

# 建築技術者に役立つ高齢者の住まいに関する調査研究

## －調査概要－

本報告書は、公益財団法人建築技術教育普及センターからの委託により、高齢者の住まいに関して建築技術者が知っておくべきテーマについて調査研究を行い、成果をまとめたものである。

### 1. 本調査の目的

現在、高齢者のいる世帯は全世帯の約半数を占めており、すべての住まいにおいて高齢者への配慮が求められている。そのような状況のもと、高齢者の住まいの質の向上を図るため、建築技術者に求められる高齢者の住まいに関する最新情報の調査を行うものである。

### 2. 本調査の概要

重要なテーマの抽出にあたっては、高齢者の住まいに関して建築士等の建築技術者が実務で役立つ内容であることを前提として、3点の重要なテーマについて各専門家の見解を示すこととした。

#### (1) 温熱環境改善の必要性

2018年11月、世界保健機構(WHO)は、冬季室温18℃以上、新築・改築時の断熱、夏季室内熱中症対策などについて勧告しており、国内の冬季死亡増加率と断熱住宅普及率の相関においても、断熱住宅の普及が疾病予防・介護予防に寄与する可能性が示されている。

また、国土交通省スマートウェルネス住宅等推進調査事業において、断熱改修等による生活空間の温熱環境が、居住者の健康状況に与える効果について検証されている。その検証結果では、改修による居間の室温、部屋間の温度差、床近傍室温の改善によって、家庭血圧、健康診断数値、睡眠障害・過活動膀胱、入浴習慣、疾病・症状、身体活動量など健康への影響の可能性が示されている。

さらに、高血圧治療ガイドライン2019(日本高血圧学会)では、高血圧患者においては冬季には暖房に配慮すべきであり、わが国においてはトイレや浴室・脱衣室などの暖房が見落とされやすいので注意が必要であることが指摘されている。

#### (2) 温熱環境を整える対策と改修事例

良好な温熱環境を実現するための計画のポイントは、①プランニングの工夫(水回りへの配慮)、②断熱工法、③設備計画である。リフォームにおいては、技術的に適用できる対策が限定されるが、費用対効果を含めて多様な与条件に対応できるよう対策を多面的に用意し、選択の可能性を高めることが重要である。

実際には、建物の状態把握(インスペクション)において断熱・漏気調査を実施し、施主へのヒアリングを通じて温熱環境に関わる感覚や要望、ライフスタイルを把握する。そのうえで、浴室事故などへの対策、身体への健康影響が大きい空間、日常生活の空間全体を優先的に改修し、断熱性能(平成28年省エネ基準相当など)、温熱環境(作用温度18℃以上など)、省エネルギー(高効率な暖冷房機器の採用など)などの設計目標を定める。

また、暮らしの留意点として、換気扇のメンテナンス、結露を防止するため開放型の暖房器具は使用しないこと、暖房機器はタイマー機能などを活用して早めの稼働を行うことが挙げられ、住まい手に正しく伝えることが必要である。

### (3) 認知症高齢者を支える居住環境

日本人の平均寿命は男女とも過去最高を記録している。また、国内の認知症高齢者数は、2025年には高齢者の約5人に1人という推計もあり、認知症高齢者への対策が急がれている。認知症では記憶や見当識(現在置かれている状況を把握し理解する能力)の基本的な欠如から、不適切行動や間違い行動となり、さらに生活への支障、周囲への迷惑、不安感や自信喪失へとつながることとなる。

認知症高齢者が入所する特別養護老人ホームは、2002年までは居室と大きな食堂が長い廊下で結ばれている単純な空間構成で、きめ細かなケアは困難であった。その後、2003年以降に導入されたユニットケア(小規模生活単位型特養)では入居者をグループに分けた空間構成に改善されている。

認知症のための住環境の重要なポイントは、家庭的でなじみのある形態を取り入れ、視覚に留意し、落ち着ける居場所を確保すること、五感に働きかけることなどである。さらに、認知症を支える居住環境整備では、連続的な見守り、地域における支え合いや健康づくりの整備が必要であり、認知症高齢者が介護を受けながら活躍することも求められている。