・製品名・選定理由を説明	「いい塗料です」だけ
5. 下地処理・シーリングは、どうしますか？	打ち替え／増し打ちの範囲を説明	触れない・省略
6. 3回塗りの各工程の写真をもらえますか？	「もちろんです」報告書を作成	「別料金」「やっていない」
7. 保証の内容・期間・範囲は？	書面（保証書の見本）で提示	口約束のみ
8. 追加工事が出るのは、どんな場合ですか？	事前に条件と単価を説明	「やってみないと分からない」
9. 見積りの有効期限は？値上げの扱いは？	有効期限を明記。変動時の扱いを説明	「今日だけ」と急がせる
10. 万が一のとき、誰に連絡すればいいですか？	担当者・窓口・対応時間を明示	連絡先が携帯番号のみ

秘

使い方

現地調査や見積りの説明の場で、この質問を順番にぶつけてみましょう。答え方の丁寧さや具体性が、その会社の姿勢を映します。

APPENDIX 2

メンテナンス計画表

次回の工事時期を、あらかじめ計画しておくことで、突然の出費を避けられます。実施年と費用を書き込んで、使ってください。

箇所	メンテナンスの目安	前回の実施年	次回の予定	費用の目安・メモ
外壁塗装	10～15年（塗料による）			
屋根塗装	10～15年（屋根材による）			
シーリング（目地）	約10年（打ち替え）			
雨樋	清掃：年1回／交換：20～30年			
軒天・破風・付帯部	10～15年			
ベランダ・バルコニー防水	10～15年（トップコートは5～10年）			
棟板金・板金	10～15年（釘・貫板の確認）			
その他（ ）				



積立のすすめ

外壁・屋根の塗り替えを、築10～15年ごとと見込むと、月に約5,000円～1万円ずつ積み立てておくと、100～150万円が準備できます。計画的な積立は、慌てない工事への第一歩です。

APPENDIX 3

外装リフォームの用語集

足場 高所作業の作業床。安全確保と品質のために設置	打ち替え・増し打ち 古いシーリングを撤去して新設／上から重ねて充填
高圧洗浄 水圧で汚れ・コケ・古い塗膜を落とす作業	養生 塗料が付いては困る箇所を、ビニール等で覆う作業
ケレン サビや古い塗膜を落として、下地を整える作業	付帯部 雨樋・破風・軒天・雨戸・水切りなど、外壁以外の部位
下地処理 ひび補修・サビ落としなど、塗装前の準備の総称	破風・鼻隠し・軒天 屋根の端部・軒先・軒の裏側の部材
下塗り（シーラー・プライマー） 外壁と塗料を密着させ、吸い込みを止める1回目の塗装	塗布量 1㎡あたりに塗る、塗料の標準使用量
中塗り・上塗り 塗膜の厚みを確保し、仕上げる2・3回目の塗装	希釈 塗料をシンナーや水で薄めること。規定を超えると品質低下
チョーキング 塗膜が劣化して、触ると白い粉がつく現象	カバー工法 既存の外壁・屋根の上に、新しい材料を重ねて張る工法
ヘアクラック 髪の毛ほどの細いひび割れ（幅0.3mm未満）	瑕疵（かし） 工事の欠陥・不具合のこと
シーリング（コーキング） 目地・サッシ周りを埋めるゴム状の防水材	クーリング・オフ 一定期間内なら、契約を無条件で解除できる制度

APPENDIX 4

困ったときの相談窓口・参考資料

窓口	内容	連絡先
消費者ホットライン	訪問販売・点検商法・クーリング・オフなど、契約トラブル全般	188（最寄りの消費生活センター）
住まいるダイヤル （住宅リフォーム・紛争処理支援センター）	リフォームの見積りチェック、住宅の相談（建築士の相談員が対応）	0570-016-100
保険会社・代理店	火災保険の補償内容・請求方法の確認	ご契約の保険証券に記載
お住まいの市区町村	リフォーム助成金の有無・条件・申請方法	市区町村の役所（住宅担当課）

参考資料・出典（2026年9月時点で確認）

- 厚生労働省「足場からの墜落防止措置が強化されます（改正労働安全衛生規則）」
- 国民生活センター「訪問販売によるリフォーム工事・点検商法」「クーリング・オフ」ほか
- 国土交通省「住宅瑕疵担保履行法およびリフォームかし保険」
- 公益財団法人 住宅リフォーム・紛争処理支援センター「住まいるダイヤル」（chord.or.jp）
- 外壁塗装の費用相場・塗料・補助金に関する各社公開情報（GRO-BELラボ／ヌリカエ／外壁塗装の窓口 ほか）
- 塗料メーカー各社の価格改定に関する報道・業界情報（2026年）
- 火災保険に関する各保険会社の公開情報（保険法 第95条ほか）



免責事項

本書の内容は、2026年9月時点で確認できた公開情報をもとにした一般的な目安であり、特定の工事の費用・品質・効果を保証するものではありません。法令・制度・価格は変更されることがあります。個別のご判断は、ご自身の責任で、複数の専門家・公的窓口にご確認のうえ行ってください。

AUTHOR

著者プロフィール



合同会社TAGLO
代表
田口 芳郎（たぐち よしろう）

大手アパレルで、営業・生産・購買・海外事業を経験。
その後、不動産・建築・人材派遣・リフォーム・営業職を歴任。
アパレル時代より不動産投資を始めたが、融資問題に巻き込まれ、
自己破産寸前まで追い込まれる。
自前でなんとか売却し、その切り抜けた経験から、
コンサルタントとして起業。副業・起業の支援なども手掛ける。

出身	長崎県諫早市
趣味	バイク・キャンプ・旅行
特技	少林寺拳法 5段

秘

著者からのメッセージ

外装リフォームで、後悔する人を1人でも減らしたい。それが、私がこの本を書いた理由です。

外装リフォーム 宝典

2026年改訂版

合同会社TAGLO 代表 田口 芳郎

<https://taglo.hirameki7.site/>