

チェック
check

最新のニュース等からマンション管理に関する情報をご紹介します

マンション管理 最近の動向

マンション管理士 飯田太郎

増える1人暮らしの高齢者

マンション生活で、出来ることを考えます

国 立社会保障・人口問題研究所（社人研）は、2020年に実施した国勢調査を基に推計した世帯数の将来推計*1を4月12日に発表しました。将来推計によると、2050年には一世帯の平均人員が2人を割り込み1.92人になること、単独世帯が2,330万世帯で44.3%になるとしています。ここでは高齢単独世帯が増加することと、それがマンションに与える影響について考えることにします。

「令和5年版高齢社会白書」*2によると、令和元（2019）年の65歳以上の高齢者単独世帯は全国で736.9万世帯でした。社人研の今回の推計では2050年に1,084万世帯になります。

千代田区の場合は令和3（2021）年度に発表された「千代田区人口ビジョン」*3が平成27（2015）年の数値を基に、将来の世帯数を推計しています。それによると令和2（2020）年の全世帯36,960世帯に対して高齢者単独世帯は3,390世帯で9.2%ですが、2050年には全世帯49,588世帯に対し高齢単独世帯は6,145世帯、全体の12.39%に増加すると予想しています。千代田区は区民の8割以上がマンション居住者ですから、この割合がそのまま

マンションにあてはまると考えていいでしょう。ただし、これは平均値ですから築浅のマンションでは高齢者単独世帯等の割合が少なく、高経年マンションでは高齢者単独世帯の占める割合が、さらに大きくなると考えられます。

大切な健康寿命を延ばすこと

ここで忘れてはならないことは、高齢居住者が増えること自体は、長寿者が増えることから喜ばしいことで、社会やマンションにとって決して悪いことではないことです。それに関わらず、高齢者や高齢者世帯が増えることが悪いこと、社会やマンションにとって迷惑なことのよう扱われる大きな理由は、「平均寿命」と「健康寿命」（健康上の問題によって日常生活が制限されることなく生活できること）の間に大きな差があることだと考えられます*4。

日本は世界有数の長寿国で、平均寿命が女性86.30歳、男性79.55歳です。ところが健康寿命については女性が73.62歳で平成寿命との間に12.68年の差あります。男性の健康寿命は70.42歳で、平均寿命との差は9.13年です*4。平均寿命を伸ばすとともに、健康寿命が

出来るだけ長くなるように、本人はもちろん周囲の人の協力が、高齢社会を明るいものにする重要な条件です。

特に同じ建物の中で、各住戸（専有部分）を共用部分が結んでいるマンションの場合は、戸建て中心の地域社会よりも、健康を損ねた人がマンション全体の生活環境に影響を与える可能性があります。元気に毎日を送ることができるようお互いに気を配り、特に単身高齢者の中で心身の健康を損ねた人がいる場合には、公的な仕組みの活用も含め、重症化しないうちに医療や介護による支援が受けられるように協力することが望まれます。


公的な支援制度も利用して 高齢居住者を支援

4月13日に開催された第56回マンション連絡会では、高齢者あんしんセンター麹町・神田から、「介護予防自主グループ立ち上げ支援サービス」が紹介されました。これは主に65歳以上の人のグループで、「運動をしなければ」という危機感を持つ人、「新しく体操のグループを作りたい人」、「いまのグループ活動に運動を“ちょい足ししたい”人」等を対象に、リハビリ専門職（理学療法士、作業療法士）が出張し、運動を指導・支援するものです。フレイル*5予防に効果がある「ちょフル体操」や身体の動かし方の基本を教えます。希望する日時に、グループが用意した会場で、1回2時間、3回指導します。


実施例として紹介されたX町会は、マンションの居住者の町会です。出張支援による指導を受けた後も、マンション内のカンファレンスル

ームを会場に、月に2回、10人程度が集まり1時間程度、体操等の運動をしています。開催のお知らせはマンションの掲示板に1週間前から掲示、出欠の連絡なしに誰でも自由に参加できるようにしているそうです。体操等の他にも茶話会やフルートの演奏会をしたこともあり、1人暮らしの人が知り合いを作る機会にもなっているとのことです。

コロナ禍の影響でマンション内の集まりも大幅に減っているはずですが、さまざまな仕組みや制度を活用して、居住者がお互いに知り合う機会を増やすことが、高齢社会のマンション生活では、これまで以上に大切だと思います。

*1  〈日本の世帯数の将来推計（全国推計）〉




*2  〈令和5年度高齢社会白書（全体版）〉



*3  〈千代田区人口ビジョン〉



*4  〈平均寿命と健康寿命をみる〉



*5 加齢により心身が衰えた状態



飯田太郎（いいた・たろう）
マンション管理士
（株）TALO 都市企画代表

老朽化マンションの再生や地域コミュニティ等についてコンサルティングを行っているマンション管理に関する講演、著書多数