

高性能化する“住まい”と “健康”のお医者さん 「健康住宅アドバイザー」

日本人の平均寿命がますます伸びていく中で、注目されるのが健康寿命だろう。健康寿命が“健康で活動的に暮らせる期間”とすれば、寿命と同じであることが理想である。その実現には健康住宅が大きな鍵。日進月歩で変化する住宅の性能技術の向上は人の健康には欠かせない要素である。また、その進歩していく住まいに応じた暮らし方も、身につけていかなければならない。こうした“住まい”と“健康”を結び付けるコーディネーターの役割を担うのが、NPO法人日本健康住宅協会が展開する資格制度「健康住宅アドバイザー」だ。今後、住宅分野では国連のSDGsやWHO（世界保健機関）への対応が求められ、さらに注目される。住宅関連業界に携わる人は「住まいのお医者さん」として、住まい手は身を守る知識として取得してみよう。

健康阻害要因を解消する 健康住宅アドバイザー

住宅の基本性能のひとつである「居住性」の高い高断熱・高気密住宅ではダニやカビ予防のために防虫・防カビ剤を十分に使用する必要がある。○か×か。これは健康住宅アドバイザー資格取得を学習する際に使う練習問題集にある設問の1つだ。
答えは「×」。「十分に使用する」という部分が誤りなのである。解説として次の点を挙げる。「高断熱・高気密の住宅で薬剤を使用すれば効果は高いのですが、やがて人体にも影響を及ぼします。したがって、十分に使用するのではなく、薬剤は必要最小限にとどめ、換気して湿度を60%前後に保つとか、良く掃除して塵埃を無くすとかの環境的防除を優先したいものです」。

年では日進月歩で変化する性能技術革新と日本人の生活習慣により齟齬が出ている」と指摘。こうした住まい手の思い違いによる不具合を「健康阻害要因」と位置づけ、この欠解住宅の解消に向け、健やかな住まい方を学べるのが健康住宅アドバイザー資格である。

駆除を最優先し、多くの住まい手がついやりがちな誤った薬剤使用の例を問題にした。NPO法人日本健康住宅協会ではこのケースを「ダニ・カビ・シロアリ」と呼び、近年の気密性の高い住宅を背景に、誤った駆除や排除から新たに発生する健康被害のひとつとして考えられている。健康住宅アドバイザーの資格試験を主幹する同協会の常務理事、和田伸之氏は「従来、住環境の不具合は品質の欠落と考えてきた。しかし、近

そして住宅の高性能化が今後さらに進むのは確実だ。例えば、部屋の温度が2℃違うと、要介護期間が4年違うという国の調査結果もある。また、国連のSDGsには住まいに関連する項目が多く盛り込まれており、WHOも「住まいと健康に関するガイドライン」を作成するなど、住宅の高断熱などの高性能化は世界の潮流の1つでもある。しかし、いくら高性能な住宅に住んでも住まい方や利用の仕方が間違っていれば何もならない。その間違いに気付き正していくのが「住まいと健康」にかかわる諸々

の知識であることから、今後ますます、健康住宅アドバイザーに注目が集まる。

試験は毎年3回実施、 対策講座で合格しやすく

試験は毎年3・6・11月の年3回公開形式で実施している。また、企業内や地域限定の検定方式で東京・大阪以外の地域も受験できる。試験項目は協会が発行する健やかな住まい方のわかる本にある「爽やかな空気」「穏やかな温熱の住まい」、「和

やかな光視の住まい」、「静やかな音振動の住まい」、「堅実な防露の住まい」、「安心な防カビの住まい」、「健全な防虫の住まい」の7章から出される。正誤問題や記述などで出題され、合格点は100点換算で70点が目安。合格の可能性を高めるため、受験対策講座も用意されている。これまでに登録されている健康住宅アドバイザーは全国で1万2千人にのぼる。

載も可能になったり、健康フォーラムと呼ばれるプレゼンシステムを無償で利用できる。また、資格知識の陳腐化を防ぐため、メルマガや講習会・見学会などを通じた啓発システムも用意されている。また、上位資格として健康住宅スペシャリストや健康住宅ディレクターもあり、診断士や講師業務など新たなキャリア構築につなげることもできる。和田氏は「住まいと健康がテーマとなっており、幅広い知識を得ることができ。一人でも多くの人に住まいのお医者さんとして活躍していただき、住宅内での事故を無くしたい」と期待する。



健康住宅アドバイザーのテキスト「健やか住まい方のわかる本」と練習問題集

健康住宅アドバイザー 合格者の声



▶住宅メーカー勤務・男性

私は住宅の企画・開発を担当しています。日頃の開発においては開発者目線だけの商品開発にならないよう、入居者目線での取り組みを考える必要があります。健康住宅アドバイザーの学習を通して、様々な住環境がある中で総合的かつ具体的に健康に関わる要素について習得することができたと思います。特に空気環境、温熱環境など発生要因として目に見えないものについては、住宅や設備の性能に加え正しい住まい方の啓発が非常に大切だと実感しています。今後の商品開発にここで得た知見を活かしていきたいと思っています。

▶専門学校生・男性

受験のきっかけは日本建築業界でも危惧されている「スクラップ&ビルド」という言葉でした。住まいのお医者さんでもある健康住宅アドバイザー資格は、住まう人の健康と健康を配慮した住宅の両面から、この難問を改善できるのではないかと思います。受験を決意しました。勉強方法としては、テキストのよく出る項目を中心に浅読し、それが終わったらひたすら問題を解き続けました。そして間違えた問題や分からなかった問題はテキストを読み返していました。今回この資格試験を通して、健やか住まい方について知ることができた事は、私の自信にも繋がりました。

▶インテリアコーディネーター・女性

私が『健康住宅アドバイザー』の資格を取得した理由は二つあります。一つは家族が新築後にアトピーを発症し、高気密住宅における室内空気汚染とその対策について知りたかった事、二つ目は、リフォーム営業を経験し防露、防カビ、防虫など「人の健康」を守る為の具体的な対策を知る事が業務上必要だと思ったからです。『健康住宅アドバイザー』の試験内容は多岐に渡り「健康住宅」に必要な様々な要素とそれに関する幅広い知識を身につける事が出来、自身の住環境改善にも、お客様への提案業務にも、大変役立っています。