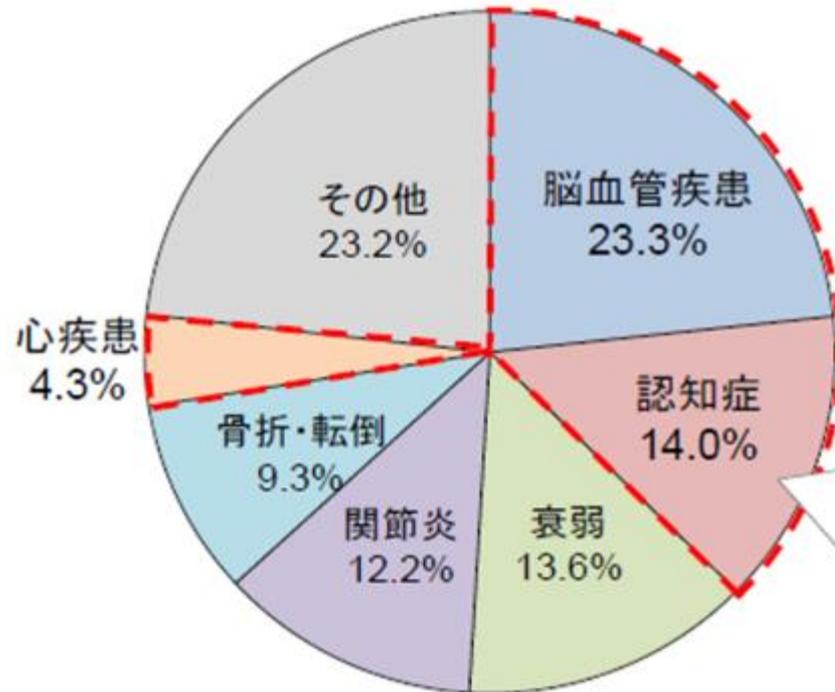


ながさきヘルシーアワード事例報告会 ～住まいと健康への取組～

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

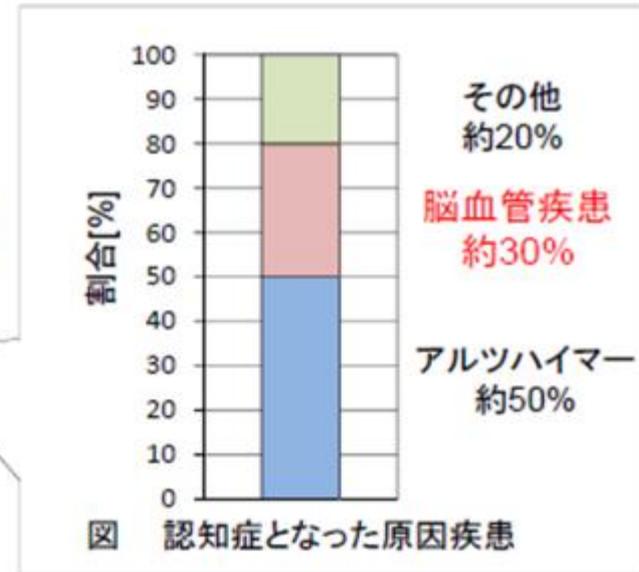


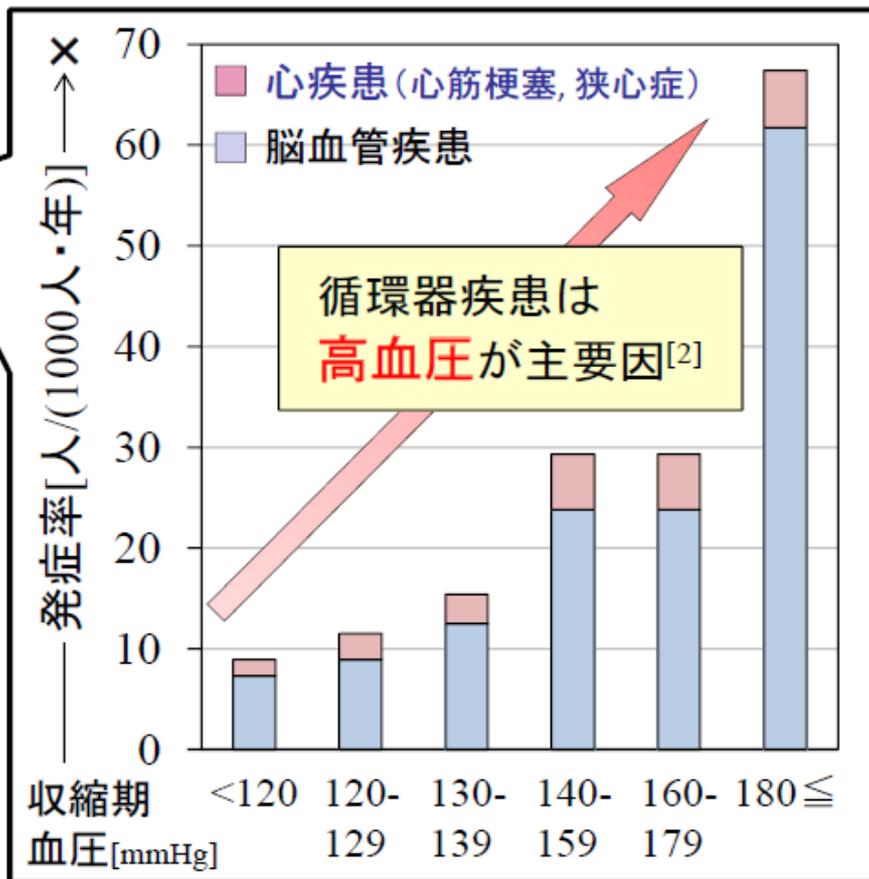
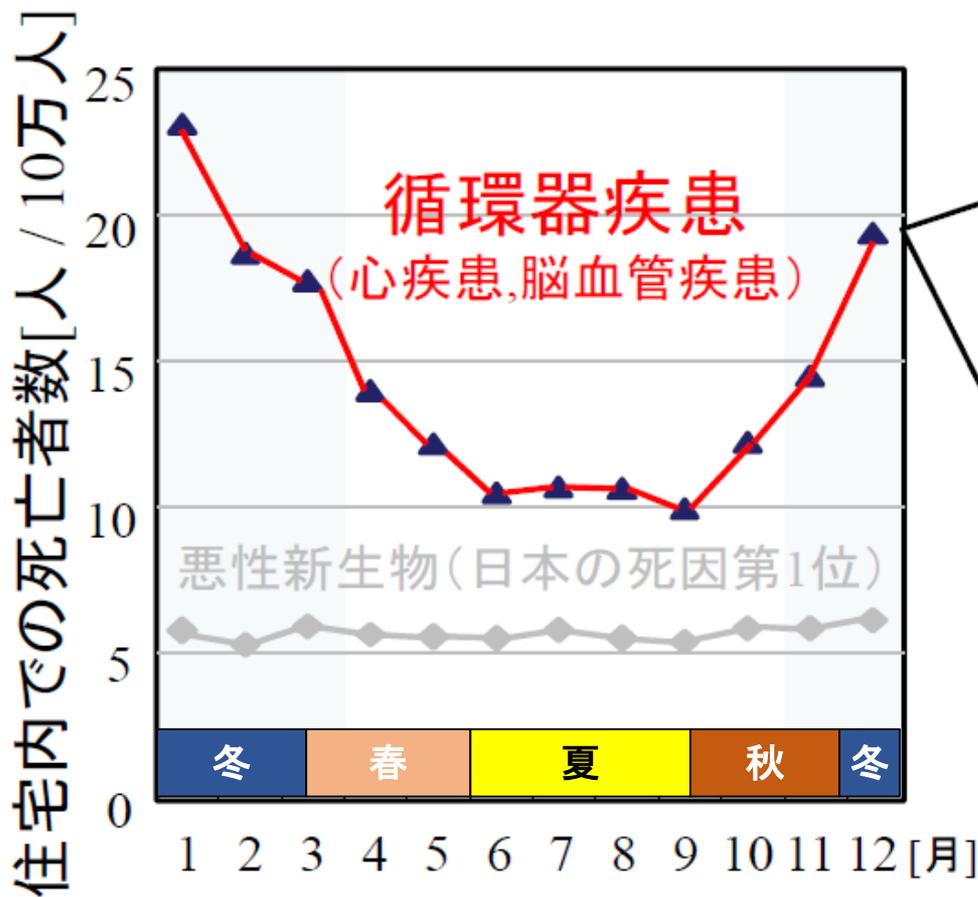
図 認知症となった原因疾患

⇒ **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

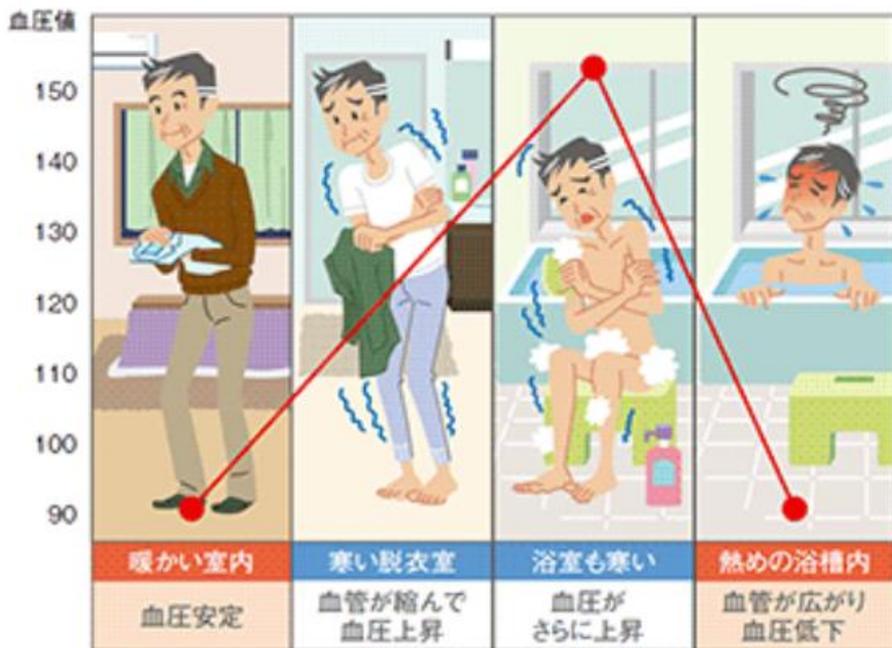


冬季に急増する住宅内の循環器疾患死

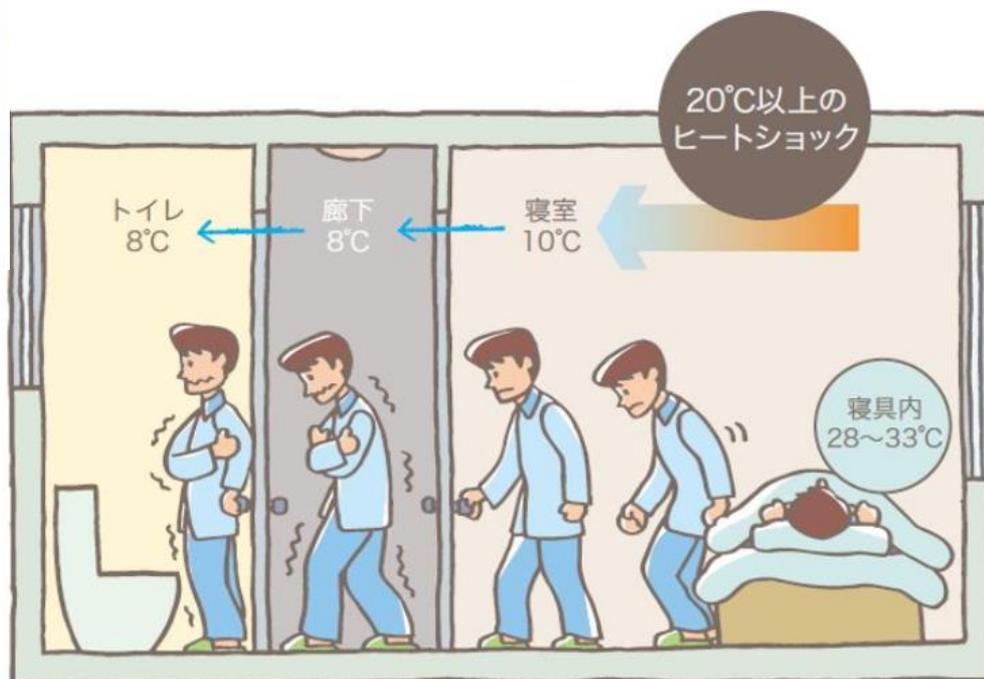


▶ 住宅内の温熱環境改善による循環器疾患予防の可能性

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

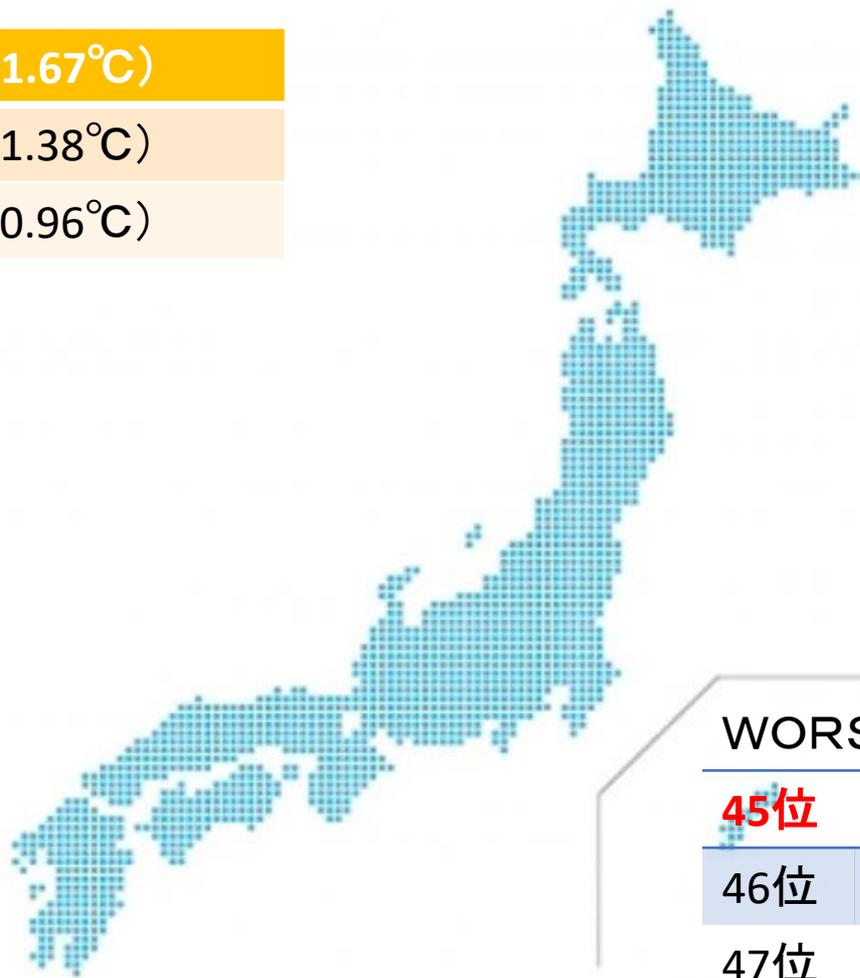


寝室・廊下・トイレの温度差イメージ

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
-----------	-----	----

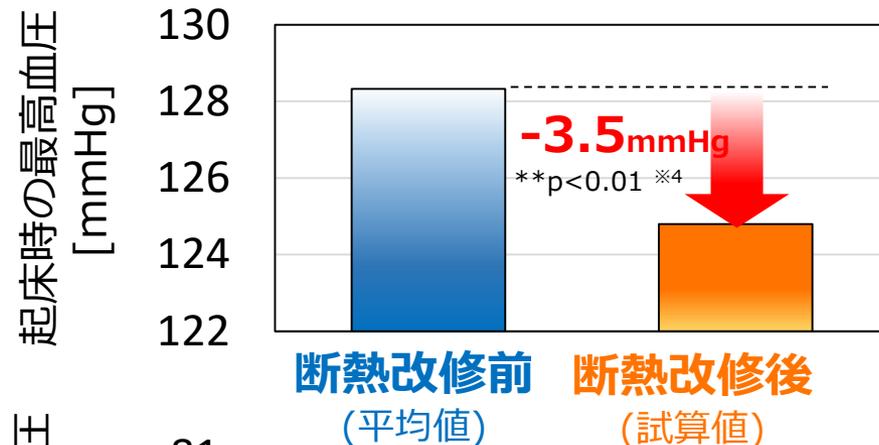
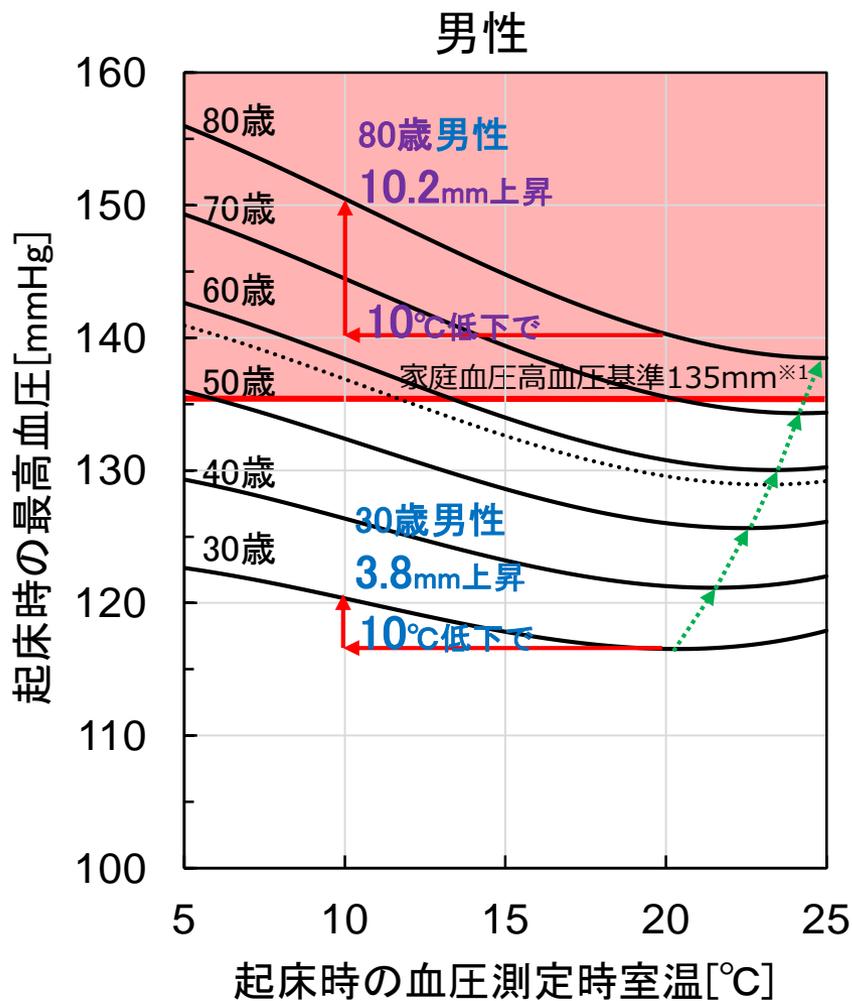
まあまあ温暖な気候の為、
冬の寒さへの配慮が足りていない

その結果屋内は寒い

ということが考えられる

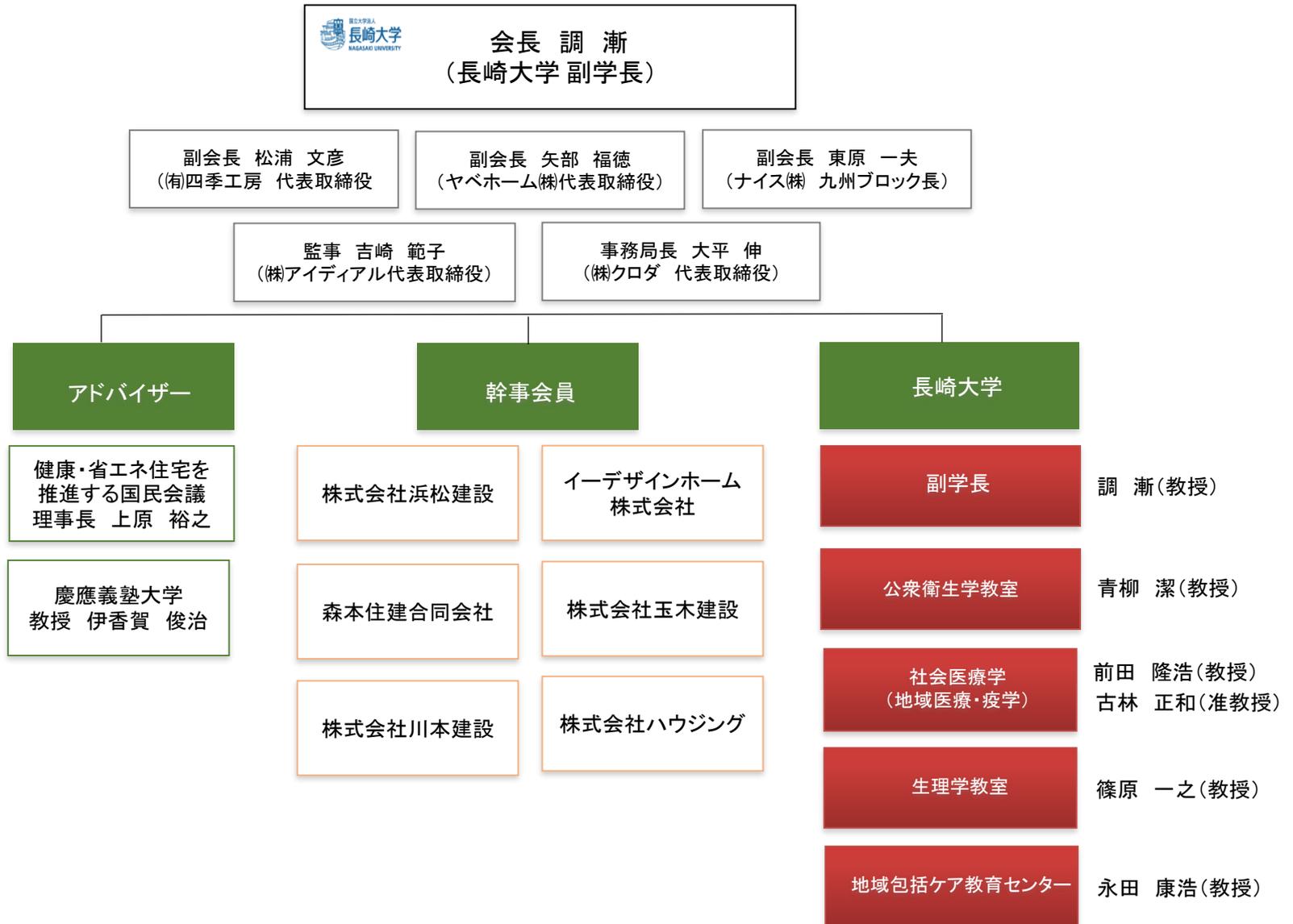


起床時最高血圧と居室温の関係と断熱改修



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 長崎市中央区1丁目12-4

長崎大学 副学長 しまむすび 調瀬 先生

「健康な住宅環境、一歩、健康な暮らしを創る」
「健康な暮らしを支える健康な家づくり」
「健康な暮らしを支える健康な家づくり」

「健康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
家づくりに関するセミナー

会場 200名 長崎県立大学附属長崎大学医学部

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) 参加無料
13:30~15:30 (受付開始13:00より)
長崎大学医学部 長崎市中央区1丁目12-4

増設席 13:30~14:30
講師 尾 島 孝 先生
長崎大学 建築学 教授
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 (しまむすび) 先生
長崎大学 副学長 しまむすび 先生
長崎大学 副学長 しまむすび 先生

参加費 無料

会場 長崎県立大学附属長崎大学医学部

主催 ながさき健康・省エネ住宅推進協議会
事務局 長崎県立大学 095-825-3331
長崎県立大学附属長崎大学医学部 095-825-3331

会場名 【 株式会社ウヅグ 】
〒850-0001 長崎県長崎市

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 寒気や暑気等を始めとする気候環境系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 体幹の維持増進や活動性の向上による大動脈の減少、及び主観的健康感の向上
- 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 TEL/0957-26-3217

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 高血圧や脳卒中を始めとする循環器系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 体幹の維持増進や活動性の向上による大動脈の減少、及び主観的健康感の向上
- 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 TEL/0957-26-3217



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>