

論文の内容の要旨

論文題目:高齢者の居室における深夜照明に関する研究

氏名:李 景林

現代社会は、その急速な変化や科学技術の発達によって、複雑化、都市化、高齢化が進んでいます。このような社会の変動は、高齢者の自立や健康に対する関心を高め、高齢者の住居空間における特別な配慮の重要性や必要性の認識が高まっています。すなわち、家族から世話を受けることができない高齢者のための安全かつ快適な住居空間に対する研究が要求されているといえます。高齢者は、加齢に伴う健康障害や機能低下により、若年者とは異なる種々の生理的悩みをかかえています。その一つが深夜のトイレ問題ですが、一晩に少なくとも1回、多くは2~3回トイレに行く高齢者もいるといわれています。夜中目が覚め、トイレまで移動し、トイレに入り、ベッドまで戻り、再入眠するという一連の行動を一晩1~3回繰り返すと、その分、睡眠時間が圧迫されていることが推測されます。また、明るすぎる照明の中移動する場合、覚醒水準の上昇とともにまぶしさといった不快感を感じることとなり、再入眠への悪影響が危惧されます。しかし、もっと深刻な問題点として、適切ではない照明環境の中、トイレまで移動すると、転倒の危険性が高くなるということが挙げられます。高齢者の場合、若年者と違い、転倒してしまうと重傷化あるいは致死など、深刻な状況まで至る可能性が高いので、上記のような問題点は看過できない問題だといえます。つまり、再入眠に支障をきたさずかつ安全な移動のための視認性が確保された照明が求められています。最近ではこのような認識に基づき、高齢者の居住空間の照明計画についての関心が高まっており、高齢者の移動や睡眠に関する様々な研究が行われています。秋月ら(1996)は、深夜時の歩行に適した照度レベルを明らかにするための実験を行い、深夜での廊下照明における適切照度範囲は1~10 lx、最適照度値は5 lxであることを報告し、本論文で現行のJIS照度基準では深夜照明に必要な照度への工夫が欠けていることを指摘しています。しかし、これらの研究は、深夜の中途覚醒状態で行った実験ではないので、実際の深夜の歩行時の心理状態や覚醒状態への評価が十分だとはいえません。本研究では、高齢者の深夜のトイレへの移動という行為に着目し、深夜の高齢者の居室における深夜照明の現状調査及び高齢者の実際の居室を用いた実験を行い、一連の行動の流れ(ベッドに入る、目がさめる、トイレに移動する、トイレに入る、ベッドに戻る、再入眠する)ごとに問題点を抽出し、具体的にはそのまわりの照明環境(ベッドのまわり、通路、廊下、トイレ)における深夜照明の実態を調べることにより、安全な移動、心理的安心感、そして円滑な再入眠を促す照明条件を提案することを目的とします。

