



**No.56**  
 特定非営利活動法人(NPO法人)  
 建築ネットワークセンター  
 〒162-0042 東京都新宿区早稲田町74番地  
 鱒淵ビル301  
 TEL 03-6457-3178 FAX 03-6457-3179

http://www.kenchikunet.org E-mail:kenchiku@d2.dion.ne.jp

2019 秋の講演会(新宿区後援) 「在宅・福祉、老後の住まいづくり」

**住まいの工夫で健康な高齢化を実現する  
 自治体それぞれの改修助成制度の利用も**

厚労省国立保健医療科学院生活環境研究部  
 上席主任研究官 **阪東美智子**



「健康な高齢化」を実現するには——NPO建築ネットワークセンターの2019秋の講演会(新宿区後援)が11月9日、新宿区・四ツ谷地域センター多目的ホールで開催されました。講師の厚労省国立保健医療科学院生活環境研究部の阪東美智子上席主任研究官は、「身体的な能力の衰えを補い、自分が重要と思うことを実行できる環境を早めに整備する」ことの重要性を強調しました。



後期高齢者の受講も多かった講演会。最後まで熱心に聴き入っていた。

住まい方をみんなで考えてみよう、という趣旨で行われました。

「日本では高齢者の多くは自宅に居住し続けることを希望しているにもかかわらず、その自宅について不安を感じている人が欧米より多いのも事実です」と阪東氏は提起します。

「老若男女、健康な場所こそ人々は健康になる」(世界保健機関=WHO)。身体的な能力が

**自宅の不安(バリアフリー)を解消する**

講演は「在宅・福祉、老後の住まいづくり」をテーマに、高齢者にとって望ましい住まいと

衰えても、医療サービスや福祉機器が入手でき、近くに安価で使いやすい交通機関があれば買い物はできます。住まいと住まい方も、不安を軽減する手法を見つけ実行していくことが必要です。

日本では高齢者(65歳以上、3,168万人)の9割以上は在宅です。高齢者が居住する住宅を調査したところ、A「手すり(2か所以上)がある」34%、B「屋内に段差がない」21%、C「車椅子が通行可能な廊下幅」20%で、ABCすべてに対応している住宅は11%にすぎません(2018年度住宅経済関連データ=国交省)。

**安定した日常は地域包括ケアが不可欠**

自宅は住み慣れていて、愛着があり、使い勝手がよく、施設よりも主体的な生活ができます。最後まで住み続けたいという人が多いのは理解できます。

そこで大事になってくるのが「地域包括ケアシステム」です。住まい、医療、介護、予防、生活支援の5要素を有機的に連携することで地域での高齢者の安定した日常が確保できます。プライバシーと尊厳が守られた快適な「住まい」、個々人に対応した「生活支援・福祉サービス」、さらに「医療・介護・予防」があって、「健康な高齢化」は実現します。

「住まい」だけではなく「住まい方」も大切になってきます。

後期高齢世帯で一人暮らしの割合は28%、夫婦のみの世帯を加えると48%となります(2015年国勢調査)。75歳以上となれば食事、排泄、入浴などで介助が必要な人が増えていきます。調査によると、要支援に近い人の住まい方をみると、寝室を2階にする場合はトイレも同階にするなど「寝室とトイレの近接」「寝室と居間を兼用し食事もそこで」という具合に生活空間を狭くしていく傾向が見られます。

**自治体独自に要介護「非該当」の人も**

自分のニーズに無関

心な高齢者も多いようです。「本人が気付いていないニーズを支援者が汲み取って生活を良くする方向に持って行ってほしい」と阪東氏は言います。「エアコンをつけない、冬に布団の中は温めているのにトイレは寒いまま、といったことですね。本人が気付いていなくても支援者が気づいてほしい」

住宅整備に金がかかるという思い込みもあります。「部屋を片付けるなど、お金のかからないところから、たとえば家具を手すり代わりに使う、簡単な手すりをつけるなど徐々にやっていけばいいでしょう」と阪東氏は言います。

介護保険制度を使えば、手すりの取り付け、段差解消など対象6品目について上限20万円まで自己負担1~3割で改修ができます。介護保険で要介護「非該当」の人でも自治体によってそれぞれ制度があります。たとえば新宿区では表のような助成を受けられるので、HPなどで調べてみてください。

高齢者の家庭内事故は年間で約1万2千人を数え、交通事故(3千人を切る)の4倍もあります。最も多いのが溺死です。ヒートショックやケガを防ぎ、よりよい住まいを実現するためには、家族や支援者、専門家とも相談し「より早い時期から高齢化に備えていくことが必要です」と阪東氏は強調します。

受講者のなかからは「自治体個々で改修助成制度があるなんて知らなかった」「老後の住まいは現状ではいけないと認識できました」などの意見や感想が出されました。

**新宿区高齢者自立支援住宅改修及び日常生活用具給付事業要項**

分類	助成対象者	助成基準額	負担率
住宅	65歳以上で要介護「非該当」であること、日常生活動作に不安のある方	自立 ・手すりの取付 ・床段差の解消 ・滑り防止 ・引き戸扉の取替 ・様式便器の取換 上記の各工事に	200,000円 ①介護保険負担率に応じて10%、20%または30%の負担 (基準額超過分は全額自己負担)
設備	65歳以上で要介護「要支援」または「要介護」の方	要支援から要介護 ・浴槽の取換 ・流し、洗面所取換 ・便器の様式化等	379,000円 156,000円 106,000円 ②生活保護受給者は免除

※同制度は各行政ごと異なりますが、具体的に活用することにより改善されます。

**2020年 あけましておめでとうございます**

- |      |        |      |       |    |        |
|------|--------|------|-------|----|--------|
| 理事長  | 荻野 廣己  | 常務理事 | 神谷 正生 | 理事 | 高平 茂   |
| 副理事長 | 榎本 武光  | 〃    | 古橋 温夫 | 〃  | 長谷川博道  |
| 〃    | 鐘ヶ江 正志 | 〃    | 渡辺 政利 | 〃  | 日比野 正壽 |
| 〃    | 藤井 勝明  | 理事   | 阿部 英幸 | 〃  | 宮下 幸子  |
| 専務理事 | 秋葉 千秋  | 〃    | 小俣 昭光 | 〃  | 高杉 康信  |
|      |        | 〃    | 小玉 隆司 | 監事 | 上野 正美  |
|      |        | 〃    | 佐竹 義男 | 〃  | 上原 和子  |

