

第30回

超高齢化社会を迎えるための
エクステリア対策 ～インタビュー編～

- 介護を交えたエクステリア提案が増えてきた
- 今後、さらに介護エクステリアのニーズが増えてきそう
- 介護エクステリアの提案力をもっとつけたい
- 介護・リハビリテーションのプロの視点からみたエクステリアとは？

今回も「介護エクステリア」をテーマに、静岡県浜松市にある保健医療福祉の総合大学「聖隷クリストファー大学」の助教であり、作業療法士でもある中島ともみ先生のインタビューをお送りしていきます。

家族の誰かを介護するに当たり、またはいずれ来る自分の老後に備えてお住まいを介護しやすい設計にリフォーム・新築する方も非常に多い中、エクステリアにできることはもっとたくさんあるのではないのでしょうか。これまでに介護用エクステリアを設計したことのある販店さんも多いとは思いますが、介護のプロフェッショナルから見た現在のエクステリアはどのように見えているのか、具体的なお話をいろいろいかがができました。

話し手

聖隷クリストファー大学リハビリテーション学部
作業療法学科助教 中島ともみ先生

聞き手 株式会社ソニー「エクステリアの匠」
事業部長 加納 拓



株式会社ソニー
「エクステリアの匠」事業部長
加納 拓

著者プロフィール

一級エクステリアプランナー。大手ハウスメーカーのトップセールス営業として8年間勤務し、二級建築士の資格を取得。2013年5月に株式会社ソニーに入社し、同社が運営する優良エクステリア業者紹介サービス「エクステリアの匠」の事業部長に就任。現在はエクステリアWEBマーケティングのプロフェッショナルとして700社以上の提携業者サポートと、年間2000件のエンドユーザー対応を行っている。データや数字から導き出される的確な判断は、業界関係者から厚い信頼を寄せられている。

今回のテーマ

② 「介護される側」だけではなく
「介護する側」の存在

◆ 「介護をする」動線

― 前回のお話では、家を建てるご家族やご自身の将来に備えて、スロープや手すりを各所に設置するよりも、部屋の窓からすぐに駐車場に出られる設計にしておくという考え方のほうが作業療法寄りであると

「うお話をうかがいましたが、他に留意すべきポイントはありますか？」

「具体的なにはどのような箇所に気を付けて設計するべきでしょうか？」

中島 例えば「介助者・介護士の存在」です。ご家族であったり、介護士さんであったり、「介護する側」の動線がスムーズでなければ、間接的に「介護される側」の方にもストレスを与えてしまいます。

中島 例えば、「車いすの利用」^{II}「スロープ」と思考が偏りがちですが、「旋回スペースの確保」が十分でないこと、スロープは役に立たないこともあります。一般的には車いすの旋回の為には1500mm×1500mm以上のスペースがあればよいとさ

前号のおさらい

前号でお伝えした「エクステリアと自宅介護」におけるポイント4つ

- ① 一般的な介護住宅・介護リフォームにおけるエクステリア
- ② 「介護される側」だけでなく「介護する側」の存在
- ③ 建築の考え方では当たり前前のが介護の視点では異なる場合も
- ④ 介護とエクステリアに共通する考え方は「個別の事情に対応する」

このシリーズでは、これら4つのポイント別に分けて中島先生の具体的なお話を掲載しております。



中島ともみ先生

れています。しかし、実際に一般住宅ではそれほどスペースをとれないケースも多いですし、玄関のカギの開け閉めや雨の日の傘さしなど介護する側のスムーズな動きを考えるとそれ以上のスペースが望ましいですね。

「車いすの昇降機はレンタルやリースをすることもできるようですが、旋回スペースの確保で在宅介護の可能性が変わってくるということですね。

中島 前号でもお話ししましたが、「段差が昇れない」というだけで一生自宅に戻れなくなってしまうケースもあります。病気後や老後に自宅でゆっくり過ごしたいと思う方にとって、段差の存在をスムーズにクリアするというのはポイントです。

◆家族や介護士さんが手伝いやすい設計を

中島 あとは、デイケアサービスやリハビリ施設などから送迎に来てくれる場合を考えると、介護士さんな

どが玄関から入ってリビングを通って…という、プライベート空間を通らずに「介護される人」の元に辿り着けるような設計であることも重要です。そういう目的も含め、駐車場から直接出入りできる窓を設置した部屋を作っておく、いいと思います。

「玄関先までの送り迎えに限る、というルールのデイケアサービスもあるようですから、玄関先とベッドの行き来はご家族が介助しながら行かなければならないというケースも多いようです。もし送迎車が停まる駐車スペースと寝室の窓が隣接していればご家族の負担もかなり減りますし、もちろん「介護される側」の負担も軽減しますね。

中島 つい介護される側の目線のみで考えてしまいがちですが、介護する側のスムーズな動線はとても重要です。「介護エクステリア」は「介護される側の心地良いエクステリア」と同時に「介護する側がスムーズなエクステリア」でなくてはなりませんね。

View Points ----- 今回の対談から見えてきたこと

1. 車いすの場合、スロープの設置以上に旋回スペースの確保が重要
2. 介護士さんがプライベート空間を通る必要のない設計は家族の負担軽減にも繋がる
3. 介護する側のスムーズな動線の確保も「介護エクステリア」の一環

自宅介護経験のある人でないとい見落としがちなのが「介護する側の存在」です。家族の誰かに介護・介助が必要になったとき、そのストレスや負担は家族も抱えることとなります。「介護疲れ」という言葉をよく聞きますが、家族が共倒れになることを防ぐために、エクステリアにはできることがあります。「介護する人」「介護される人」のどちらもが快適な生活を送れるような意識で介護エクステリアを考えたいと思います。次号は建築における常識と作業療法における常識の相違についてお話してもらいます。