

16. 乐隐居

这是将现有的住宅改造成适合老年人居住的住宅的例子。

正如先前所提到的，在1950年，日本的老年人只占有5%左右，然而现在已经达到了25%。

左图是1950年代日本的普通住宅的典型平面图。南边有阳台，但面积很小，只有两个榻榻米房间。右图是60年前日本人的生活状况。

如今这样的房子在日本已经很少了。

相较于上述的户型，如今在日本还保留了很多像这样的更大面积的户型。上北下南。南边有一个榻榻米房间，旁边是客厅和餐厅，北边是主卧和儿童房。在改造中，南边的榻榻米房作为老年人居住用。

改造后的样子。原本这间房间是榻榻米房间。但由于榻榻米房间并不适合行动有障碍的老年人居住，因而将其改成了现代化的洋式房间。房间内没有任何高差，轮椅可以自由移动。

改造后的平面图。

这个方案是假定在此居住的是需要靠拐杖支撑行走的高龄男性。正如同很多日本人喜欢泡温泉一样，假定在此居住的高龄男性也喜欢泡澡，通过改造，使老人在这个房间里也能够享受到泡温泉的乐趣。

老人的床。由于老人喜欢泡澡，在床的隔壁设置了浴室，与床之间的距离很近。

坐便器的位置也设计的离老人的床很近，但是将坐便器直接暴露在外很不美观，因而在坐便器上设置了板子来隐藏它。

阳台和室内连接处的样子。为了方便轮椅进出，将其设计成了平缓的斜坡。

这是客厅和老人房间相连接的门扇的样子。推拉门的下部滑道与两边地面同高，方便轮椅的进出。而选择这里设置推拉门也是为了让老人随时能够和家人产生互动，防止老人感到孤独。通过这样的设计，老人即使在自己的房间中，也可以与客厅中的家人进行交流。

另外，通常生病的老人都要躺在床上修养。这里将床设计成可移动式，使其可以轻易移动到靠近的位置，从而离家人更近。

老人们都希望能够与子女有更多的沟通交流，这样的设计非常有意义。

浴室部分的样子。

坐便器在使用时便将上面的木板掀起，不用时将木板放下。即使年龄增大，身体变差，老人也依然非常注重自己的隐私。一旦家中来了客人也不想使这些卫生器具被看到，因此这样的盖板非常重要。

墙上适当的高度处安装了扶手。虽然是个人的房间，但也设计得跟医院一样，各处都有扶手，从而方便老人行动。

但医院是医院，自己家是自己家，老人并不希望自己的房子如同医院病房一般。因此，在设计时，将扶手设计成储物平台的样子，平时也可以在上面放置一些杂物，让人不会明显地感觉到这里如同医院一般。于是老人便可以通过扶手在屋内自由行动。

这不仅作为扶手，同时也起到了室内装饰的作用，让人不会觉得突兀。

房间中设计了一张桌子。桌子的高度和扶手高度相同，约 75cm。这样，当老人在房屋中活动时也可以将桌子当作扶手，用手撑着桌子行动。

可以看到，扶手是环绕房间一周的。即使挪走床铺，老人也可以扶着扶手走到床的位置。

这是 B 方案的平面图。假定居住者为要靠拐杖支撑行走的高龄女性。喜欢同别人聊天。

老人房间的样子。由于老人喜欢和外面的人聊天，注重房间内和外界的交流，因而将房门做的非常大。床是斜向布置的。日本的高龄女性也非常注重自己的仪表，也会化妆，因而在这里也设置了用作梳妆台的位置。

通常房间通往阳台的部分都是推拉门，这样门扇能够打开的部分只有开口部位的一半。为了方便老人进出，从而将门做成了平开门，从而可开面积大大增加。在门的位置也做了无障碍设计，方便轮椅的进出。这个房间将冲淋浴与坐便器放在了一起。由于这个房间只是整户住宅中的其中一间，且老人并没有泡澡的兴趣，因此没有在单间中放置浴缸，若老人需要泡澡时，也可以使用房间外公用的浴缸。

浴室的部分。在这里，有一个特别的坐式淋浴系统，老人可以坐在这里洗澡。

老人用的梳妆台。水池部分做成了凹进去的形状，因为老年人在洗脸时，水可能会顺着胳膊流下弄湿地板。若按照传统形状设计，老人洗完脸后地板会有滴有很多水，室内也会变得潮湿。因而将水槽做成这样的形状，让老人的胳膊可以放进去。所以说，做设计的时候需要充分考虑用户的需求。

柜子的细节处也有特别的处理。由于老人可能手上没有力气，一般的圆型把手等使用起来较困难，因此，在设计时柜门上不是采用突出的圆形把手，而是设计了一个条形的门把手，方便老人开门。

在门旁设计了一个桌子，门打开的时候可以将桌子支起，关上门时也可以将桌子撤下去。

方案 C 的平面图。想定居住对象是左半身瘫痪的重症病人。

由于重症病人身体的瘫痪部位各有不同，而且他们都患有各种病症，且病程可能非常久，因此针对每个人的病状不同，设计也会变得不一样。因此像这样针对重症病人的设计都相当困难。也正因为如此，这些患重病老人的房间设计需要由建筑师、医生以及有各个相关领域的人一同合作才能完成。不仅仅是房间，老人的座椅、拐杖等小物件都是设计的一环。这在当今的日本也是极为重要的设计课题。

假想这个改造针对昭和 40~50 年代的集合住宅进行改造。和前两个改造相比，这个房间的平面不同，面积更小。但最终的目的都是为了让老人能够过的更加舒适而对其房间进行改造。因此，考虑到老人病程的变化，针对不同的病情采取不同的设计，不仅考虑到目前的设计，也要考虑到未来应对病情变化的设计。

不同病程时期的不同设计方案。

改造后的样子。类似于桶的部分是厕所的坐便器，考虑到隐私问题用木板将其隐藏起来。外侧是阳台。

用于装饰的置物板，同时也可以作为扶手。为了不让老人住在其中时受伤，房间内部很多的原本棱角的部分都做成了弧形。

老人的床也做成了可移动式，通过左右移动床位，使得照顾者可以在床的两边照顾老人。

老人房间和客厅之间的门。虽然看上去很普通，但也是经过特殊设计的。当老人由于站立不稳靠在门上时，房门会自动上锁，这样可以避免门因受力打开而导致老人摔倒。

隐藏在木板中的坐便器。值得一提的是，这个房间是由榻榻米房间改建的。因此卫生间的地方地板要做防水处理。于是设计者开发了一种塑料防水隔板。

可以看到地板下黑色的塑料防水隔板。地板拼接时留有一定缝隙，使溅到地板上的水可以通过这些缝隙流入下层的防水隔层。防水板有 5mm 厚，因此开发这样厚的隔板其实非常困难。由于这里原来是榻榻米房间，没有水管接入，因而安装了一个水泵从住户的主入水口抽取自来水。

造型独特的水池。上面盖上板子后可作为桌子使用。

浴室中浴缸的部分。浴缸上也可以盖上盖板变成炕，人可以坐在上面喝茶聊天。这样在平时不使用浴缸时也不会造成这一片空间的浪费。

看上去很普通的侧拉门。但考虑到能够容许轮椅的进出而将这扇门设计成也可以推开的形式。阳台原先与室内有高差，改造后将阳台铺高消除了这样的高差。

浴缸的样子。盖上盖板的样子。

房间里也设置了电脑，供看护人员整理数据以及老人娱乐。

参考 URL：

<http://www.ur-net.go.jp/architec/pnf/kourei/pdf/kourei.pdf#search=%E6%A5%BD%E9%9A%A0%E5%B1%85>