

論文コンテスト「私が考える健康住宅とは」

個人正会員 和田 伸之

我が家に於ける健康工夫とは…！

最近街中の住宅会社のキャッチコピーで健康住宅という言葉を目にする。無垢材、高酸素、光触媒と健康に対する着眼点は様々で特長的なものばかりである。その効能や性能は各メーカーや工務店サイドで研究しつくされた物であるに違いないと思われるので、ここでの論評・評価はさて置きたい。そこで視点を変えて考えてみるに“ハインリッヒの法則”を用いて考えてみたい。その法則とは労働災害における経験則の一つで、1つの重大事故の背後には29の軽微な事故があり、その背景には300の異常が存在するというものである。この法則をなぞり家庭での健康住宅実現には一つの解決テーマには29の付随した付随した対策が必要で、その付随対策の背景にある300の生活の知恵が必要であると言えるのではないだろうか？

例えば高齢者や障害者の方に補助手摺を取り付けるという解決テーマを設定してみよう。その解決テーマを実現可能な解決策とするには、まずそれを利用する人の身体機能に合わせた高さ、長さ、太さ、大きさや材質そして壁下地の補強などの付随した対策が不可欠ではあるが、これだけでは建築上手摺が付いたというだけなのである。つまりこの手摺がある中で高齢者や障害者もしくは健常者が日常生活をしていく訳であるから、その生活動線をしっかりと計画する必要がある。その生活動線には排泄、入浴、移動、清掃など様々なシーンを考えなくてはならない。その計画がずさんであると折角の手摺が後日、物干しや物掛けに化けてしまい役立たずな物へとなりうるばかりか、余計な湿気やカビを招く事にもなり兼ねない。つまりこの生活の知恵をしっかりと考えて解決テーマを考えていく事は健康を阻害する要因を招きにくくしているとも言えるのではないだろうか。

健康を阻害する要因を招きにくくする生活の知恵は3つの視点が必要ではないだろうか。それは乾燥・水きり・埃の3つではないか。まずは乾燥であるがこれは機械を使った強制乾燥で無く自然に乾燥という意味である。同じく水きりは水滴排水の工夫そして埃を寄せ付けない仕舞い方と考えてもらいたい。

例えば高齢者宅の歯ブラシ立てを想像して貰いたい。身体機能の衰えから視力や握力の低下により歯磨きの後の歯ブラシの仕舞い方は悪くなり、コップ式の歯ブラシ立てなどには少量の水がたまり、気づかぬ間にカビの原因を作り出している事になる。そこでこの歯ブラシを立てるという発想から洗面ボールの上に埃よけのカバーを付けてぶら下げるという考え方が良好である。ぶら下げるので水切りや自然乾燥が出来るばかりか、切った水が洗面ボールに落ちる事によりカビの原因である水気が解決するといった具合である。これらの考え方を洗面で使うすすぎコップにも適用すれば良い訳である。至ってシンプルではあるが有効的な健康を阻害する要因を招きにくくするアイデアでは無いだろうか。

【実例紹介】



埃よけのカバーが付いた歯ブラシを引掛けて水切りをするタイプの歯ブラシ掛け。写真には写って無いが歯ブラシの真下が洗面ボールの中に入る為、歯磨き後の僅かな滴も排水されていくようにした。ブラシも歯ブラシ掛けとは分離されているのでカビも要りにくく清潔感がある。何よりも自然乾燥していく間に埃が乗りにくいのが良い。(文中にも紹介)



デンタルリンスや歯磨き後のうがい用コップも清潔感がある収納をしていきたい。これは吸盤付きの金具を利用してうがい用コップを常に逆さまに引掛けていくのでデンタルリンスの残り液やうがい後の水滴も流れ落ちる。また逆さまになっているので埃も乗りにくいのが特長である。



お茶碗やコップを洗い一時的に水切りをする為のステンレス製の籠。野菜を水洗いして一時的に置く籠としても活用しているが水切りという考え方にはフィットしている。



普段使うお茶碗やコップの収納も頭を悩ます事の一つである。流し台の上にステンレス製の籠を置いて水切りと自然乾燥が出来る様に工夫。お皿や茶碗の他に箸立も置いている。埃よけとしては日本タオルを被せているが同じ大きさの蠅帳も市販されており、活用できる。

一番最後に紹介した実例写真の右上に白いホースが見えるがこれはビルトインされていない食洗器の排水ホースである。食器の洗いと乾燥そして埃のシャットアウトと 3 拍子が揃っており我が家には最適と思い購入したのであるが一度の食洗に温水を何度か排水する時に湯気が部屋に立ち込めている事に気付いた。これでは結果的に部屋中に湿気を呼ぶ事にもなりかねない。そこで市販のホースと接続管を購入しキッチン排水の奥深くまで排水管を通した。この様に生活を便利にする為に設備を買っても別の悩みや問題は多々発生する物である。例えば石油ファンヒーター、室内エアコン、遮熱断熱ペアガラスはたまた冒頭で申し上げた健康住宅を売り文句にした商品そして高气密・高断熱住宅などもそれぞれ解決テーマを考えて購入するが反面違う問題を引き起こしてしまうこともあり得る。その折にも乾燥・水きり・埃の 3 つを考えて生活の知恵を探り出し実行していく事が大切であると思う。