

『安全』に『安心』に『健康』に暮らせる
住宅リフォーム



～いのちを守るリフォームのすすめ～

青森県 県土整備部 建築住宅課

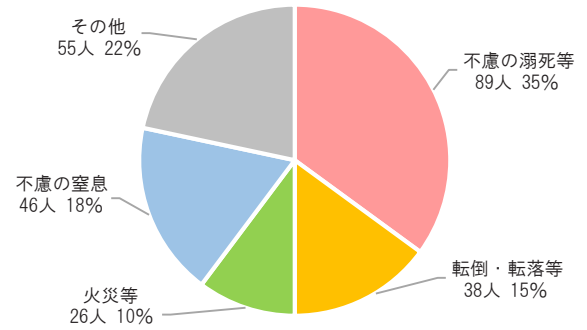
いのちを守るリフォームとは

○住宅の断熱性能の向上は、血圧上昇の抑制など病気リスクが減少する可能性があります。

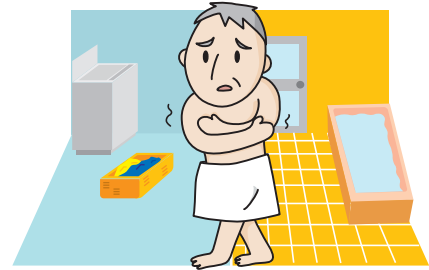
住宅の中で起こる“ヒートショック”

- ◇ 令和3年の県内の交通事故死亡者数は29人ですが、家庭内での不慮の事故による死亡者数は254人と交通事故による死亡者数の約8倍以上にもなります。
- ◇ 家庭内での不慮の事故死の原因で最も多いものは、不慮の溺死及び溺水で、ほとんどが浴室で起こっており、ヒートショックが一因と考えられています。
- ◇ ヒートショックとは、急激な温度変化によって血圧が変動することにより、失神したり、心筋梗塞・脳卒中・大動脈解離などが引き起こされることを言います。住宅の中では、例えば、居間と廊下やトイレ、脱衣所と浴室など、温度差が大きいところで発生する危険性が高まります。
- ◇ **住宅の中の温度差を小さくすることは、普段の生活が快適になるだけでなく、ヒートショックを予防することにもつながります。**

■家庭内での不慮の事故死の原因（青森県）



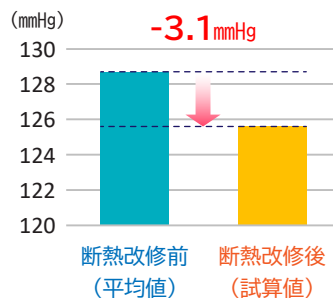
出典：厚生労働省「令和3年人口動態調査」



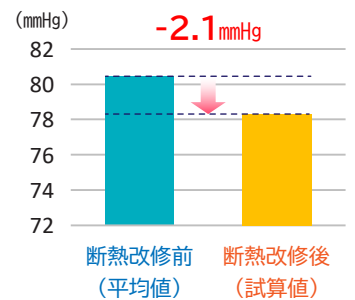
暖かい住宅でリスクが減少する可能性

- ◇ 最近の全国的な調査・研究によれば、断熱改修により起床時の血圧が改善されるとの報告があります。（右図）
- ◇ また、暖かい住宅と寒い住宅を比較すると、コレステロールや心電図異常といった健康診断の結果に差がみられるという報告もあります。（左下図）
- ◇ ほかに、寒い住宅では、危険性が指摘されている42℃以上の熱め入浴をする方が多いといった傾向もあります。（右下図）

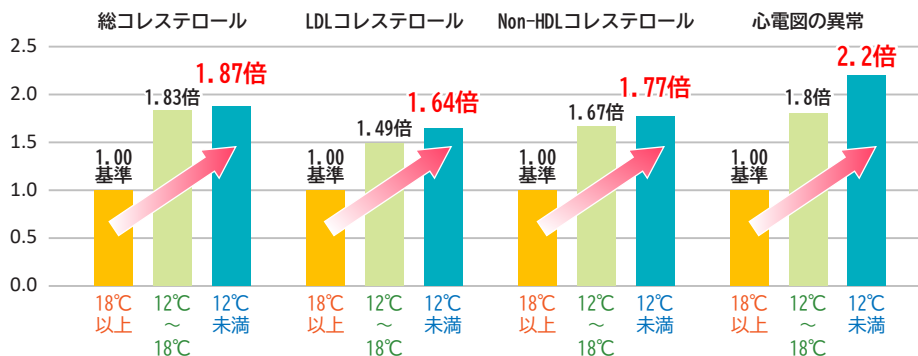
■起床時の最高血圧



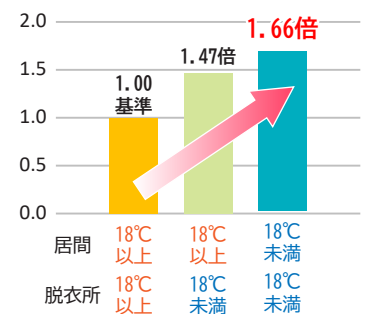
■起床時の最低血圧



■健康診断結果が基準範囲を超える方



■42℃以上の熱め入浴をする方



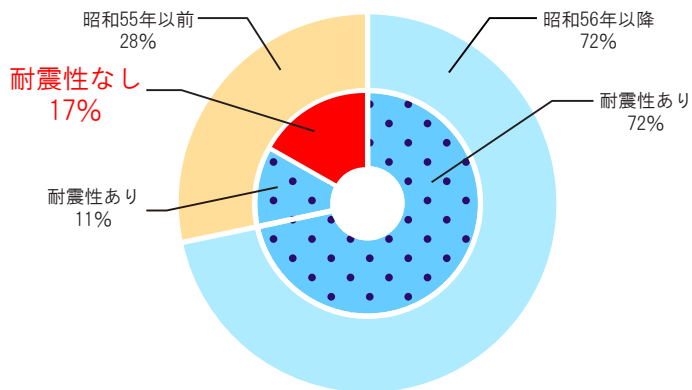
<政府広報オンラインより>
42度のお湯で10分入浴すると、体温が38度近くに達し、高体温などによる意識障害を起こす危険が高まります。

データ出典：一般社団法人日本サステナブル建築協会「住宅の断熱化と居住者の健康への影響に関する全国調査第7回報告会」講演資料より

古い住宅でも『健康』で『安心』して暮らせる住宅へ

○住宅の耐震化は、建物に被害が出ても、人的被害が発生する可能性が低くなります。

■住宅の耐震化の状況（青森県）



出典：青森県「青森県耐震改修促進計画」



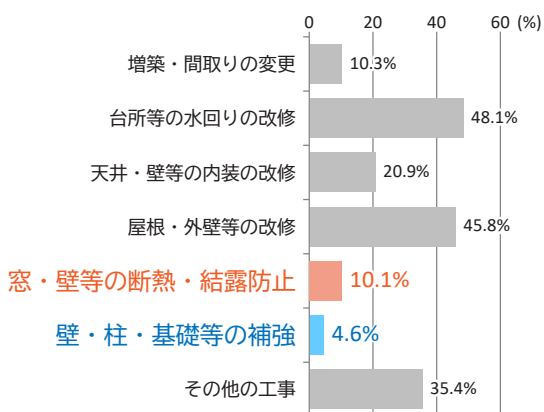
住宅の耐震化

- ◇ 県内の住宅約50万戸のうち、耐震性のない住宅は約8万4千戸あり、耐震化率は83.2%と推計され、全国の約87%に比べて低くなっています。
- ◇ 住宅の耐震化をしておけば、建物に被害が出ることがあっても、倒壊まではしないため、人的被害が発生する可能性を低くすることができます。
- ◇ 県では、市町村と連携し、木造住宅の耐震診断・耐震改修・耐震性のない住宅の建替え、ブロック塀の改修・除却への補助を行っています。詳しくは、お住まいの市町村担当窓口へ、お問い合わせください。（一部、実施していない市町村もあります。）

注：耐震基準について

建築物の設計において地震に耐えることのできる構造の基準。昭和56年6月1日から現在まで適用されている基準は「新耐震基準」といわれ、「震度6強～7程度の揺れでも倒壊しない」基準となっています。

■リフォーム工場の種類（青森県）



出典：国土交通省「平成30年住宅・土地統計調査」

断熱と耐震で、いのちを守るリフォーム

- ◇ 住宅のリフォーム工事で多いのは、「台所等の水回り」や「屋根・外壁等」の改修ですが、「窓・壁等の断熱・結露防止」や「壁・柱・基礎等の補強」はあまり行われていないことが分かります。
- ◇ 住み慣れた我が家で10年後、20年後も「安全」に「安心」に「健康」に快適な暮らしを続けるため、また、少なくともいのちを守るために、断熱や耐震リフォームを考えてみませんか。

健やかに住もうために

- ◇ 県では、県民の健康寿命の延伸に寄与することを目的として、既存住宅の断熱化・気密化により、住宅内でのヒートショックの低減を目指す「健やか住宅」リフォームを推進しています。

※「健やか住宅」：少なくとも居間・台所・寝室・洗面・風呂・トイレ・これらを結ぶ廊下等の冬期室温18℃以上を目指す住宅



青森県 健やか住宅推進プロジェクト



●どこをリフォームすれば良いか分からないとき ～青森県すまいアップアドバイザー制度～

◇青森県住宅リフォーム推進協議会の「すまいアップアドバイザー制度」では、「契約を前提としない中立的な立場」で、住宅の状況、耐震性、家族構成などに応じたリフォームや維持管理のアドバイスを行っています。（有償となります。）



HP <http://www.aorefo.jp/advisor.html>



●リフォーム事業者選びに迷ったら ～住宅リフォーム事業者団体登録制度～

◇国土交通省の「住宅リフォーム事業者団体登録」を受けた団体やリフォーム事業者は、右のマークが使用できます。



HP <https://www.j-reform.com/reform-dantai/>



●もしものための保険 ～リフォームかし保険～

◇リフォームかし保険は、リフォーム時の検査と保証がセットになった保険で、リフォーム事業者が加入します。住宅専門の保険会社（住宅瑕疵担保責任保険法人）が保険を引き受けます。

- ①リフォーム事業者は、保険法人が定める登録基準をクリアしています。
- ②工事中や工事完了後に、第三者によるチェックが行われます。
- ③工事完了後、かしが発生した場合は、保険から補修費用等が支払われます。

HP <https://www.kashihoken.or.jp/individuals/reform/>



●リフォーム助成制度を探したいとき

◇青森県住宅リフォーム推進協議会では、県内の自治体を実施しているリフォーム助成制度の情報提供をしています。

HP <http://www.aorefo.jp>



（トップページ「青森県内のリフォーム助成制度一覧」のバナーをクリックしてください）

◇一般社団法人住宅リフォーム推進協議会では、国や全国の自治体を実施しているリフォーム補助制度の情報提供をしています。

HP <https://www.j-reform.com/>



●リフォーム工事でトラブルが起きたら ～住まいのダイヤル～

◇「住まいのダイヤル」（公益財団法人住宅リフォーム・紛争処理支援センター）は、国土交通大臣から指定を受けた住宅専門の相談窓口です。

HP <https://www.chord.or.jp>

TEL 0570-016-100（一部IP電話からは03-3556-5147）



発行元：青森県 県土整備部 建築住宅課