

安全・安心な住環境で快適に

共に生きる
WITH LIFE

—ノーマライゼーションを推進する広報誌—

第61号
2025
ウイズライフ



|特集 ノーマライゼーション対談|

福島 明さん × 菊地 英也さん

海外バリアフリー事情からの考察

第29回小中学生による「安心・快適アイデア」コンテスト入賞者発表



公益財団法人として

ウィズ ライフ

「WITH LIFE ~共に生きる~」を

実践しています。



ノーマライゼーション住宅財団の目的

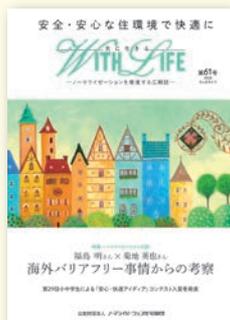
当財団は、「すべての人が共に暮らし、共に生きることがノーマル」というノーマライゼーションの理念に基づき、高齢者も障がいのある人も安全・安心・快適に暮らせる住環境の整備・向上を図り、社会福祉の増進に寄与する事業を展開しています。



普及啓発事業
ノーマライゼーション理念の

ウィズライフ
広報誌「WITH LIFE ～共に生きる～」発行

本61号は、「バリアフリー」をテーマとする対談、「ユニバーサルデザイン」に関するレポート記事、介護・自立サポートアイテム、第29回小中学生による「安全・快適アイデア」コンテストの入賞作品・入賞者を掲載。建築・福祉に関する寄稿も「ためになる」と好評です。



小中学生による
「安全・快適アイデア」コンテストの実施

年1回公募し、1月に入賞作品を展示公開するとともに、広報誌「WITH LIFE ～共に生きる～」に入賞作品・入賞者を掲載！



入賞作品を
展示公開
(さっぽろ地下街
オーロラタウン)



福祉事情に関する情報の収集と提供

ノーマライゼーション住宅財団の主な事業

福祉住宅の建築に関する
助成および情報提供事業

福祉住宅建築助成
実例集「ふれあい」発行



助成金による
福祉住宅建築支援



福祉住宅助成実例

実例集「ふれあい」には、
安全・安心・快適に暮らせるアイデアがいっぱい！



新築：スロープ

リビングの窓下までスロープを設置すると屋外への出入りに

車いすの乗降を容易にするため上がり框(かまち)の形状を工夫

新築：玄関



リフォーム：浴室&UT

浴室とUTの段差をなくし引き戸に。温浴効果が得られるボディハグシャワーを採用

詳しくは、こちらをご覧ください。



住まい、街、心もバリアフリー！ 明るいい色づかいで気持ちも明るく

「バリアフリー」という言葉は、広く浸透しています。それが実生活で当たり前になるには何が必要なのでしょう。

寒地建築の性能向上に力を注ぐ福島明さん、住宅の安全・安心・快適なリフォーム・リノベーションを提案する菊地英也さん。

お二人に最近の知見とともに、参考になる海外の暮らしぶり、バリアフリー推進のポイントなどを語っていただきました。

構成／大藤紀美枝 写真／野口和孝

北海道科学大学 名誉教授

公益財団法人

ノーマライゼーション住宅財団 評議員

福島

明さん

株式会社土屋ホームトピア 代表取締役社長

公益財団法人

ノーマライゼーション住宅財団 評議員

菊地

英也さん

先進の改修工事で 住宅性能を高める

——今回は、今春オープン予定の「暮らしの元気スタジオ」（土屋ホームトピア本社ビル1階）におじゃましての対談となりました。よろしくお願いたします。

菊地 こちらのスペースの奥には、バリアフリーリノベーションモデルコーナーが完成しています。介護用品や福祉機器の輸入商品を最終検討しているところで、本日は、壁面に日本製の歩行器と車いすを展示しています。

福島 カラフルで、いいですね。菊地 ありがとうございます。

福島 私、ホームトピア（現・土屋ホームトピア）さんのお付き合いは、菊地さんが社長に就任される以前からなんですよ。

菊地 何年ぐらいのことですか。

福島 今から23年ぐらい前です。北方建築総合研究所に勤務していたとき、有名企業でも住宅性能が上がらない改修工事が行われていることに危機感を抱いて、「土屋ホームさんの外張り断熱技術を応用して、改修工事で住宅性能を高め、通常の新築より良くしましょう」と共同研究を提案したのが、きっかけでした。その後、私は異動で外れました

が、着実に研究成果を上げてこられましたね。

菊地 2004年に販売開始した外断熱リフォーム「一期一家」は、一軒丸ごとリフォームする商品として全国的な評価をいただくに至っています。

福島 住宅の断熱気密化が図られた当初は、新築住宅でも結露など深刻な問題が発生していました。その改修工事に最先端の技術で対応したのがホームトピアさん。大工さんはみなさん現場をよく知っていて、住宅や住生活の向上に関する研究をするに当たって、ものすごくお世話になりました。

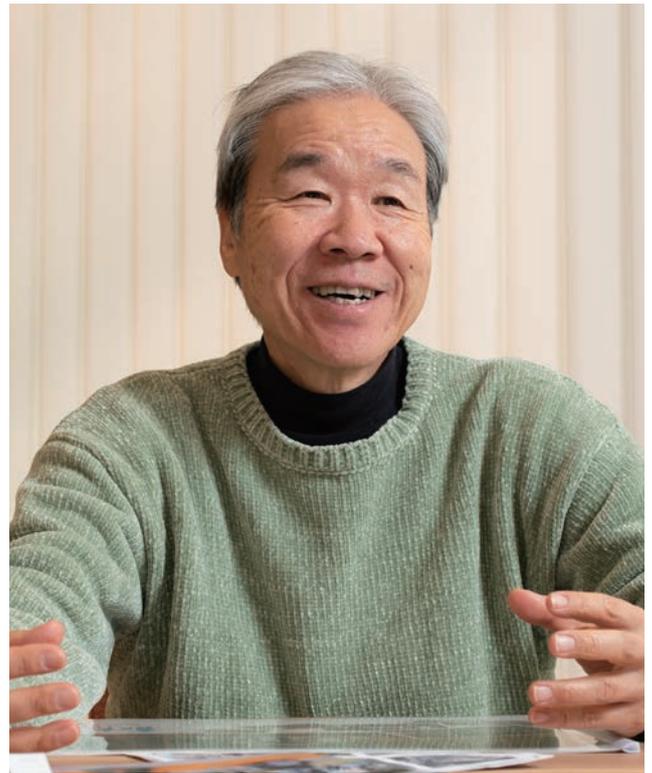
菊地 福島先生のご助力も



菊地 英也 (きくち・ひでや)

1983年、株式会社土屋ホーム入社。総務部長、常務取締役を経て、2008年、株式会社ホームトピア(現・土屋ホームトピア)代表取締役社長就任。先進的なリフォームを推進すると同時にノーマライゼーション課を設置し福祉・介護・建築のワンストップ対応を実現。1960年生まれ。

株式会社土屋ホームトピア
札幌市厚別区厚別南1丁目18-1
TEL:011-896-3063
URL:<https://www.hometopia.jp>



福島 明 (ふくしま・あきら)

1978年、北海道立寒地建築研究所入所。以後、一貫して寒地建築の断熱・気密や暖房、省エネルギー技術の研究に従事。2014年、北海道科学大学工学部建築学科教授就任、2021年、同大名誉教授に。一般社団法人北海道建築技術協会副会長・寒地建築研究所長。博士(工学)。1954年生まれ。

一般社団法人北海道建築技術協会
札幌市中央区大通西5丁目11 大五ビル2F
TEL:011-251-2794
URL:<https://www.hobea.or.jp>



あって、当社は省エネ・断熱・耐震を網羅したバリアフリーリフォームを推進し、2016年に経済産業省の「先進的なリフォーム業者表彰」に選出されました。それが大きな励みになっています。

——「暮らしの元氣スタジオ」を担当するノーマライゼーション課も貴社ならではのですね。

菊地 土屋グループ創業者(故土屋公三)は、「全ての人に快適な住まいを提供しよう」と会社を立ち上げました。「全ての人」というのは、年齢・障がいの有無・国内外を問わないあらゆる人と理解し、弊社社長就任以来、ノーマライゼーションの浸透、バリアフリーに努めてきました。
福島 こちら(暮らしの元氣スタジオ)は、明るくて快適。まさにバリアフリーな空間ですね。

誰にも優しい船での移動、休息

——海外視察や旅行も多いと伺っています。バリアフリー事情についてお話しいただけますか。

福島 近年の私の旅行は、名建築巡りがメインですが、各

地でフットパス(風景や歴史を楽しみながら歩くための小道)歩きを満喫しています。2022年には、イギリス、スペイン、フランスを巡りましたが、それぞれ歩ける街づくりをしていて、自由気ままにどこへでも行けるんです。

菊地 ヨーロッパは石畳が多いですよ。

福島 はい。街中は昔のままの石畳で、そういうところは車が通るので、フットパスは別のところに造られています。イギリスは運河が発達していて、大学都市のオックスフォードも郊外まで運河が伸び、その脇にフットパスが続いているんです。

運河を行き来するナロー・ボートは、その名のとおり、幅が1間(約1.8m)ぐらい。でも、ものすごく長くてベッドルームやキッチンもあって、5〜6人泊れます。このボートで、イギリス中、いろんな所に行け、運河の脇にはフットパスがありますから、都合のよい所に係留して街中へ歩いて行ける。車いすの方もナロー・ボートに乗ってスムーズに移動でき、誰にも優しい旅行スタイルとしても興味深かったです。

菊地 ナロー・ボートは、個人所有ですか？

福島 個人所有もあれば団体所有もあり、そこに住んでいる人も結構いるようです。操舵も簡単。レンタルのナロー・ボートもあって、旅行者も利用できます。

菊地 それはいいですね。

福島 どこかに行きたいとき、ナロー・ボートのような、「もう一つの手段」があるっていいですね。スローな移動というところが魅力です。

菊地 自然との一体感がいいですね。日本にも風光明媚なところがたくさんあるので、船で旅行してみたいです。以前、柳川（福岡県）で、手こぎの観光船でお堀巡りをしましたが、風情がありました。自分のペースでゆっくり水路なり運河なりを移動することができたなら、旅行スタイルが変わるんじゃないでしょうか。福島 日本では、ボートをこぐのを楽しむといった具合に、何かにつけアクティビティになっていきます。そうじゃなくて、船に乗ってストレスを感じることなく、ゆったりと時間を過ごすことができる環境づくりを向けていただければと思います。

菊地 同感です。

—— 福島さんは、世界各地を巡る船旅もなさったそうで。

福島 ええ。2023年に3カ月半かけて北半球を巡る船旅をしました。

菊地 憧れます。私は今のところ、それだけまとまった休暇を取るのには難しいですから…。

福島 お察しのとおり、乗船者の平均年齢は70歳を過ぎていました。ですから、ほとんどの人が大なり小なり身体に不自由さや問題を抱え、車いすの方もたくさんいました。ある高齢の方は、当初自室にこもっているようでしたが、中盤からデッキやラウンジで見かけるようになり、北極圏の島に立ち寄ったときは下船して街を歩き、最終日はしっかりした足取りで船を降りて行きました。

菊地 ワクワクすると肉體も活性化するモデルケースのようなお話ですね。

国際的な展示会や街での貴重な体験

—— 菊地さんは、2024年9月にドイツで開催された国際リハケア機材展を視察され

— 福島さんの海外旅行フォトより —



運河の脇にはフットパスを整備(オックスフォード)



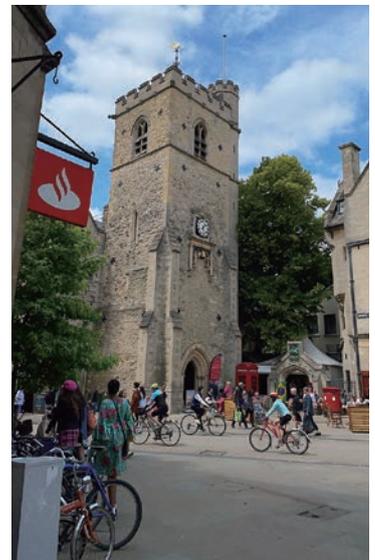
運河に係留する数々のナロー・ボート(オックスフォード)



北極圏に行く客船のデッキにて



イギリス・コーンウォール半島のフットパス



大学都市オックスフォードの中心部は自転車だらけ



パソコンに取めた写真データを見ながら語らうお二人

たそうですね。
菊地 「暮らしの元気スタジオ」を開設するに当たり、リハビリテーション・福祉・介護機材の最先端の商品を自分で見て・触れて確認しようと考え、ノーマライゼーション課の担当者ドイツに飛びました。デュッセルドルフのメッセ会場はとて広くて、7つある展示ホールに世界各国のメーカーが展示していました。
福島 特に注目したのは、どんなところですか。
菊地 やはりカラフルな色づかいですね。特に北欧のメーカーのものは元気が出る色あい、フォルムも美しい。ドイツのメーカーの機能性に優

—— 市内のバリアフリー状況はいかがでしたか。
菊地 フランクフルトとデュッセルドルフを歩き来して感じたのは、街中の至る所に段差解消機が設置されていたことです。駅には車いすユーザーの電車乗降をスムーズにする移動式段差解消機が設置されていて、日本では見かけない光景でしたから特に印象に残りました。
 体が不自由な方が、どこでもごく自然に受け入れられているところにバリアフリーの

れるリハケア機材にも惹かれましたが、残念なことに日本人にはサイズが少し大きいんです。そうそう、中国のメーカーのブースも相当数ありましたよ。
福島 そうですか。
菊地 リハケア機材にも機能性だけでなく、使って楽しいとか、持っとうれしい満足感が求められると思うんですよ。例えば、ドイツのマイスターが手づくりする木製のつえは、それなりの価格ですが味わいがある、実に魅力的なんです。そうしたおしゃれ心を満たす商品も提供していきたいと考えています。

— 菊地さんのドイツ視察フォトより —



「国際リハケア機材展」に出展された伝統あるブランドの「つえ」



「国際リハケア機材展」の会場で電動カートに試乗する菊地さん



車いすユーザーが安全・安心に電車に乗降できるよう、駅に設置された移動式段差解消機



「国際リハケア機材展」に出展されたカラフルな歩行器

高性能バリアフリー住宅で暮らし、 ストレスの少ないスローな旅行で 心身をリフレッシュしましょう。(福島)



菊地さんが「国際リハケア機材展」で注目し、輸入販売を決めたスウェーデン製の「つえ」(右手)を試す福島さん

先進性を感じましたし、スタ
イリッシュな電動カートで
さつそうと街を歩く人を見た
ときは、カッコイイと思いま
した。

福島 先ほど話しに出ました
が、ヨーロッパは昔ながらの
石畳が多いですし、歴史ある
建物や有名建築家の作品も入
り口に階段があったりするん
ですけれど、そのままの状態
を維持している…。

菊地 福祉の先進地と言われる
北欧においてもそうですよね。
福島 ええ。以前、スウェー
デンの古い町を視察した際に
聞いたのですが、入院中のA
さんのお宅は、階段を5段上っ
たところに入り口があるので、
リハビリをして階段を5段上
れるようになったら退院なの
だそうです。ターゲットを絞
り込んで、個別に対応してい

くしかないわけですよ。

ヨーロッパは古い建物を守
る意識が強いですが、日本は
優先するものが異なるので、
街中や住まいのバリアフリー
化が急速に進み、ある面にお
いてはバリアフリー先進国に
なっていると思います。

押し進めよう 心のバリアフリー

—— 段差など物理的なバリア
を解消するとともに、心のバ
リアフリーも大事ですね。

福島 海外に出ると、困って
いる人に対し、気づいた人が
すぐ手を貸す光景をよく目に
します。近年、インバウンド
が増えて、札幌市内の交通機
関でも乗り合わせますが、高
齢でふらついている人にさつ
と手を貸すのは、たいてい外
国の人です。安全だとか、サー
ビスだとか、どこへ行っても
日本よりいい所はないのに、
見ず知らずの人への「大丈夫
ですか？」の声かけだったり、
無償のサポートだったり、
日本人は苦手ですよ。私も
含めてですが。
「この違いは何なんだろう」と
考えるとき、戦後の社会変
化が大きいように思います。

決められたことや言われたこ
とはきちんとやるけれど、そ
うでないことはスルーする…。

隣人に対する心の持ちようは、
海外に学ぶところが大きいん
じゃないでしょうか。

菊地 心のバリアフリーは、
車いすの建築士として多方面
で活躍された牧野准子さん(当
財団前理事)が特に力を注い
でおられました。昨年亡くな
られ、残念でなりません。

実は、「暮らしの元氣スタジ
オ」の企画段階から牧野さん
にご助言をいただき、オープ
ン後のアドバイザーもお願い
していたんです。思い出はた
くさんありますが、牧野さん
が愛用していたスポーク(車
輪を構成する部材)が赤色の
車いすに関するエピソードを、
ここで紹介させていただきます。
あるとき、駆け寄ってくる人
がいたので、車いすを押して
くれるのかと思ったら、「この
車いすカッコイイですね。ど
こで買ったんですか？」と尋
ねられたそうです。牧野さん
は、さまざま取り組みはも
ちろん、生活スタイルにおい
てもバリアフリーの進展、ノー
マライゼーションの浸透にご
尽力されました。

「全ての人」の意味を深く理解する

——菊地さんがノーマライゼーションを強く意識したきっかけを教えてください。

菊地 土屋グループ創業者が、「全ての人に快適な住まいを」という言葉に込めた思いを知ったときです。私が小学校低学年だったとき、両親が知り合いの知的障がいのあるお子さんを数年間預かったのですが、私は戸惑うばかりで、距離を置いていました。「なぜ、もつと親切にできなかったんだろう」とずっと悔やんでいたの、微力ながらノーマライゼーションの浸透に努めようと決意しました。

福島 そうでしたか。

菊地 当社の東京銀座ショールームに来店されたお客さまとのお話しで気づいたこともあり、そのお客さまによ

ると、東京駅周辺で特に長い行列ができていたラーメン屋さん、ハラル対応（イスラム教徒向けの食事やサービスを提供すること）のお店などです。

福島 なるほど。

菊地 さらに、「イスラム教徒は世界中に大勢いるので、イスラム教に関する勉強をして、ある程度合致した住まいを作ったら儲かりますよ」とアドバイスをいただき、「全ての人」を口にするからには、自身、異文化についてきちんと学び、理解を深めることが必要だと思いました。

2014年に財団主催のノーマライゼーション住宅研修に参加してニュージラードの福祉と住まい事情を見学しましたが、建築、福祉、医療、会計士、マスコミなど、さまざまな分野の方が参加され、その高い見識もさることなが

ら、独特の視点に感銘を受けました。

福島 自分の専門分野とは異なる、別の分野の方の視点や意見は、貴重ですし参考になりますね。

介護し・されながら元気に暮らそう

——「暮らしの元気スタジオ」は、誰もが隔たりなく元気に暮らすための情報発信とサービスの提供を掲げているそうですね。

菊地 はい。日本は長寿国として知られ、介護システムや暮らしぶりが注目されているのに、高齢化や介護には暗いイメージが付きまとい、います。そこで、元気になる場所を作ろうと考えたんです。特に注力したのが、明るい色づかい。歩行器や車いすも、使ってワクワクするような商品を提供

し、楽しい研修会を催します。**福島** 色はバリアフリーに欠かせない要素で、海外には色づかいを得意とする建築関係者が必ずいますが、日本では「私は、色づかいが得意ではありません」と言い切る人が結構いるんです。建築やインテリア、介護に携わる人が色を上手に使えるよう、本格的なトレーニングをする必要がありますね。

天井・床など、介護や医療の現場で色づかいに心を砕くことが、住宅のデザインを変えていく…そんな気がしてきました。**菊地** では、国際リハケア展で見つけたおすすめ商品を手にとり、使い心地を体験いただきましょう。バリアフリーリノベーションモデルコーナーもご覧ください。**福島** ワクワクしてきました。



2025年1月14日、今春オープン予定の「暮らしの元気スタジオ」にて

年齢、障がいの有無を問わず、
人生を存分に楽しむために
住まいのバリアフリーリノベーションを。(菊地)

「ユニバーサルデザイン」の 視点とは？

安全で快適な暮らしを実現するために「バリアフリー」とともに「ユニバーサルデザイン」が求められます。プロダクトデザイナーの伊藤千織さんに、「ユニバーサルデザイン」の事例とご自身がデザインする上で心がけていることを伺いました。

取材・文／大藤紀美枝 事例写真提供／伊藤千織さん

デンマークで痛感した
一般市民のリテラシー

——伊藤さんが「ユニバーサルデザイン」を知ったのは、いつごろですか。

伊藤 建築事務所勤務を経て、デンマークで家具デザインを学んでいたときですね。1993年ごろ、日本人の留学生仲間が、ロンドンに行つてユニバーサルデザインを提唱する人たちの講演を聴いてきて、「段差とかバリアを取り除くというものじゃなくて、誰にとっても使いやすいっていう考え

方なんだよ！」と興奮して語ってくれました。

——その話を聴いて、どんな感想を持ちましたか。

伊藤 迫力に押されて「そんなんだ」と相づちを打ち、「そうりゃ、そうだ」と納得しました。プロダクトデザインにしろ、都市計画にしろ、本来、そうあるべきものですから。

周囲を見渡すと、道路も駅もお金の支払いも、誰でも利用しやすくなくて、「ユニバーサルデザイン」という言い方はしていなくても、デンマークで

はその考え方が実践・実現されていることに驚きました。

——30年以上前ですよね。伊藤 そうなんです。例えば、自転車・車いす・旅行者のカー

トなど、車両が付いているものが使いやすいよう整備された専用道路があつて、駅には自転車や車いすの人もそのまま乗れる大きいエレベーターが設置され、電車には自転車の車両がありました。

私のような短期滞在の外国人にもCPRナンバー（デンマークの国民識別番号）が発

行され、病院での診察、銀行口座開設などが紐づけられていました。当時からリンゴ1個買うのもカードで、利用と同時に銀行口座から引き落とされるシステムです。

——ユニバーサルデザインに関し、印象深い

エピソードは。

伊藤 視覚障がいの人のための点字ブロックの色づかいに関し議論されたことです。

日本で点字ブロックと云えば、黄色ですよ。弱視の人にも見やすいようコントラストを強くするためですが、全盲の人にとって色は関係ない。コペンハーゲン中央駅の点字ブロックは、凸凹はあるけれど、景観を重視してか、周囲の仕上げの色と同じような色だったんです。

「あれでいいのか」という意見が新聞などで取り上げられ、各所で盛んに議論されました。それは一般の人たちのリテラシー（理解力と応用力）の高さを物語っていて、「すごいなあ」と思いました。

暮らしを豊かにする 人間中心のデザイン

——北欧は家具や福祉機器のデザインも優れていますね。

バリアフリーと ユニバーサルデザイン

バリアフリーとは、高齢者や障がいのある人が社会生活をする上でバリア（障壁）となるものを除去する考え方。ユニバーサルデザインとは、障がいの有無・年齢・性別などを問わず、誰もが利用しやすいよう「まち」や生活空間をデザインする考え方。

伊藤 近年のキーワードに、「人間中心のデザイン」がありますが、北欧は伝統的にそれがあるし、常に議論もなされているんですよ。

北欧に限らずヨーロッパはデザインのクオリティーが高いです。よく練られていてスキがない。無骨に見えたとしても、余分なものがない。日本だと、「寂しいから」と言つて、小技でいろんなものを付けてしまうんですけどね。



伊藤千織デザイン事務所
代表 伊藤千織さん

家具・インテリアプロダクトのデザイン・商品開発を中心に、イラストレーションから空間コーディネートまで手がけ、大学の非常勤講師、当財団評議員等を務める。

伊藤千織デザイン事務所
TEL:011-531-1717
E-mail:info@chioriito.com
URL:http://chioriito.com



1. 明るい色彩を上手に取り入れ感性を育む幼稚園（フィンランド）
2. 図書館に設けられたリラックスして読書ができる一室（フィンランド）



3. 朝夕の光の色味の変化で患者の体内時計を調整する内照式の壁面パネル（ドイツ）
4. 病院内に地元の街並みをテーマにした写真作品を展示（ドイツ）

日本のデザイン教育も遜色ないと思いますが、デザインの考え方のベースになっているものが違う気がします。

—— 北欧の製品は、明るい色の物が多いですね。

伊藤 北欧で顕著なのは、ナショナル・アイデンティティ（自国への愛着）。国旗の色が大好きで、デンマークは赤い製品が多いですし、スウェーデンは青と黄色。フィンランドは水色が多いです。ドイツの国旗は黒・赤・金の3色で、濃いめですよ。そういうこともあってか、色彩感覚はちよつと違うように思います。

—— 当財団主催のドイツ・ノーマライゼーション住宅研修（2018年）の感想は。

伊藤 建築、福祉、医療の専門家が参加していました。全員が感心したのは、色の使い方と光の使い方です。ケルンで訪問した高齢者・認知症に特化した病院では、認知症の人の視覚的な特性や見え方・感じ方に配慮し、「色」や「光」をうまく活用していました（写真3）。色彩心理学など科学的な根拠に基づく空間づくりにも、たとえ費用がかさんでも

—— インテリアや空間をデザインする上で心がけていることは。

伊藤 制度や管理上の都合などを優先するのではなく、まずヒューマンな視点を持つことです。「ウイズライフ54号」まで、23年にわたり「明るいフクシ探検記」を担当することで、福祉への理解が深まり、それがデザインに反映されてきたと受け止めています。

例えば、弱視の人は白地に黒で書いた文字よりも、黒地に白抜きした文字の方がよく見えることを知っている、配慮したデザインができますから。

多様な特性を理解し、さまざまなバリアを自分ごととして捉えることがデザイナーに求められていると強く感じます。

さまざまなバリアを自分ごととして捉える

—— 導入する姿勢にも感銘を受けました。

院内には、地元の日常風景を捉えた写真作品が数多く展示され、雰囲気や和らげると同時に、入院患者さんに外とのつながりを感じさせるグッドアイデアだと思いました。

5. 色弱の人の見え方にも配慮した図書スペースのベンチ（伊藤さんの作品）
6. クリニックの待合ロビーを、照明デザイナーと協働で木漏れ日をイメージした空間に（伊藤さんの作品）



住居の北海道スタイル・ 「閉鎖系住居」を知る

はじめに

「閉鎖系住居」とは、1970年代に故荒谷登博士が提唱した概念です。北方型住宅の環境設計の根幹を成すもので、住宅づくりの考え方を大きく転換するものでした。その考え方と北海道の住宅にもたらしたのを見てゆきましょう。

開放系住居と閉鎖系住居

荒谷は、日本の夏を旨とする住まいを、「開放系住居」と定義しました。建物を構成する床・壁・屋根を、湿氣的に内外に開放し、一時的に湿つても、通風も利用して湿気の害を防ぐというものです。土壁や畳や木の床など、高湿な環境の中で湿っぽくなる時期があっても、極端な結

露やカビの被害を避けて、材料が腐るのを防ぐことができます。

夏は、気持ちの良い環境を維持できる時間帯もありますが、冬は、室内の温度を保つことは困難なので、厚着をして炬燵や囲炉裏で暖をとる生活でした。戦後、冬の寒さに対応するために、隙間を塞ぎ、ポータブルストーブなどの暖房器具を持ち込んだ結果、日本中の住宅で結露が避けられないものになったのです。

荒谷は、断熱住宅の技術基盤を、屋外に対して明確な境界を設けて、外皮の室内側の温度を保つことを提案して、これを「閉鎖系住居」と定義しました。床・壁・屋根などの外皮を断熱と防湿・気密で外と区切り、その室内側は温度を保ちながら開放します。北方型住宅をきっかけに北

海道の住宅の常識となったこれらの考え方は、住宅の計画も大きく変えることになりました。

厚い断熱外皮の作り方

厚い断熱をする場合の断熱技術について、その考え方を図1に示します。長期にわたる耐久性の確保のためには、断熱層の室内側に防湿・気密措置を行うとともに、断熱層の室外側に通気層と防風層の設置を行うなど、湿気の開放技術が必要です。これらまた、「閉鎖系住居」の必須の技術基盤なのです。北海道の住宅技術者には常識となったものですが、近年、本州でも断熱の需要が高まる中、北海道では聞かれなくなった内部結露や湿気問題が聞かれるようになりました。

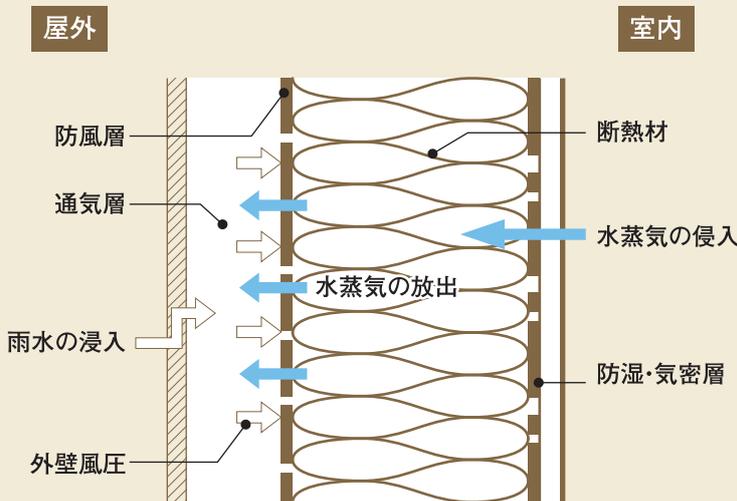
福島 明



北海道科学大学 名誉教授
公益財団法人ノーマライゼーション住宅財団 評議員

1978年、北海道立寒地建築研究所入所。以後、一貫して寒地建築の断熱・気密や換気・暖房、省エネルギー技術の研究に従事。(一社)北海道建築技術協会副会長・寒地建築研究所長。博士(工学)。

図1 断熱壁体の考え方



採暖と暖房

荒谷が最初に作った家づくりのパンフレットが「採暖と暖房」です。寒冷地では、全室暖房がいかに大切かを分かりやすく解説しています。図2は、採暖と暖房の違いを説明するための手描きの図です。その後、家づくりの教科書と

して図3に示す「住いから寒さ・暑さを取り除く」として、出版されています。目指すのは暖を求めるのではなく寒さのない家で、住宅内に温度の差があると寒さを取り除くことができず、結露や換気不良のリスクが防げないことを示しています。厚い断熱をして室内の温度差を解消すれば設

定室温は下がり、部分間欠暖房をしているのに比べて、むしろ省エネルギーになることも初めて示しました。

住居の北海道スタイル

「閉鎖系住居」は、住宅の計画に大きな変革をもたらしました。玄関やトイレ、納戸に至るまで開放された空間づくりが常識となりました。「開放系住居」では、冬には扉を閉めて小さく暮らすのが常識でしたが、断熱性をしっかりと高めた結果、冬に生活空間を小さくする必要がなくなったのです。これは、住居の温度のバリアを取り払い、同時に住居内移動のバリアも取り払うことにつながったのです。これこそ住居の北海道スタイルだと思いませんか。次回は、気密化住宅について解説します。

図2 「採暖と暖房」(1976年、荒谷登:最初はガリ版刷り)より



暖かさと寒さが同居する採暖
(暖かさと寒さの境界が不明確)

寒さが取除かれた暖房
(内と外との区別が明確)

図3 一般向けの住まいのパンフレットをまとめた書籍



「閉鎖系住居」の室内

全ての空間が開放され伸びやかな暮らしが実現
(設計: 山本亜耕)



「開放系住居」の冬の個室暖房空間から除外され寒くじめじめした部屋になる

介護・自立
サポートアイテム

7

これ
いいね!

身体を「面」で支える手すり
工事不要、レンタルもできる
「スタンディ」



工事が不要なので少ない制約で設置することができます。特に狭い空間で活用されるケースが多いようですが、使い方は自由です。



1. 玄関や脱衣所など狭い場所で活用されるケースが多いようです。
2. 面部分に体重を預けながら身体を支えることができます。

施工する必要が無い自立式の手すり「スタンディ」は「面」で身体を支えることができるのが大きな特徴。手ではなく腕でも身体を支えることができるので、より多くの人が利用できるサポート機器です。

制約の多い場所で
使いやすさを発揮

今回紹介するパナソニック製のスタンディは、工事不要で手軽に設置できる手すりです。同じような自立型の手すりは

他社の製品にもありますが、このスタンディは従来の手すりのように棒状の手すりとしてだけでなく、「面」として、使う人の動作をサポートすることができなのが大きな特徴のひとつです。握力がまったく無い使用者であっても面で支えることができるため、例えば身体機能低下で物を握ることができなくなった人や、事故などで手の部分を欠損した人でも、腕を使って手すりと同じように身体を支えることができるのも大きな特徴です。

あがりかまちの段差移動や、



レポート：
西村裕広



レバーを引くと簡単に面部分を開くことができます。面部分の幅は42.5cmの幅があるので大きさ十分。希望小売価格は84,700円(税込)、レンタルでも取り扱いされています。取材にご協力いただいた土屋ホームトピアではレンタル料金3,000円/1カ月。介護保険レンタルでは、ご利用者負担額300円/1カ月(1割負担の場合)。 ※2025年2月現在



不安定な場所や、体重が100キロ以上ある方は使用を控えてください。



使う人の身体寸法や使用する環境に合わせて、高さを調整することが可能です。



床からの立ち上がり補助具としても活用するケースが多いです。設置場所の制約が少ないスタンディならではです。

取材協力

株式会社土屋ホームトピア ノーマライゼーション課

新築、リフォームだけでなく福祉機器に関してもバリアフリーのことはワンストップで対応します。

札幌市厚別区厚別南1丁目18-1 ☎0120-093-033

営業時間/9時~18時(土・日・祝を除く)

<https://www.hometopia.jp/branch/normalization>



玄関での靴の着脱、ベッドや布団からの起き上がりの動作をサポートするために使用する人が多いようですが、安定した床面に設置できれば応用範囲を広げることができるでしょう。取材させていただいた土屋ホームトピア・ノーマライゼーション課によると、このような置き型手すりを長い廊下に何台も並べ、伝え歩き用として利用していたお客様もおられたそうです。認知症となったご家族用にレンタルされたお客様とのことです。そのお客様は認知症のご家族のため、まず廊下に長い手すりの施工を検討したそうです。しかし施工した壁の手すりまでの距離が遠いため、認知症のご家族の方は手すりを手すりとして認識できなかったそうです。自立型のスタンディは壁からの距離が離れるため、手すりとして認識して使うことができます。

土屋ホームトピアの場合、玄関の手すりの施工、設置についての相談がとて多いとのことです。自立型のスタンディなら工事が不要なので、設置の自由度が増すのも大きな魅力のひとつです。

第29回
小中学生による
「安全・快適
アイデア」
コンテスト
入賞者発表

当財団では、毎年、小中学生を対象に「安全・快適アイデア」コンテストを実施しています。今回は、道内22校（小学校10校、中学校12校）および3個人から1175作品の応募がありました。審査結果をお知らせいたします。

（記載の学校・学年は応募時現在）

審査委員長 講評

一般社団法人 北海道デザイン協議会
大阪 克彦

「安全・快適アイデア」というテーマに対する皆さんの発想は多種多様で、いつも楽しく審査しています。1次審査は私一人で全応募作品の中から260作品を選考。2次審査は私を含め有識者7人で行いました。

小学生の部・最優秀賞「障がい者体験館」は、障がいのある人が日常に苦勞しているかを体験し、思いやる気持ちを大切にしてほしいと願う心優しい作品です。

中学生の部・最優秀賞の「かば

小学生の部

最優秀賞



「障がい者体験館」
札幌市立光陽小学校4年 小坂綺愛さん

優良賞 [3作品]



「超クールドライヤー ゆきだるマン」
札幌市立資生館小学校5年 縄乃々香さん

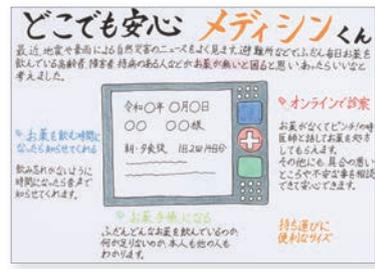


「あなたを守ります。守りたい。」
恵庭市立島松小学校6年 成田一葵さん



「どこでもパッジ」
恵庭市立島松小学校6年 原田絢音さん

優秀賞 [2作品]



「どこでも安心 メディシンくん」
札幌市立幌北小学校5年 甲斐杏那さん



「しん動シール」
江別市立江別第一小学校4年 山口果純さん

佳作 [7作品]

- 江別市立江別第一小学校4年 坂口颯菜、中村恒希 ●札幌市立光陽小学校4年 岡 暖乃 ●札幌市立発寒東小学校4年 橋本結衣
- 札幌市立ひばりが丘小学校4年 福島大翔 ●函館市立鍛神小学校4年 石見歩佳 ●恵庭市立島松小学校6年 砂田唯翔

奨励賞 [10作品]

- 札幌市立厚別東小学校1年 松下恵大 ●旭川市立永山小学校3年 近藤龍心 ●芦別市立上芦別小学校4年 竹内暁飛
- 札幌市立光陽小学校4年 上杉柗太 ●札幌市立発寒東小学校4年 野澤柗星 ●札幌市立ひばりが丘小学校4年 小笠原弥依
- 函館市立鍛神小学校4年 和泉華蓮、大宅斗吾 ●札幌市立伏古北小学校5年 金澤慶佳 ●伊達市立伊達西小学校6年 亀谷湖雪

（敬称略・順不同）



本コンテスト入賞作品は、例年、さっぽろ地下街で展示公開しています。(今回は1月11・12・13日、オーロラコーナーに展示)

- 審査委員** (敬称略・順不同)
- 伊藤千織 デザイン事務所 代表 伊藤 千織
 - 北海道大学大学院 農学研究院 客員教授 林 美香子
 - 北海道社会福祉協議会 副局長 富田 彰
 - 札幌市社会福祉協議会 常務理事 高 棹 則嗣
 - 北海道テレビ放送 報道情報局 スポーツ部長 真木 雅史
 - 北海道新聞社 編集局 くらし報道部次長 大口 弘明

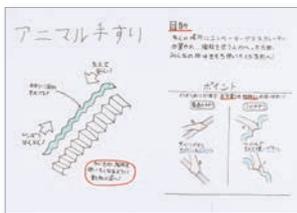
中学生の部

優良賞 [3作品]

「盲導犬ロボのライト」
釧路町立富原中学校1年
田村結愛さん



「安心安全!! 高性能な自転車」
旭川市立愛宕中学校2年
高橋来乃未さん



「アニマル手すり」
江別市立中央中学校3年
瀧澤帆香さん

最優秀賞



「かばん」

岩内町立岩内第一中学校2年 鈴木愛来さん

優秀賞 [2作品]



「Thermochromism cup」
「温度で色が変わるカップ」
幕別町立礼内中学校2年
松田芽依さん



「ユニバーサルトランプ」
幕別町立礼内中学校2年
菊池 薫さん

佳作 [10作品]

- 旭川市立愛宕中学校1年 矢動丸友希乃 ●浦臼町立浦臼中学校2年 高田愛音、内藤春乃 ●幕別町立礼内中学校2年 米田紗菜
- 江別市立中央中学校3年 及川和喜、空 響輝、高橋 凜、所 和慶、前田和奏 ●美深町立仁宇布中学校3年 城戸光太郎

奨励賞 [15作品]

- 釧路町立富原中学校1年 袴田琉偉 ●美深町立仁宇布中学校1年 岡田果穂 ●旭川市立東陽中学校2年 久我若菜、村中琉唯人、山谷明梨
- 岩内町立岩内第一中学校2年 平野友菜 ●岩内町立岩内第二中学校2年 水戸一星 ●釧路町立富原中学校2年 石部琴都、菅野莉子
- 登別市立鷺別中学校2年 赤間心友里、佐藤小春 ●北広島市立広葉中学校3年 児玉晃太郎 ●釧路町立富原中学校3年 内田慧斗、山崎晟尚
- 士別市立士別南中学校3年 都 希遙 (敬称略・順不同)

入賞作品は当財団ホームページ(<https://normalize.or.jp/>)でもご覧いただけます。ここに掲載のアイデアの無断使用を禁じます。お問い合わせは当発行所(P19)までお願いします。

住まいのプランを考えると、 「動線」は時間をかけ検討を

移動距離は短く
通路幅や床の段差にも注意

「動線」とは、人が通る経路です。部屋の広さや位置同様、動線は住心地に影響します。家族構成や年齢、住まいの方にかかわってくるので、住まいのプランを考えると、時間をかけて検討してほしいところです。

左に、リビングを中心に玄関、水回り、寝室（居室）の配置モデル（図1〜3）を示します。リビングからキッチン、寝室からトイレや浴室への移動距離は短くてシンプルになるようにし、通路などの有効幅、段差のない床なども考えながら計画しましょう。

平面図1は、築40年以上の私の自宅1階平面図です。リビングからキッチン、ユーティリティ、浴室がつながっているのですが、家事の移動距離が短くて便利です。ただし、トイレが玄関の横にあります。例えば、6畳の和室を寝室にすると、トイレまでの移動距離は高齢者で20歩くらい。それほど遠くはないですが、安



図1 生活するための空間



図2 リビングに水回りを集約

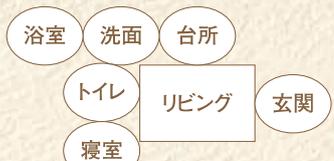


図3 水回りと寝室を隣接

動線は移動にも家事にも影響
「動線」は移動だけでなく、家事の作業効率にも影響します。

平面図1のキッチンは4・5畳あり、

全に移動するために距離だけでなく、温度、照明にも配慮が必要です。床に段差があれば、それも平らにしたほうがさらに安全になります。

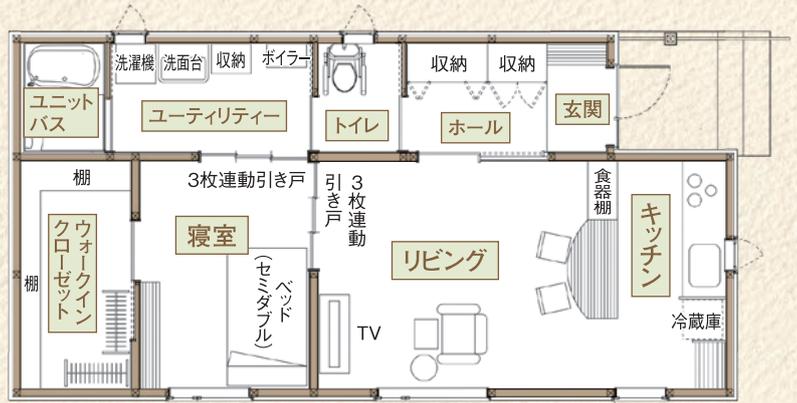


平面図1

り、リビングに隣接していますが、広さが中途半端で流し台と食器棚との距離が1・5mほどになり、食器をとるために2、3歩移動しなければなりません。現在はキャスター付きのカウンターに、使う食器類を出してから作業をするので、振り向けば手が届きます。しかし、冷蔵庫や食器棚のあるところの有効幅が狭いので、時々棚や枠に体をぶつけます。改善策として、食器棚をコンパクトなものに買い替えて冷蔵庫を移動しようと考えています。

平面図2は、一人暮らしを想定した平屋の家です。トイレの出入り口を2カ所設けることでリビング、寝室どちらからも使うことができます。「こんな住まいを建てられたらいいなあ」と妄想を膨らませています。

平面図2



一級建築士事務所
自然 (じねん)

主宰
ひがし 道尾

1996年、一級建築士事務所 自然(じねん)設立。介護福祉士、介護支援専門員等の資格を持ち、北海道建築指導センターの住宅相談員、札幌市福祉のまちづくり推進会議委員を務める。

公益財団法人 ノーマライゼーション住宅財団は、 社会福祉の増進に寄与する事業を展開しています。

助成金による福祉住宅建築支援

高齢になっても、障がいがあっても、安心して暮らせる安全で快適な住宅づくりを支援する目的で、バリアフリーを基本に福祉住宅・福祉小規模集合住宅を新築、あるいはリフォームした建築を公募（年1回）し、建築主に助成金を給付しています。

募集要項

- 【募集期間】** 5月1日～11月30日
- 【応募方法】** 当財団ホームページから所定の申請書をダウンロードして記入・提出
- 【助成金】** 総額300万円



※詳しくは、こちらをご覧ください。▶▶▶

福祉住宅助成事例集「ふれあい」発行

左項の助成対象建築の中から、特に参考になる事例を選考。写真や図面付きの実例集「ふれあい」で紹介しています。

通巻34号。2024年版「ふれあい」をはじめ、バックナンバーを無料提供しています。



ウィズライフ 広報誌「WITH LIFE ～共に生きる～」発行

当財団の広報誌。ノーマライゼーションの実践例、関連情報、福祉住宅の実例、小中学生による「安全・快適アイデア」コンテストの入賞者掲載（年1回）など、役立つ情報を紹介しています。

本号通巻61号。バックナンバーを無料提供しています。



小中学生による

「安全・快適アイデア」コンテストを実施

お年寄りや障がいのある人が安心して快適に生活するための身近な道具・用具、安全に外出ができる環境づくりなど、公募（年1回）により、さまざまなアイデアを小中学生から絵と文字で提案してもらっています。

募集要項

- 【募集期間】** 6月1日～10月31日
- 【応募規格】** 画用紙（八つ切り）
- 【応募方法】** 当財団ホームページから所定の応募票をダウンロードして記入し、作品の裏面に添付



※詳しくは、こちらをご覧ください。▶▶▶

「賛助会員」を 募っています！

当財団は、「ノーマライゼーション」を世に広め、誰もが共に暮らし、共に生きる住環境づくりを推進しようと、土屋公三前理事長（土屋グループ創業者）が1989年に設立。公益に徹するため、2012年から公益財団法人として活動しています。

当財団の活動理念・趣旨にご賛同いただき、「賛助会員」としてご支援・ご協力いただければ幸いです。

| 会員種別 | 年額/1口 |
|------|----------|
| 法人会員 | 120,000円 |
| 個人会員 | 12,000円 |



※申込書等は、こちらをご覧ください。

※賛助会費のお支払いは、一括払いまたは毎月払いのどちらかをお選びいただけます。



生涯、快適に暮らしたい。

公益財団法人 ノーマライゼーション住宅財団