

高年齢者の住まい“アウカイト”

第5回 「住まいと健康 II」

建築家・藏田 カ

前回、「木造建築」(在来木軸工法)の人に優しい効能・メリットについてお話ししました。「人に優しい」ということは、特に体が弱った高齢者や、身体が成熟していない若い乳児、幼児にとっては、より効能は大きいといえます。

従って、この木造の住まいの効能を無視したプレハブ住宅は決してお勧めできるものではありません。

では今回は、「住まい」の造りや周辺環境に、どのように高齢者の健康が関わっているのかお話ししましょう。

先ず、一つに「住まいの造り方」から考察してみたいと思います。

たとえば、事例的にあげるなら

1) 自然環境(採光、通風)を十分採りこんだ造りとする。

この点は、道路や公園等の空き地に面する。また、隣家と一定隔たりを考慮してお年寄りの部屋を配置する、及び窓の配置・大きさを考慮する。

2) バリアフリーを十分考慮した造りとする。

① 家屋内の床のレベルは全て同一とする。また、既存家屋でレベル差があれば改修する。もちろん、浴室も洗面脱衣室と同一レベルとする。

② お年寄りが利用する出入口の扉は、転倒防止を考慮し全て引き戸とする。

③ トイレは和式から洋式に替え、ウォシュレットを設備する。

④ お年寄りが生活する空間(廊下等も)可能なかぎり温度差が少ない空調を設備する。

⑤ お年寄りが生活上、利用する廊下等の動線には可能な限り手すりを取り付ける。

尚、将来取り付けられるように壁下地を施しておく。等々、高齢者の家庭内事故を最大限防ぐ「造り」とする。

これらを考慮した住まいにするためには、当然、費用がかさみますが、お年寄りのみならず、乳幼児や現在健康な若い家族でも将来を考えれば必要な費用でもあります。尚、既存家屋であれば、介護保険の住宅改修費の活用や自治体独自の成制度の活用等も検討する。

3) 高齢者の精神的な点も十分考慮した造りとする。

お年寄りの部屋は、家族の動静や団欒がみえる位置に部屋を配置し、寂寥感を感じさせない。また、お年寄りの急変にも対応できるような位置とする。たとえば離れ等ではなく、家族が団欒する居間に接するように配置する。また、戸は開放可能にして、お年寄りも団欒に自然と参加しやすい点を考慮する。

以上、自然環境、バリアフリー、精神的配慮の3点を根本にした「住まいの造り」を事にすることが、高齢者の心身の健康を考慮した「住まい」づくりが可能となるはです。

(つづく)

藏田 カ プロフィール

● 1948年 山口県生まれ 70歳

● (有)地域にねぞす設計舎タッブルート代表 (社会的役割)

● 立命館大学産業社会学部 非常勤講師

● 京都女子大学生活科学部 非常勤講師

● 京都市身体障害者連合会住環境改善事業運営委員会 委員長

● 「住まいは人権」の実現めざす連絡会代表

● 「京都・住まいの支援ネットワーク」代表

● 「高齢者の居場所づくり連絡会」世話人

● 「下京・高齢者福祉をよくする会」顧問

● 「上京まちづくりフォーラム」事務局長