

事故は「動き」の中で起きている - 安全な住まいの設計

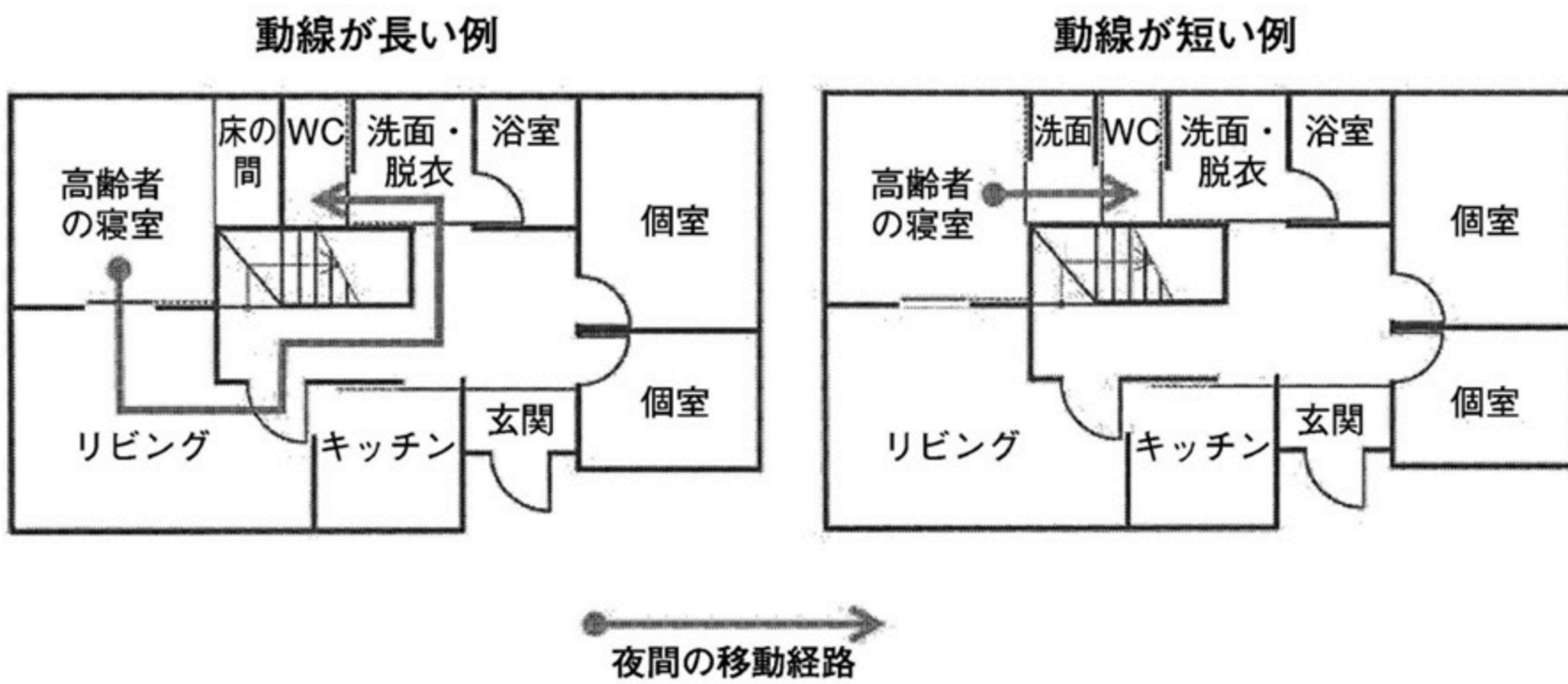
自宅は最も安心できる場所である一方で、転倒や転落など、家庭内での思わぬ事故は少なくない。特に高齢者や小さな子どもがいる家庭では、日常の動作が大きな危険につながる可能性がある。こうした事故の多くは、動線の取り方、室内の温度差といった身近な環境に起因しているが、住まいの設計や使い方の工夫によって防ぐことも可能である。ここでは家庭内事故の実態を踏まえ、安全に暮らすための住まいづくりのポイントを建築士の視点から解説する。

家庭内の事故、後絶たず

自宅は安全な場所と階段、台所などで多く思われがちだが、実際発生しており、高齢者には転倒や入浴中の事故、居室が約45%、家庭内での事故、階段が約19%を占め、事故の後を絶たない。むづかしいといったデータも、むしろ外出時よりも行動がある。また、事故の内に慣れている分、注意が緩みやすいという側面もある。

面がある。わずかな段差、滑りやすい床、夜間の暗い廊下など、日常に使用している空間に「立ち上がり」の危険は見えにくい。家庭内の事故は個人の不注意だけである。夜中にトイレへ向かう途中でつまずく、日々の使い方が深く関係している。まずは身間にバランスを崩す近な危険に気付くことが、対策の第一歩である。

図1 動線の短い例・長い例



間取りで事故は減らせる

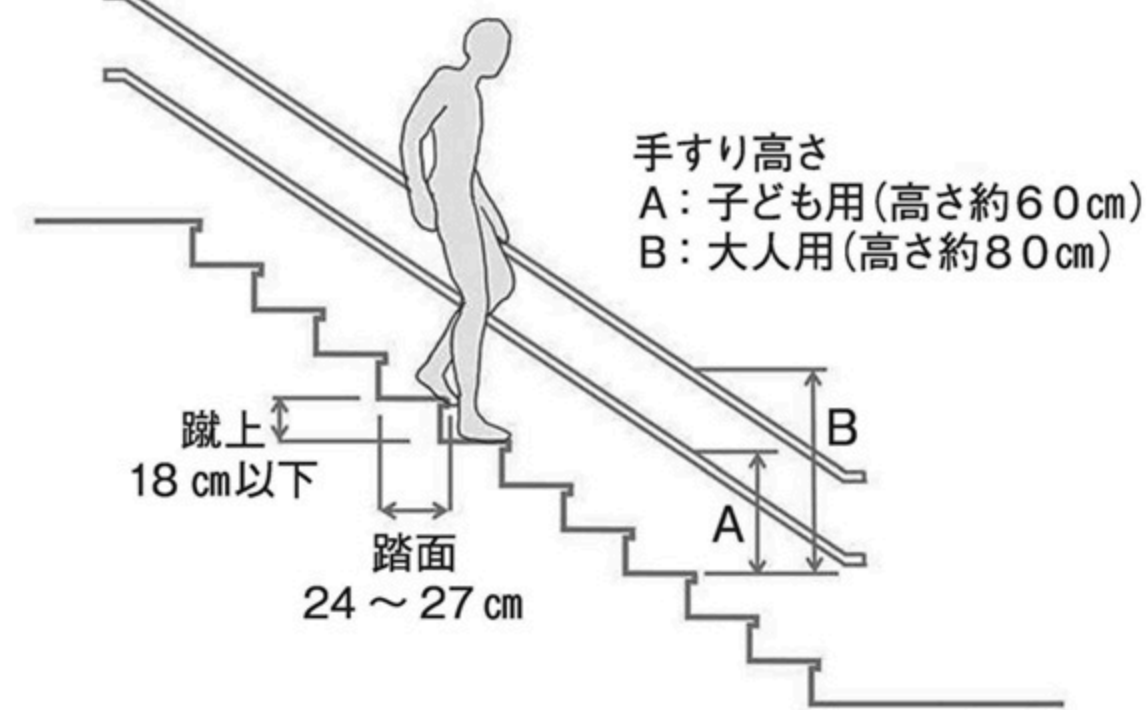
家庭内事故は居室や

この視点で間取りを見直すと、対策の手がかりが見えてくる。例えば、①寝室の近くにトイレを配置する②水回りを生活動線上に集約する③廊下幅に余裕を持たせるといった計画の工夫が、リスク

階段の事故対策 - 垂直移動の安全確保

1.

図2 安全な階段の寸法と構成



蹴上を低く、踏面を広くすることで、階段の安全性は大きく向上する

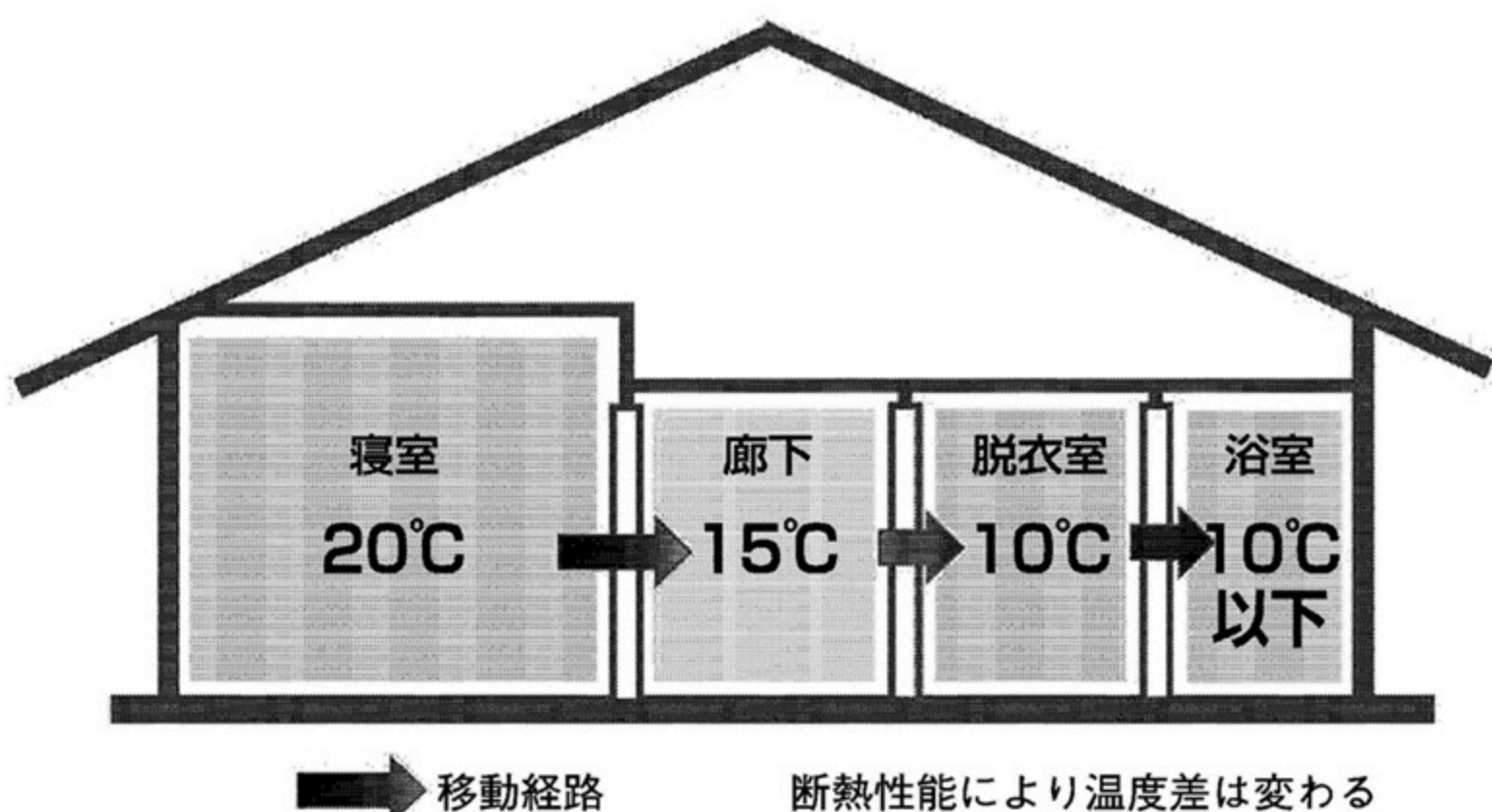
夜間の移動では、長く複雑な動線が事故のリスクを高める

設計の現場では、リビングや居室の広さを優先するあまり、階段に割り当てられる面積が削られ、急勾配になるケースも少なくない。「広い」の端、コード類など

転倒リスク下げる - 水平移動の落とし穴

無理なく昇り降りできる高さとするのが基本である。設計の現場では、リビングや居室の広さを優先するあまり、階段に割り当てられる面積が削られ、急勾配になるケースも少なくない。「広い」の端、コード類など

図3 室温の温度差と移動による健康リスク



暖かい居室から寒い水回りへの移動による急激な温度差が、体に大きな負担をかける。安全な住まいは、特別な仕様ではなく、日常の動きを丁寧な設計から生まれる。家族構成やライフスタイルの変化を見据えながら、長く安心して住み続けられる住まいづくりを、早い段階から意識したい。

浴室のヒートショック対策

冬場に多く見られる浴室での事故の一つに、ヒートショックがある。暖かい居室から寒い脱衣室や浴室へ移動する際の急激な温度変化で血圧が大きく変動し、最悪の場合、意識を失うこともある深刻な現象である(図3)。

日常に潜む危険をどう防ぐか

冬場に多く見られる浴室での事故の一つに、ヒートショックがある。暖かい居室から寒い脱衣室や浴室へ移動する際の急激な温度変化で血圧が大きく変動し、最悪の場合、意識を失うこともある深刻な現象である(図3)。

が、加齢に伴う体のパフォーマンス機能の低下によって、つまずきの原因となる。実は筆者自身も、長年取組むことで、効果年取ならなかった段差で足を取られるようになった経験がある。違和感以前からあつたが、ある時を境にそれがはつきりとした変化した。新築では必要性を感じない階段でも備えて進むが、事故のリスクとして突然表面化する。こうした体験から、住まいにも支えとなる要素を備えておくことの重要性を感じている。対策の基本は段差をなくすバリアフリー化



住まいのアトリエ 井上一級建築士事務所 所長 井上 恵子

一級建築士。住宅や保育施設の設計・工事監理に従事するほか、防災・住まいに関する記事執筆や監修、セミナー講師として活動。