西松建設株式会社

上田賢司

2013.03.17　DAY２（ワーク１）

１）前回のまとめを振り返り、「住まいと暮らし方」の豊かさを考えるために、自分が着目していた要素・要件を一つとりあげてください （このまとめの中に出てきていない「住まいと暮らし方」特有の視点を追加しても構いません）。

Ａ：　「豊かさには主観的で多様な側面がある」

”お金持ちになって贅沢な生活をする”といった物質的な豊かさは、他人や外部の要因または、環境によって左右される。外部

要因によって得られる豊かさは本来の豊かさとは言えないと考えます。

よって、本当の豊かさは、外面的でなく、内面で自分しか手に入れることができないもの。

結局、本当の「豊かさ」とは、これという定義があるわけでもなく、一人一人の価値観や心の持ち方にあります（自分軸）。

言い換えれば自分で満足できる「形」を見つけ、実践できるところに本当の「豊かさ」があると思う。「豊かさ」は他人に強制は

出来ないし、同時に自分の「豊かさ」を他人に押しつけることもできない。

２）上記の着目点に関して、豊かなライフシーンの生まれるときの状況や場面を改めて思い返してください。 どのような局面で「住まいと暮らし方」の豊かさは実現していましたか。（例：「非日常性から感じる豊かさ」を選んだ場合には、非日常な経験がどのような状況や環境が整っていたときに行えたのかを考えてみてください）

　Ａ：休日に家族全員で食事をしながら、最近の各人の話題を話しているとき

３） 豊かなライフシーンを阻害しているモノ・コトにどのようなものがあるかを考えてみてください。

（例：「自由であることで感じる豊かさ」を選んだ場合には、なぜ私たちは豊かさのための「自由な選択」がいつもできていないのかという理由や要因を考えてください）豊かさを生み出す場、阻害するコト（個人ワーク：15 分程度）

　Ａ：混雑を避け、朝早く出社し、残業で遅く帰る事が多い為、平日は、家族一緒に食事することが殆どない。

　　　　そういう意味では、通勤は、一つの阻害要因と思われる。しかし、在宅勤務する時は、逆に時間が取れる為、延長して会

　　　　議や書類を作ったりすることもあり、結局、一緒に食事できないこともあり、全て通勤とも言えません。

DAY２（ワーク２）

１）人間が長寿化することにより起こるであろう個人の変化

回答欄：家族（妻、子供）に老後の面倒をかけたくない。（助けがないと、動けないや認知症など）

　　　　　　個人的には、生涯発達（成長）したい。　→　周りの環境とのかかわりが必要？

２）人生 100 年時代の個人の変化によって生まれるであろう新たな住まいと暮らし方

回答欄：誰もが経験するエイジングの過程を着実に歩んで、かつ、長く健康を保つための環境づくりや体調管理を

　　　　　　重視した暮らし。

３）人生 100 年時代には、住まいと暮らし方のどのような側面・性質が重要となるか

回答欄：元気な高齢者が増えていく中で、地域に馴染みの薄いサラリーマンＯＢにとっては、退職後に地域の人々との

親しい人間関係を形づくることが必要。

　　　　　　　　　農村部では元気な高齢者は第一線で活躍し続けている一方、都市部では定年制によって、元気な高齢者

の多くが否応なしに第一線から引退しており、社会参加など何らかの活躍の場も必要。

　　　　　　　　　また、高齢者は、「第２の現役世代」と言われており、元気なうちは本人の意欲と能力、適性などに応じて、

何らかの形で就労できるよう環境が必要。また、知識・教養を高めるために生涯教育の場として、大学等高等

教育機関の開放も必要。

　　　　　　　　　上記の様な事が無くなると、個々人がストレスを抱え、人との接触を避け、家に閉じこもってしまい、最終的には、

　　　　　　　　　不健康状態や認知症などの原因になるのではないか。

　　　　　　　　　つまり、

　　　　　　　　　「フレイル（加齢に伴い体や心の働き、社会的つながりが弱くなった状態であり、健康とは言いきれないが、介護が

必要な状態でもないその中間の時期）」予防できる側面や機能のある住まいが重要。

* 健康状態

健康上の問題がない状態で日常生活を送れる期間は「健康寿命」といわれます。日本人は寿命の延びに伴って健康寿命も延びていますが、一方で要介護認定者や認知症患者も年々増加しています。2012年時点で認知症患者数は462万人でしたが、2035年までには920万人にまで増加し、その数は65歳以上の方の4分の1を占めると推計されます。