

2019年4月号

東雲研修センター ニュースレター No.23
(※みらいエコリフォームセンターニュースレター)

いつも東雲研修センター及び公式HPをご利用頂きましてありがとうございます。この度『みらいエコリフォームセンター』は、『東雲研修センター』に改名し新たなスタートを切りました。名前は変わりましたが、施設の内容に変化はありませんので、今まで通りご活用下さい。

さて、今回お送りするのは、先月末に国土交通省の新着情報で発表された『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』についてです。高齢者の多くが自宅での居住を希望する中で、持ち家が古く、バリアフリーや断熱の性能が低い家も少なくありません。高齢期の生活では、ヒートショック、けが、病気等を防いで快適に元気に暮せる住環境を整えることが、必要不可欠です。その為にはどのように対処すべきなのか、一緒に考えていきましょう。

———— I N D E X —————

- 【1】 お役立ち情報……「平成 31 年度長期優良住宅化リフォーム推進事業の募集」について
 - 【2】 研修情報……現在受講生募集中の研修のご案内
 - 【3】 なるほど講座……あのコト、おしえてエコ次郎先生！【高齢期の住まいの改修ガイドライン】
 - 【4】
 - 【5】 編集後記……エコ次郎の小ネタ横町
-

-
- 【1】 お役立ち情報 「平成 31 年度長期優良住宅化

リフォーム推進事業の募集」について

既存住宅の性能向上や良好なマンション管理に資する優良なリフォームを支援する「長期優良住宅化リフォーム推進事業」について、補助対象事業の募集を開始します。

※なお、本事業に関する説明会を開催予定で、現在参加申し込み受付中です。

1) 補助対象住宅

リフォームを行う既存住宅（戸建住宅、共同住宅とも対象）

※事務所や店舗など住宅以外の建物は対象外

2) 主な事業要件

- ・リフォーム工事前にインスペクション（建物の現況調査）を実施すること
- ・一定の住宅性能を有するようリフォーム工事を実施すること
- ・リフォーム工事の履歴と維持保全計画を作成すること

3) 補助対象費用

- ・性能向上リフォーム工事等に要する費用
- ・インスペクション、履歴作成、維持保全計画作成等に要する費用

4) 補助率・補助限度額

- ・補助率：補助対象費用の 1/3
- ・補助限度額：リフォーム工事実施後の住宅性能に応じて 100～250 万円/戸
三世代同居対応改修工事を実施する場合は 50 万円/戸を上限に加算

5) 応募方法・期間

[1]通年申請タイプ

本事業の要件に適合する場合は、受付期間内に事業者登録を実施することで、交付申請を行うことができます。

- ・事業者登録の実施者：施工業者又は買取再販業者
- ・事業者登録の受付期間：平成 31 年 4 月 10 日(水)～平成 31 年 11 月 29 日(金)

[2]事前採択タイプ（良好なマンション管理）

一定の要件を満たす長期修繕計画を作成するマンションにおいて、本事業の要件に適合し、かつ「良好なマンション管理に対応する先導的な取組み」を実施するものについて、提案を受け付けます。採択されれば、良好なマンション管理対応工事に要する費用等が補助対象に追加されます。

- ・提案者：施工業者、買取再販業者、マンション管理会社・設計事務所等
- ・提案の受付期間：平成31年4月10日(水)～平成31年5月17日(金)

[3]事前採択タイプ(安心R住宅)

本事業の要件に適合し、かつ「安心R住宅」の標章を付与して流通させるものについて、提案を受け付けます。

- ・提案者：「安心R住宅」の標章を付与することができるものとして国土交通省に登録された「特定既存住宅情報提供事業者団体」
- ・提案の受付期間：平成31年4月10日(水)～平成31年5月17日(金)

[4]事前採択タイプ(提案型)

本事業で定める住宅性能の基準には適合しないものの代替とする措置が同等の性能を有すると認められる場合等、リフォームによる住宅性能の向上または長期に性能を維持保全する仕組みが先導性・汎用性・独自性等を有するものについて、提案を受け付けます。

- ・提案者：施工業者又は買取再販業者
- ・提案の受付期間：平成31年4月10日(水)～平成31年5月17日(金)

※事業内容、事業者登録、応募方法等の詳細、交付申請等の手続きの詳細については、

下記<本事業に関する問い合わせ先>記載のホームページをご覧ください。

※平成31年4月15日より全国9都市において、本事業に関する説明会を開催する予定で、ご関心のある方は、次のURLをご覧ください。

https://www.mlit.go.jp/report/press/house04_hh_000852.html

詳しくは、国土交通省ホームページをご覧ください。

https://www.mlit.go.jp/report/press/house04_hh_000854.html

○

[2] 東雲研修センター 定期研修情報

東雲研修センターの定期研修は、直接のお客様だけでなく、メーカー様や関係団体、橋本総業(株)と多少でも関係のある方々でしたらどなたでも受講できます。

現在東雲研修センターで募集している研修のご案内です。特徴は、座学だけでなく研修によって現調、試運転、設置、組立などの実習が含まれていて、ホームページから申し込みが出来ます。是非ご検討下さい。

【現在空きのあるの受講生募集中の研修一覧 (9月まで)】

- 4月23日(火) システムバス現調研修 10:00～14:00 4,000円 15名
5月17日(金) ガス可とう管接続工事監督者資格研修 10:00～17:00 12,300円 40名
5月21日(火) 便器・ウオシュレット設置研修 10:00～15:00 4,000円 15名
7月9日(火) システムバス現調研修 10:00～15:00 4,000円 15名
8月6日(火) 便器・ウオシュレット設置研修 10:00～15:00 4,000円 15名

8月27日(火) 配管接続研修 10:00～14:00 4,000円 10名
9月12日(木) エアコン施工研修 10:00～17:00 9,000円 10名【HAT顧客限定】

申し込み→ <https://www.eco-reform.org/image/pdf/160830ene01.pdf>

※東雲で開講の研修は昼食をご用意しています。

※受講料は税込です。

詳細はこちらをご覧ください。 <https://www.eco-reform.org/p/info>

【3】なるほど講座 あのコト、教えてエコ次郎先生！

本日のお題 【高齢期の住まいの改修ガイドライン】

エコ次郎：近年、日本において高齢化が進んでいますが、エコ娘くんは実感として如何ですか？やはりそういった感じは周囲にありますか？

エコ娘： あっ、ある！春休み中に市の図書館に行ったら机で居眠りをしているお年寄りがいっぱい居て、びっくりしちゃいました！スーパーもお昼頃行くと60～70代のご夫婦がいっぱい居たし、確かに高齢化を感じますね。

エコ次郎： お休み中も図書館に通ってお勉強とは、立派ですね！

日本の人口は2008年をピークに少しずつ右肩下がりになっているのですが、逆に高齢者の数は年々うなぎ上りに増えていまして、2018年の65歳以上の高齢者の割合は、過去最高の28.1%になりました。つまり4人に1人以上が高齢者なのです。

エコ娘： そんなに居るんですか！？でも言われてみれば、何か新しい建物を作ってるなーって思うと老人ホームとか介護施設関係ってことが多いです！

エコ次郎： そうですね。最近はそのような施設への入所を希望される方も増えていきますので、終の住処の選択肢の1つとして挙がって来ていますが、それでもやはり住み慣れた自宅でできる限り過ごして行きたい、と自宅での居住継続を望まれる方は多く、2017年の時点で全体の65%を占めています。

エコ娘： その気持ち分かるな～。家そのものにも、周りの環境にも絶対に愛着ってあるから、色々な意味でその場に居続けたって思うのは当たり前ですもん。

エコ次郎： はい、私もそう思います。そこでです。老後も長く住み続けるとなると、現状の住まい状況では後々困る点も出て来るので、高齢期を迎える前の可能な限り早い段階で自宅の改修を行うのが望ましいと言えます。そしてこの度、国土交通省より「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」が発表されたのです。

エコ娘： なあるほど！確かに世の中のバリアフリーって結構進んでいるけど、

実は自宅がバリアだらけっていう家も多そうですね！築年数が深ければ深いほど、無駄に立派な敷居があって足の指をぶつけちゃったり、階段が狭くて急だったり。うちのおじいちゃん家も問題点を数え出したらキリが無いですよ。

エコ次郎： まだお体がお元気なうちは良いですが、老いは必ず万人にやって来ます。「自分にはまだ早い、関係ないこととは思わず、将来の自分が快適で安全な高齢期生活を送れるように、元気なうちから環境を整えましょう」というのが今回のガイドラインの狙いです。おじい様も今からでもある程度の改修をお考えになられたらと思います。

エコ娘： 私もそう思うので、早速おじいちゃんに話してみます！
ところで先生、「改修」って具体的にどういうことを指すんですか？階段や廊下の手摺を付けるとか、ガス台をIHに替えるとかの、簡単なリフォームですか？

エコ次郎： はい、もちろんそういった福祉用具の設置や使用なども含まれますが、もっと大きな規模で考えるのが今回のガイドラインです。どういった事に配慮しながら行るのがベストなのか、次の項目で詳しく説明させていただきます。

エコ娘： もっと大きな規模、気になる～！先生よろしくお願ひしまーす！

【4】改修を行う際に配慮すべきポイントの解説と、改修例の提示

高齢者の多くが持ち家に住んでいますが、古い住宅はバリアフリーや断熱の性能が低く、また子育て期に建てた広い家は、単身や夫婦の高齢者にとって維持管理の負担が重いのが現状です。そこで、気力や体力、金銭面でも余裕のある早い段階で、高齢期の住まい方を選択する必要があるのです。

今回発表されたガイドラインが目指す住まいのイメージについてです。

[1] 長く健康に暮らせる「住まい」

…安全・安心で、身体的・経済的な負担が少なく、外出や家事に便利

[2] 自立して自分らしく暮らせる「住まい」

…外出、趣味、交流など豊かな高齢期のライフスタイルに応じた空間を確保

[3] 介護期になっても暮らせる「住まい」

…手すりの設置や福祉用具の使用など軽微な対応で暮らし続けられる

[4] 次世代に継承できる良質な「住まい」

…長寿命化に対応し、子どもや孫にとっても住みやすい家

次に、理想的な住まいを実現する為に配慮すべき項目についてです。

それぞれの項目の内容と、それに向けてオススメする改修方法をご紹介します。

(1)温熱環境

…高齢期はヒートショックや熱中症などにかかりやすく、また住まいで過ごす時間が長くなる為、適切な温熱環境の確保が必要になります。

[改修方法の例]

- ・居室の開口部の断熱化(内窓・高断熱サッシ等)
- ・非居室の開口部の断熱化(同上)、暖冷房設備の設置
- ・居室への暖冷房設備の設置及び暖冷房が非居室にも届く間取りの工夫

(2)外出のしやすさ

…高齢期の生活においては住宅内や外構の段差などが外出の妨げとなり、また、外出が減ると、歩行障害や認知症リスクが高まる為、外出しやすい環境の確保が必要になります。

[改修方法の例]

- ・玄関から道路までの段差解消や手すり・照明の設置
- ・玄関のスペース(土間)の広さの確保(下駄箱の大きさや配置の見直し等)
- ・上がり框付近の縦手すり(下地)やベンチ設置

(3) トイレ・浴室の利用しやすさ

…トイレや浴室の利用は、健康にも重要で、更に自分でトイレを利用できることが自立に不可欠な為、トイレ・浴室の利用しやすい環境の確保が必要です。

[改修方法の例]

- ・寝室(トイレに近い部屋を設定)からトイレまでの手すり設置、段差解消、照明増設等
- ・トイレ・浴室内の段差解消、広さ確保、手すり(下地)、手洗い器の設置
- ・トイレ、浴室、洗面・脱衣室などの間仕切り壁の撤去による一体化(隣接している場合)

(4) 日常生活空間の合理化

…子育て期に合わせた広い住宅は維持管理だけでなく、階段の昇降、布団や洗濯物の運搬等が負担になるが、家事等の適度な活動の継続が健康維持に繋がる為、日常生活空間の合理化が必要になります。

[改修方法の例]

- ・玄関・トイレ・浴室・リビング・キッチンと同じ階の部屋を寝室として利用
- ・引き戸への変更、間仕切り壁の撤去、家具の配置がえ等による生活空間の一体化

(5) 主要動線上のバリアフリー

…小さな段差や暗がりでも、事故が起きやすくなり、また事故を契機に、日常生活動作ができなくなり、更なる心身の衰えにつながり得る為、

移動しやすく転倒しにくい環境の確保が必要になります。

[改修方法の例]

- ・部屋の出入り口の引き戸化
- ・主要な動線の段差解消、手がかかりや手すり(下地)の設置

(6) 設備の導入・更新

…加齢に伴い、掃除や料理が負担になり、また火気安全や緊急連絡、防犯への配慮が今まで以上に必要となる為、高齢期の生活に適した設備導入・更新が不可欠です。

[改修方法の例]

- ・トイレ、浴室、台所等の設備機器の更新

- ・電動シャッター、自動点灯照明、防犯カメラ、ドアホン等の設置
- ・情報通信環境の整備

(7)光・音・匂い・湿度など

...高齢期になると、視力・聴力等の感覚機能が低下・変化し、また光、音、匂い、温湿度等の感覚に個人差が生じる為、長時間過ごしやすい快適な室内環境確保が必要になります。

[改修方法の例]

- ・間仕切り壁の撤去等による採光・通風の確保
- ・照明計画の工夫による、落ち着いた雰囲気と手元の明るさの確保

- ・吸音・遮音・調湿・防臭などの機能のある内装材への変更

(8)余剰空間の活用

...子ども部屋など使わない部屋ができ、趣味や交流を楽しむ時間も確保しやすくなる為、高齢期の豊かな生活を楽しめる環境を確保しましょう。

[改修方法の例]

- ・余った部屋を納戸や収納庫として活用(生活空間に物を置かない)
- ・余った部屋を趣味室や教室などの空間として利用
- ・縁側やテラスなどの半屋外空間の整備を行う

プレシニア・アクティブシニアであるうちに、自分で高齢期の住まいや住まい方についてしっかりと考え、末長く健康で快適に過ごすための最適な対応を決めておきましょう。

【5】編集後記 ～エコ次郎の小ネタ横町～

皆さま、ご無沙汰しております、エコ次郎でございます。桜も散り、急に暖かな日が増えまして、すっかり春本番になりました。花粉症からも解放され

つつあり、やっとマスクを外せる毎日に喜びでいっぱいです。

さて、今日も小ネタです。先日、晩の食事が終わり、いつものように NHK ニュース 9 を観ていたのですが、途中で妻が何の断りもなくチャンネルを変えてしまいました。そんなに大きなニュースがない日だったこともあり、無言で変えることには多少思うところはありましたが、家庭平和の為黙っていました。その変えた番組が E テレの「きょうの料理」でした。日頃この時間に料理番組を観ることがないので、???とは思いましたが、何となく観ていると、これが結構面白いのです。後藤繁榮アナウンサーが講師の先生にズバズバ指示をされ、ズバズバとダメ出しをされ、出来が悪いと横からちよくちよく手を出されるのです。同じ“オヤジ”の私から見ても決して手際が良いとは言えず、隣りに立つ先生はさぞイライラされていたのでしょう。それにもめげずにコメントもしながら一生懸命に「豚キムチ炒め」を作る後藤アナウンサーの笑顔を、気付けば心から応援している自分がいました。しかし何故ここまで中年男性アナウンサーにアシスタントをさせるのだろうか?と見てみると、なんとこの番組の題名が『父さんのきょうからキッチン』になっているではありませんか! 早速検索をしてみると、この4月から始まった月1回の企画で、後藤アナウンサーが生徒役を担当し、『シニアや料理初心者のみなさんに楽しくキッチン・デビューしていただける番組』を目指しているのだそうです。

私はこう言った一端の料理は得意ではありませんが、あえてチャンネルを変えてまで私に番組を観せた妻の言わんとしていることは察しているのもうすぐGWで時間もあることなので、後藤アナウンサーを見習ってみようかと思えます。「豚キムチ炒め」のように短時間で出来る炒め物は魅力的ですが、スピード勝負のもので素人では焦げてしまう気がするので、まずはおふくろの味の肉じゃがあたりにも挑もうと思えます。

令和も今まで以上に家庭円満を目指して精進していきますので、引き続きの応援をどうぞよろしくお願いいたします。

=====

[発行] 東雲研修センター <https://www.eco-reform.org/>

東京都江東区東雲 2-9-7 東雲配送センター内

営業日 月～金：9時～17時 土：応相談

お問い合わせ 03-3665-9033(本社窓口)

※送信が不要の場合は、その旨このメールへの返信でご連絡ください。

=====