住宅

・地域環境と健康に関する研究

全国の中でも 平均寿命が 短い地域

平均寿命(男性)

平均寿命が

日本人の平均寿命は年々伸び続

HOKUSHU

環境や地域環境も大きく関わってい 伝などの生物学的要因の他に、住宅 福に長生きしたいもの。 ために望ましい住環境とは…今号か れつつあります。健康で長生きする ることが、近年の研究で明らかにさ いことですが、できるなら健康に幸 健康には遺

で、法政大学デザイ 俊 准教授



博士(工学)。自治体および建築産業とSDGsに関する研究や、 健康を維持増進する環境に関する研究などに取り組む

われています。長生きすることはい 今や人生し 00年時代とまでい 健康を左右する地域環境や住まいが

分らしく暮らせるよう、地域包括 齢化が進行しています。厚生労働 研究が進んでいます 築学会でも、健康にフォ ます。そうした状況に対応して建 ケアシステムの構築を推進してい み慣れた地域で人生の最期まで自 生活支援のために、可能な限り住 省は、高齢者の尊厳の保持と自立 地理空間解析の一手法であるク 日本は、極めて早いスピードで高 カスした

現在、住宅の問題としてフォ

ヒー 場合があります。こうした住環境 り、 分に普及していないと言われてお 大いに考えられます が要因の一つになっている可能性は とくに北部地方は、 よって引き起こされます。東北の に寒さで血管が収縮することに なっています。これらの病気は、主 あるにもかかわらず断熱住宅が十 トショックによる

心疾患・脳卒中が問題に

全

低温の室内では、血圧が上昇した 房を消してしまうのでしょうか。 は光熱費を気にしてエアコンや暖 亡率の上昇割合が大きい。 す。冬期に注目すると、病院より カスされているのは、室内の温度で も自宅のほうが、心疾患による死 自宅で

どが影響しているのかもしれませ の循環器疾患のホットスポットに ん。東北は、脳出血や脳梗塞など 屋内温度は北海道よりも寒い 寒冷な地域で

日本人の平均寿命のマップ (男性の事例) ŋ 肺の抵抗力が弱まったり、 500km

が濃くなったりします。 スクが高まると言えるでしょう。 り、 また、暖かい部屋とそうでない 脳卒中や肺炎、心筋梗塞のリ それによ 血液

す。 5 部屋との温度差に身体がついてい や浴室での死亡者数はその倍 ショックが原因とみられる脱衣所 けずに激しい血圧の変動が起こる 近年の交通事故死者数が約3 ショックも問題となっていま 人であるのに対し、ヒ 0)

機構)では住宅と健康に関するガ ために安全でバランスのとれた室 注目されており、 を与えるということは世界的にも 海外では室温の法規制も 日本の家はウサギ 住まい ドラインを発表しました。その中 寒い季節に人々の健康を守る の質が健康に大きな影響 WHO (世界保健 小屋!!

国土交通省支援のもとで北海道 18℃が提案されました。

から九州までの約2000世帯を

要があると言えるでしょう。

早急に対策を 高齢者の暑熱災害も深刻化

救急搬送者は、2018年は10万 になってきています。熱中症による また、夏期は「暑熱災害」が深刻 満たないことが判明しま が推奨する冬季室温№℃以上を満 の調査が行われていますが、WH 象とした大規模な室内温熱環境 住宅の割合が、全体の半数に

度に対する感受性が高く、

男性よ

やすい点にも注意が必要です。

も女性のほうが気温の影響を受

告があります。

高齢であるほど温

人にもなっているという報

考えられないことなのでしょう。 が言った言葉です。 耐久性の低い家を指して外国の 激に増加した時代に急ごしらえの ように寒い日本の家は、海外では ように建てられた、小さくて寒く かつて「日本の家はウサギ小屋」 寒い家は身体に大きな負担をか これは、日本で住宅の需要が急 揶揄されていたことがありま 。冬の朝、 凍える

深刻化する暑熱"災害"

100000

80000

60000

40000

ことは、今後つよく発信していく必 十分。断熱性の向上が必要である 進国に比べ、温熱環境の改善が不 回る住宅には解体命令を下すこと ギリスでは法規制により18℃を下 や研究からわかってきています。 もあるそうです。日本はほかの先 るということが、さまざまな調査

> でしょう。 ければ暑熱災害は深刻化していく えていくので、早急に対策を講じな 向にあり、暑さに弱い高齢者も増 地球全体の温度が上がっていく傾 が室内で亡くなっています。 分が高齢者で、さらに、その約半分 人にせまる勢いでした。全体の約半 これらのことから、総合的な住 今後、

医学や介護、住宅の分野で協力、 ていくことが必要と考えられます。 になる前段階から健康を意識し、 決の鍵となるとされています。病気 項目の中でも、健康は諸問題の解 続可能な開発目標 (SDGs)の17 はないかと思われます。国連の持 な病気予防に良い影響があるので 環境を良くしていくことで、多様

2018年9月5日 開設

日本の住宅性能向上と

健康長寿社会の両立を目指す 情報発信サイト

produced by HOKUSHU

住宅性能の向上 = 健康寿命を延伸

10万人に迫る 熱中症搬送者数

2016 2017 2018

住まいの環境が健康に大きな影響を与える ということが、最近の研究で明らかになりつつあります。 健康な身体、健康な暮らしを支えるために、 住宅性能の向上が大きな役割を果たします。

(一部紹介)

住まいの新築・リフォームは北洲にお任せください。



〒981-3341 富谷市成田9丁目2-2 **☎**022-348-3451



〒981-1106 仙台市太白区柳生1丁目3-1 **☎**022-241-8951





〒980-0014 仙台市青葉区本町2丁目4-8 〒981-3212 仙台市泉区長命ヶ丘3丁目32-5 **②**022-281-9655 510ビル2階 **②**022-342-5810

第1回

ら連載にて考えてまいります。

開催された日本老年看護学会のラン ョンセミナー 6月8日に仙台市内で

ラスタ/外れ値分析を用いて、

国の死因別死亡数データを分析し た結果、地域によって死因に特徴が

に多く見られます。他地域に比べ 性があります。胃がんは日本海側 て日照量が少ないことや食文化な 高断熱の室内で対流している可能 日常生活で汚れた空気が、高気密・ な要因が考えられますが、喫煙や あることがわかってきました。たと えば肺がんは北海道に多い。様々

屋内での対策が急務 少年 13.9% 高齢者 成人 48.1% 発生場所 道路 13.4% 住居 40.4%

公衆 (屋外) 12.7% 仕事場 12.9%

特に高齢者、

掲載記事タイトル

- 「長寿大国ニッポン」はうそ!?
- 命」を縮める原因は何?