

寒い住宅の健康リスクを知ろう！

高齢者が安心して住める家

高齢化の進展を背景として、高齢期の住まいのあり方が注目され始めています。長寿命化により、退職後の期間が長期化していることに加え、高齢者の多くは、自宅での生活の継続を望んでいるためです。住み慣れた我が家で、健康で長く過ごすためには、何が大切になるのでしょうか。都市生活研究所では、これまであまり知られていない「寒さによる住まいの健康リスク」に着目し、対策の一助となり得る、健康で快適な暮らしのための住まいの最新知見をご紹介します。

住まいが高齢期の健康に与える影響が重視されるも、 高齢者は住まいの充実に無関心

国交省が既存住宅の改修に関する配慮を初めて策定 温熱環境が重点項目に

2019年3月に策定された「高齢期の健康で快適な暮らしのための住まいの改修ガイドライン」では、高齢期に起こりやすくなる住宅内でのヒートショックやけが病気等の健康リスクを防ぐために、既存住宅の改修に関する配慮事項がまとめられています。8つの配慮事項のうち、特に重要な項目として「温熱環境」が挙げられました。

ガイドライン対象は50代以上

自らの判断で早めに高齢期の住まいの備えを

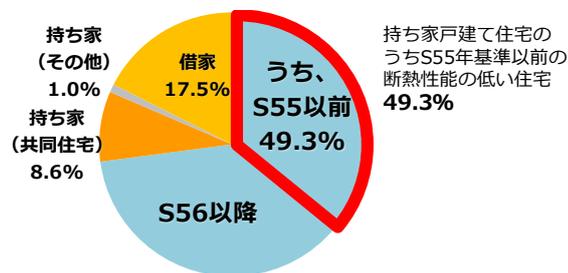
温熱環境の改修ポイント

開口部の断熱性 / 暖冷房の適切な配置
居室と非居室の間で過度な温度差解消

断熱性の現行基準を満たさない、高齢者の住まいが多くある

ガイドライン策定の背景には、高齢者の住宅事情があります。実は、高齢者の住む世帯の7割は、持ち家戸建住宅であり、そのうちの半分以上が1980（昭和55）年以前に建築された家（住宅・土地統計調査（平成25年））という実態があります。これらの住宅は断熱性の現行基準を満たしておらず、多くの住まいに、健康に関する様々なリスクが潜んでいると言えます。

図1 高齢者世帯の住宅の所有・建て方



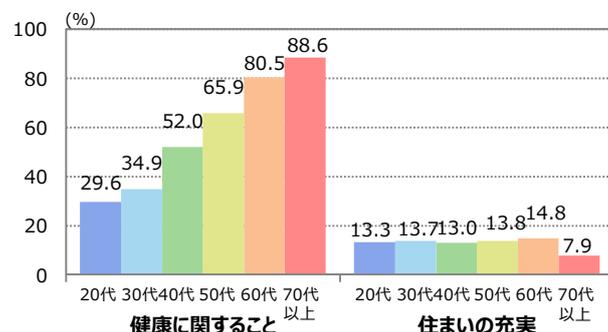
出典 [国土交通省資料平成31年3月「高齢者住宅ガイドライン 資料内の土地・統計調査（平成25年）グラフ」を加工して作成]

しかし、高齢になるほど健康への関心は高まるが、住まいへの関心は低い

ところが、生活者の住まいに対する関心は低いです。東京ガス都市生活研究所が20～74歳の男女に行ったアンケート調査によれば、「今後の生活で重視したいこと」で「健康に関すること」を選択する割合は、高齢になるほど高く20代では3割に対し、60代以上では8割を超えました。

一方で、「住まいの充実」は全年代で低く1割に留まり、住まいへの関心・優先度は低いようです。住まいの健康リスクも知られていない可能性があります。

図2 今後の生活の中で重視して行っていきたいこと^{※1}



都市生活研究所 生活定観測調査2017年 (n=3903)