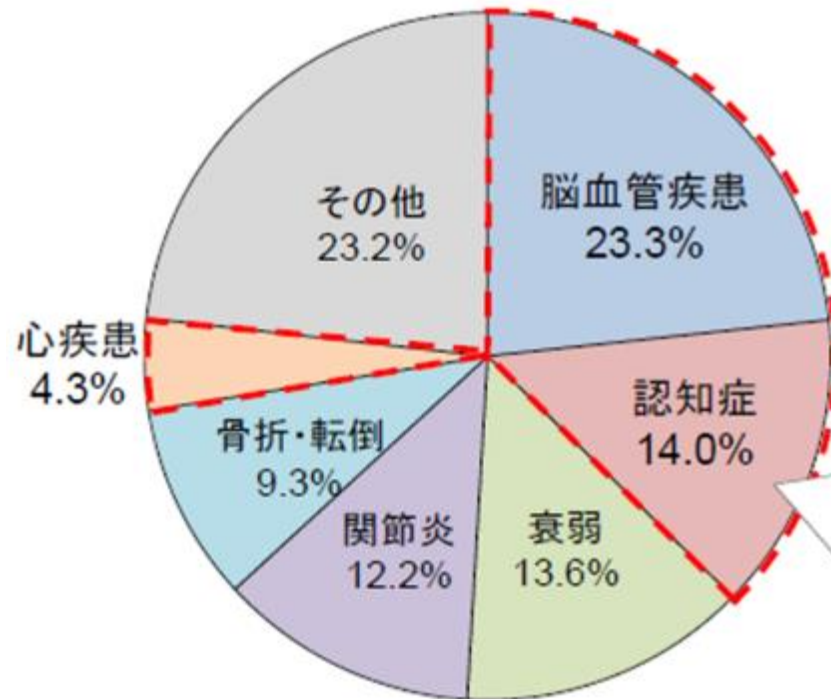


ながさきヘルシーアワード事例報告会 ～住まいと健康への取組～

ながさき健康省エネ住宅推進協議会 会長
長崎大学 副学長 医学博士 調 漸

令和2年11月16日

要介護となる原因疾患



要介護となった原因疾患

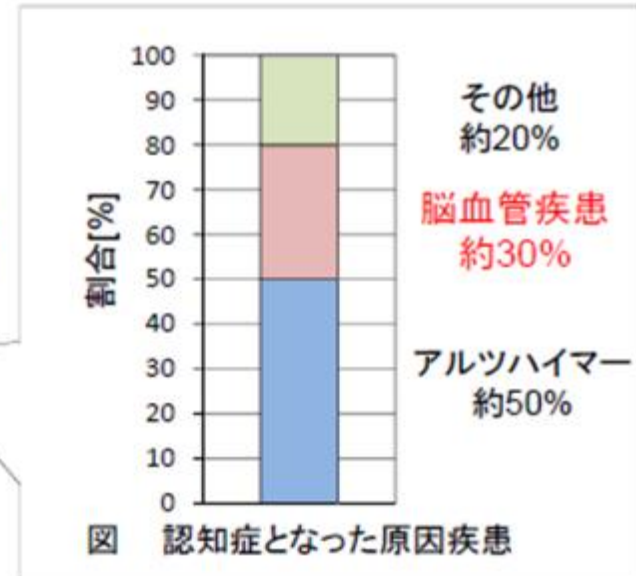


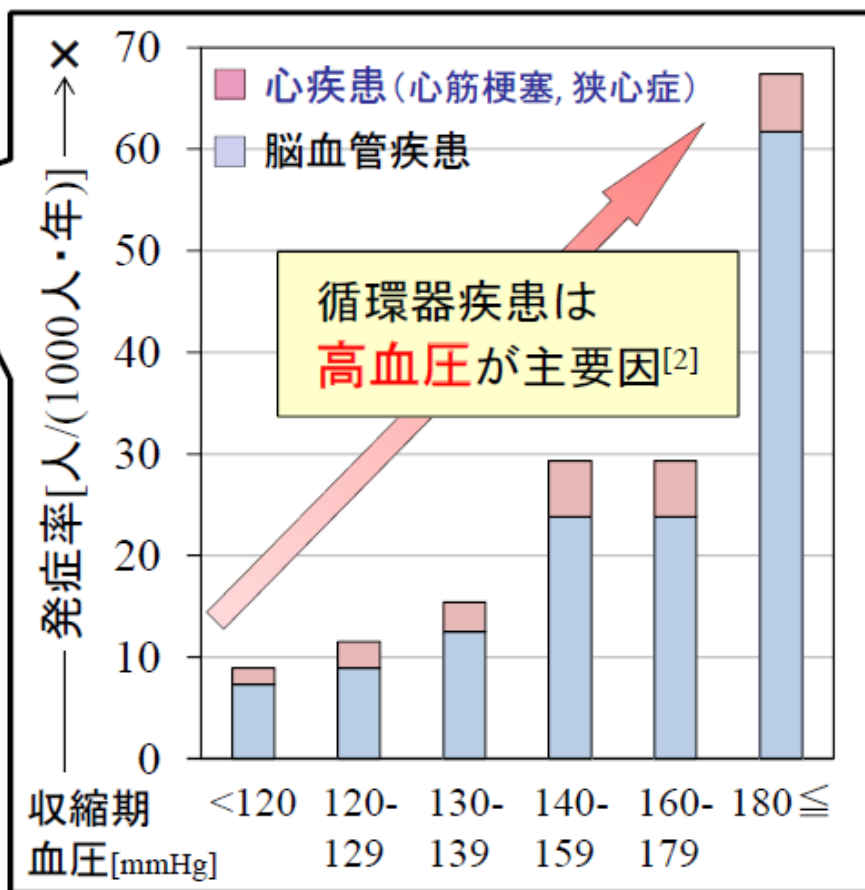
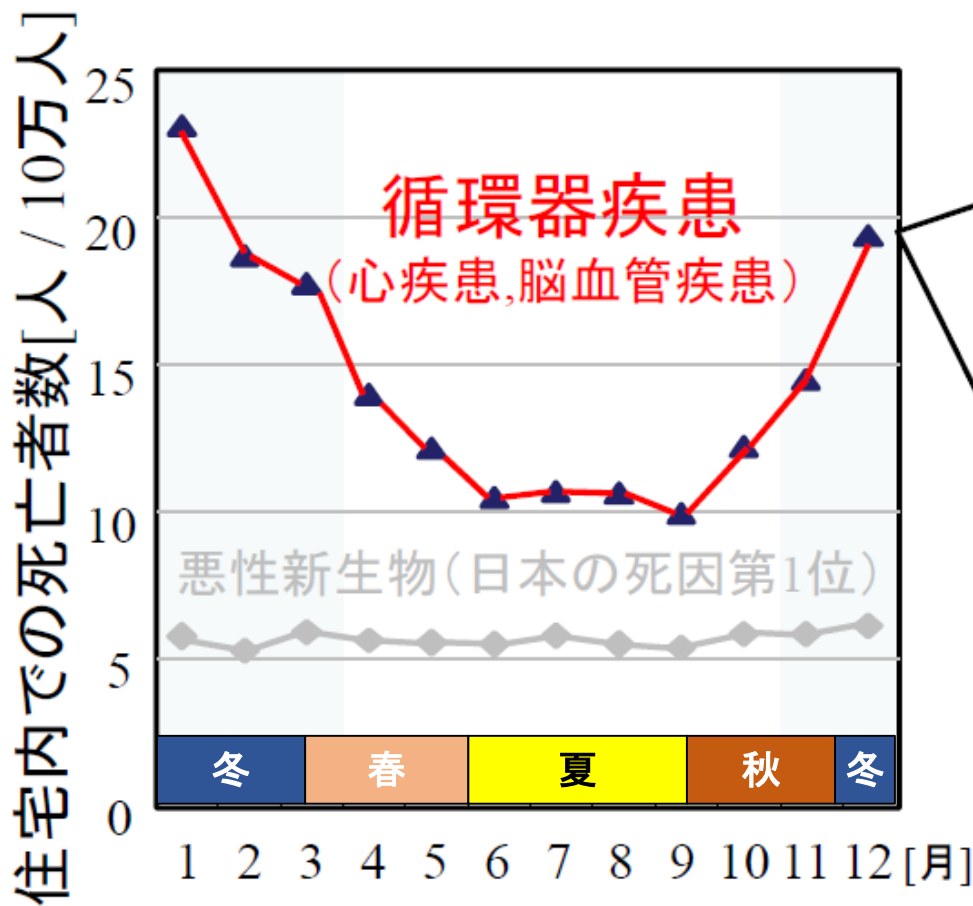
図 認知症となった原因疾患

⇒ **循環器疾患が要介護の大部分を占めている**

出典：厚生労働省「要介護者等の状況」2007 等

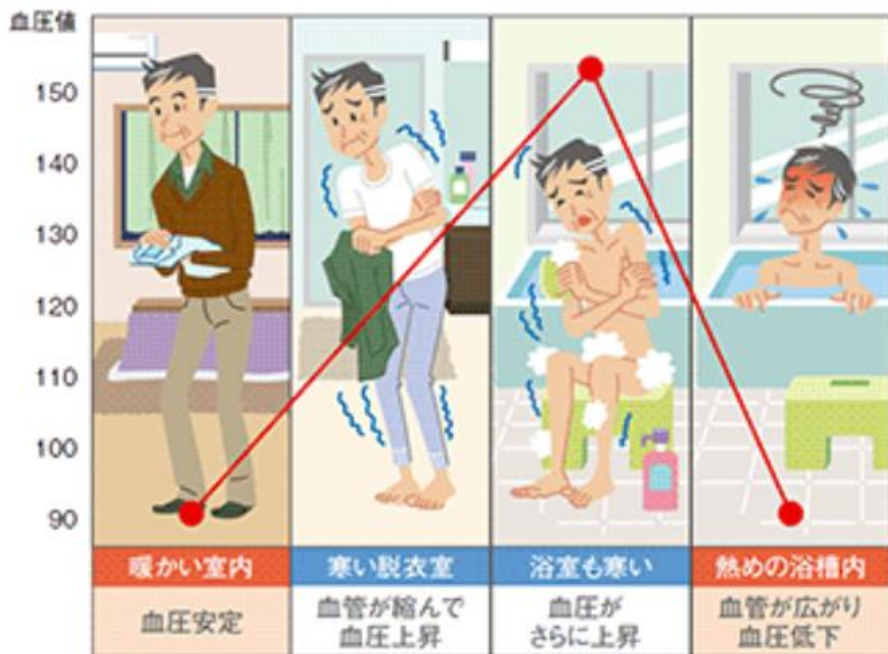


冬季に急増する住宅内の循環器疾患死

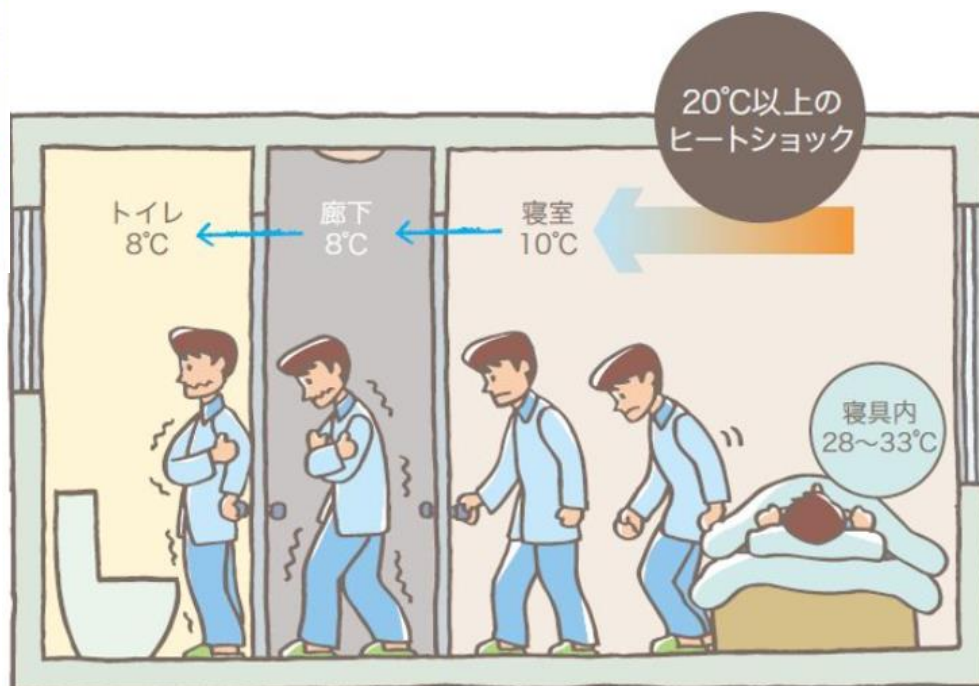


▶ 住宅内の温熱環境改善による循環器疾患予防の可能性

住環境がスイッチとなるヒートショック



入浴時の温度と血圧変動のイメージ

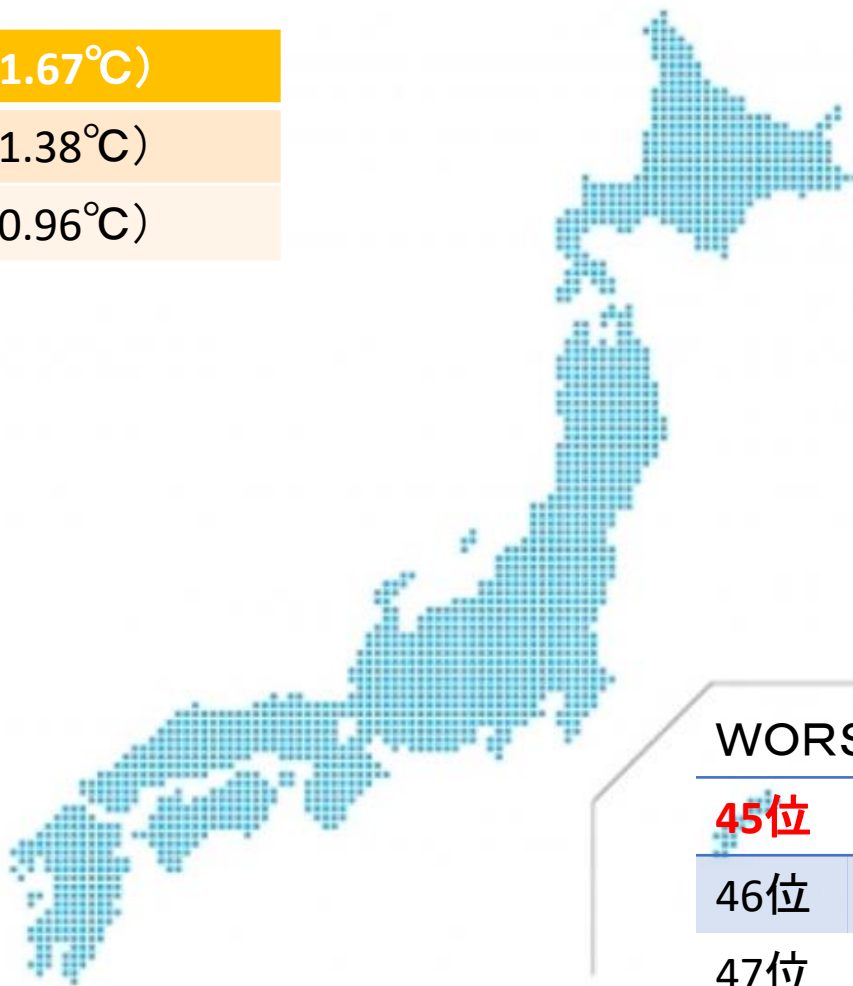


寝室・廊下・トイレの温度差イメージ

日本で一番家の中が温かい県は？

BEST

1位	北海道 (21.67°C)
2位	秋田県 (21.38°C)
3位	青森県 (20.96°C)



WORST

45位	長崎県 (17.62°C)
46位	和歌山県 (17.59°C)
47位	佐賀県 (17.37°C)

※暖房をかけて生活している温度

長崎の特徴は？

年平均気温ランキング	6位	外気温はまあまあ
------------	----	----------

室内温度ランキング	45位	寒い
-----------	-----	----

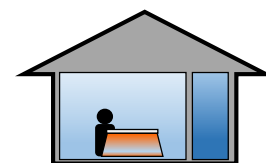
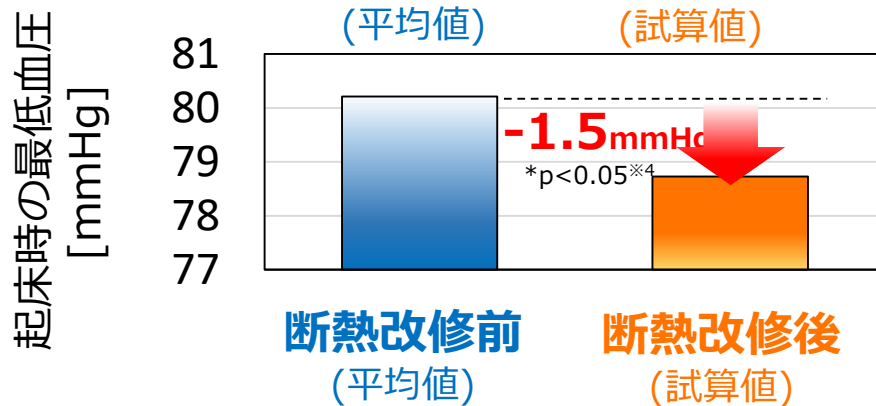
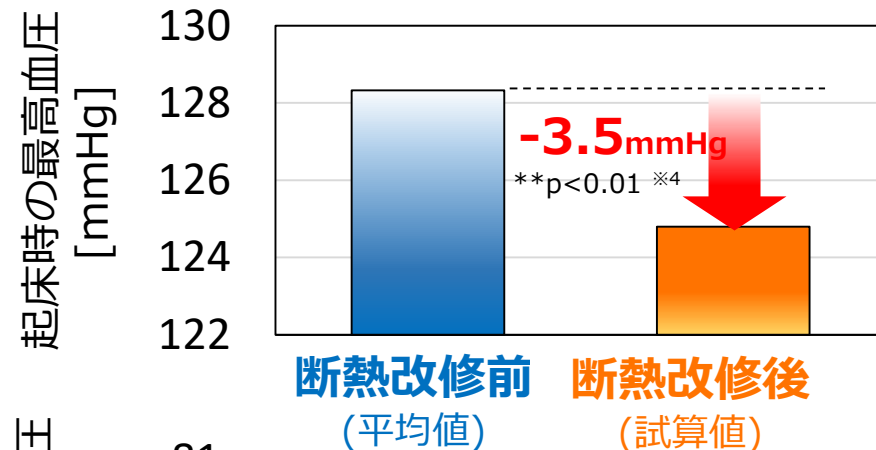
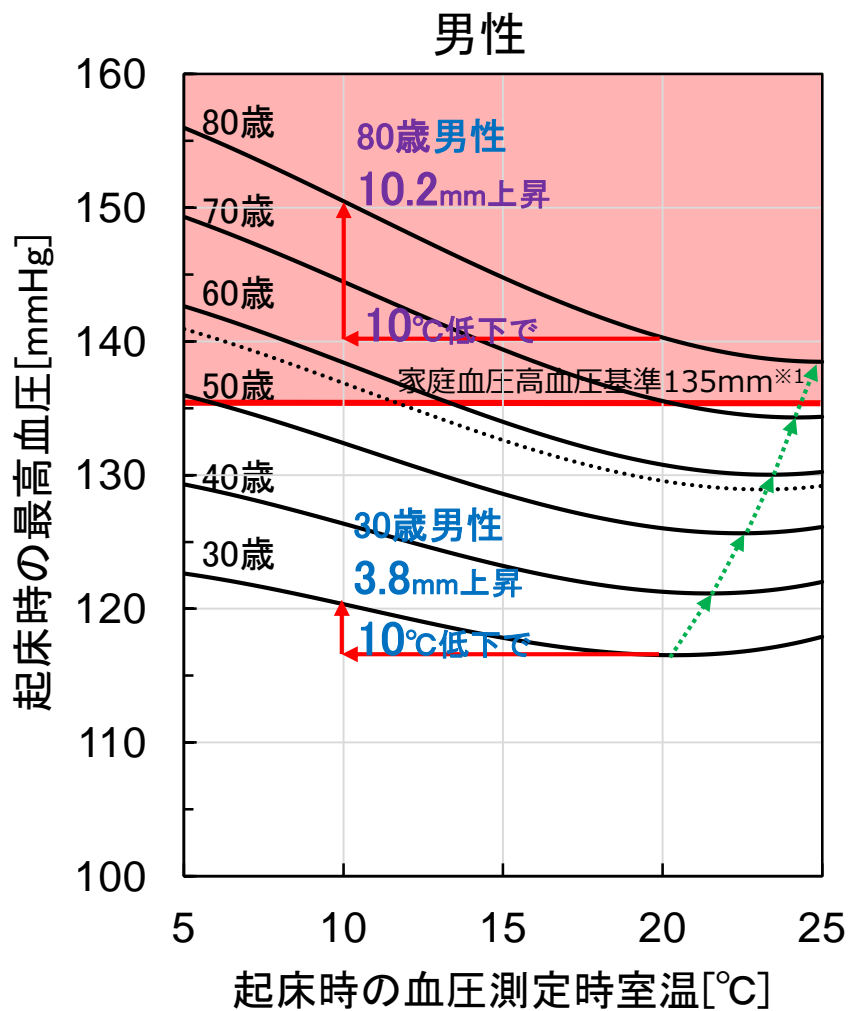
まあまあ温暖な気候の為、
冬の寒さへの配慮が足りていない

その結果屋内は寒い

という事が考えられる



起床時最高血圧と居室温の関係と断熱改修



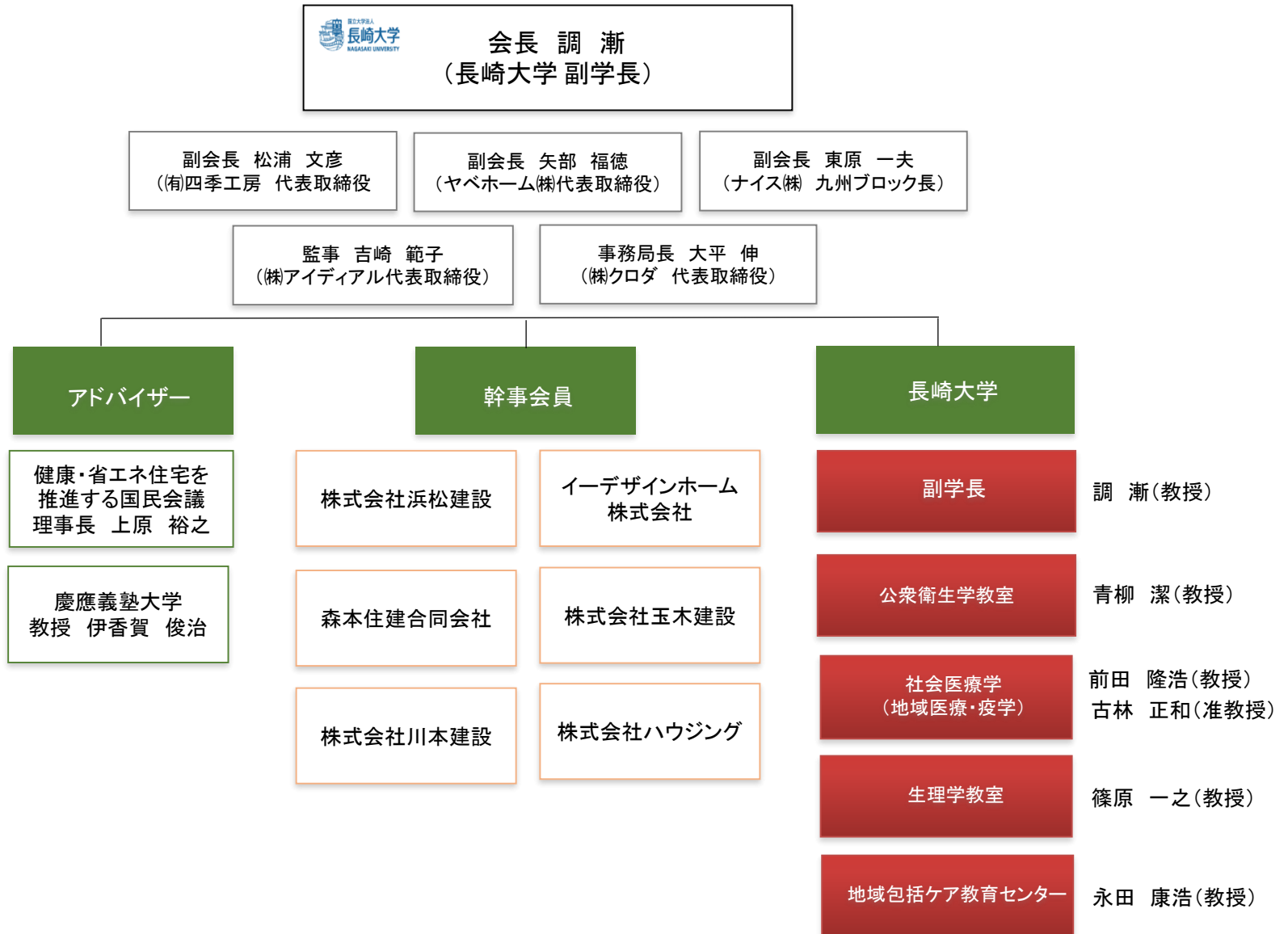
断熱改修前



断熱改修後

断熱改修による起床時の血圧の低下量 (試算)

ながさき健康・省エネ住宅推進協議会



ながさき健康・省エネ住宅推進協議会活動実績

住環境（温熱環境等）と健康の関連性についての普及啓発

(1) 健康・省エネ住宅普及シンポジウム開催実績

平成25年	＜シンポジウムへの動員層別＞
平成27年	行政 101名
平成28年	大学・医療 55名
平成29年	建築 475名
平成30年	一般 774名
令和元年	シンポジウム総動員数 約1,400名



(2) 住宅建築主向け「医師と考える健康な家づくりセミナー」開催実績

長崎県各地で普及啓発セミナーを開催

長崎市

諫早市

佐世保市

大村市

参加人数 累計301名

幸せな家づくりをお考えの方へ
医師と考える健康な家づくりセミナー

12/4 (日) 先着20組 in 長崎大学医学部
13:00~15:00 (受付12:30より)

長崎大学医学部
長崎大学 副学長
しんべ すすむ 潤 先生

会場 長崎大学医学部 良願会館
長崎県長崎市1丁目12-4

セミナー内容
医学分野・建築分野から専門の講師をお招きし、住宅建築が健康と生活環境に与える影響について最新知見をお話します。

医師
「健康と生活環境、一歩前、最新建築環境についてどう思うか？」
「健康な方と元々ある健康の維持管理について」
潤 先生 (国立長崎大学長崎大学 副学長 学術部部長)

建築
「住宅の環境に対する影響について」
「住まいからアプローチする健康づくり
実践に建築家がつくります」

定員 20名 定員満了次第で受付終了となります。 申込み 無料

【主催】ながさき健康・省エネ住宅推進協議会

医師と考える健康な家づくりセミナー
IN 長崎大学医学部

～健康で長生きできる家づくり、一緒に考えませんか？～

2017年10月28日(土) 定員20組

13:30~15:30 (受付開始13:00より)
長崎大学医学部良願会館 長崎県長崎市1丁目12-4
13:30~14:30 (受付開始13:00より)
長崎大学医学部良願会館 長崎県長崎市1丁目12-4

増席編 13:30~14:30
講師 潤 先生 (しんべ すすむ) 先生
長崎大学 副学長 潤 先生
建築家、特に健康・快適でエネルギー性能に優れた住宅の
実現を研究されている方です。

医学編 14:30~15:30
講師 (しんべ すすむ) 先生
長崎大学 副学長 潤 先生
長崎大学 建築センター センター長
設計事務所、建築士事務所 潤 先生

お申込み 申し込みはメールにてお申込みください。 FAX 095-780-9000 / sinfo@nagasaki-u.ac.jp

お申込み
お名前 (姓) _____ 氏名
〒 _____ 郵便番号
〒 _____ 市町村
〒 _____ 地区
〒 _____ 番地

定員 ながさき健康・省エネ住宅推進協議会
事務局 長崎県長崎市 095-780-3317
担当 長崎大学健康・省エネ住宅推進協議会事務局 長崎県長崎市

会場名 (株式会社) _____
〒 _____ 郵便番号 _____

ながさき健康・省エネ住宅推進協議会活動実績

医師と考える健康な家づくり普及促進の小冊子の製作

VOL 1 テーマ 高断熱住宅と健康

VOL 2 テーマ アレルギーと住宅

高血圧のあなたに知ってほしい「住まい」のこと。

健康と住まいの深い関係。

健康に暮らすための住まいの「なるほど」がつまった一冊です!

スマートウェルネス住宅等推進事業について

私たちがながさき健康・省エネ住宅推進協議会は、国土交通省スマートウェルネス住宅等推進モデル事業に賛同し、既存住宅の改修(とくに住居の断熱性能を高める改修)による住環境の改善が、居住者にもたらす疾病予防・介護予防等の効果を明らかにするため、既存住宅改修前後の居住者の健康調査に取り組んでいます。

スマートウェルネス住宅がもたらす健康増進効果

- ① 夏涼しく冬暖かくなる断熱性能の向上による室温安定化防止
- ② ぜんそく等の呼吸器疾患の予防及び重症化防止
- ③ 体脂肪の維持増進や活動性の向上による大動脈の減少、及び血糖値の改善の向上
- ④ うつ症状等の精神的な健康面も向上
- ⑤ その他健康向上効果

発行：ながさき健康・省エネ住宅推進協議会 編集：(一社)長崎県医師会

ながさき健康・省エネ住宅推進協議会 TEL/0957-26-3217 [ながさき健康省エネ](#)で検索

我が家にアレルギーの原因が? アレルギーのあなたに知ってほしい「住まい」のこと。

健康と住まいの深い関係。

健康に暮らすための住まいの「なるほど」がつまった一冊です!

スマートウェルネス住宅等推進事業について

私たちがながさき健康・省エネ住宅推進協議会は、国土交通省スマートウェルネス住宅等推進モデル事業に賛同し、既存住宅の改修(とくに住居の断熱性能を高める改修)による住環境の改善が、居住者にもたらす疾病予防・介護予防等の効果を明らかにするため、既存住宅改修前後の居住者の健康調査に取り組んでいます。

スマートウェルネス住宅がもたらす健康増進効果

- ① 高湿度や低湿度に起因する呼吸器疾患の予防及び重症化防止
- ② ぜんそく等の呼吸器疾患の予防及び重症化防止
- ③ 体脂肪の維持増進や活動性の向上による大動脈の減少、及び血糖値の改善の向上
- ④ うつ症状等の精神的な健康面も向上
- ⑤ その他健康向上効果

発行：ながさき健康・省エネ住宅推進協議会 編集：(一社)長崎県医師会

ながさき健康・省エネ住宅推進協議会 TEL/0957-26-3217 [ながさき健康省エネ](#)で検索



今後の取組

～長崎県・医療福祉・建築のさらなる連携～

- ①普及啓発セミナーの開催
- ②セミナー参加者の中から、希望者への住環境・健康状態の調査実施
- ③住環境の改善（大がかりなリフォームだけでなく、住まい方の工夫を啓蒙）による長崎県民の健康寿命の延伸を目指す（地域包括支援センターとの連携）



<令和元年12月 建築士会向けセミナー>



<令和2年2月 老人会向けセミナー>