

- ✓ バリアフリー2026ご来場御礼
- ✓ 健康経営優良法人2026
ブライツ500 認定されました!
- ✓ 作業療法士からみた生活改善
- ✓ 韓ドラ処方箋

第32回 高齢者・障がい者の快適な生活を提案する総合福祉展

バリアフリー-2026

福祉用具や住宅改修の手すりを中心に展示を行い、4月に発売を開始した「たよれールSOTOE 遮断機型」も多くの皆様にご覧いただくことができ、おかげさまで大盛況となりました。

ご来場ありがとうございました!



「健康経営優良法人2026 ブライツ500」に認定!



2026
健康経営優良法人
KENKO Investment for Health

中小規模法人部門

ブライツ500

104558

このたびマツ六株式会社は、経済産業省と日本健康会議が共同で実施する健康経営優良法人認定制度において、「健康経営優良法人2026(中小規模法人部門)ブライツ500」の認定を受けました。2020年より7年連続で「健康経営優良法人」に認定され、2026年は昨年を引き続き、中小規模法人部門の上位500の企業に冠として付加される「ブライツ500」に2年連続での選出となります。今回は「健康経営推進方針」を新たに策定し、健康への取り組みを「投資」と捉える体制を強化しました。今後も社員一人一人のウェルビーイングを追求し、いきいきと働ける環境を作ることで、より一層社会に貢献できる企業を目指して参ります。

マツ六 Webサイトでは健康経営ページにて取り組みをご紹介します▶
https://www.mazroc.co.jp/health_management/





社会・生活環境研究所
作業療法士
二級建築士

山田 隆人

シングル介護者を支援する居住環境

2020年の国勢調査等のデータによると、親の介護リスクが高まる40・50代において、未婚者の割合は28.2%に達し、そのうち親と同居する者は66.6%を占めています。現役世代の4世帯に1世帯以上が「シングル家族」であり、配偶者や家族の代わりに介護者がいないため、1人で全責任を負う「シングル介護者」となる可能性が極めて高い状況にあります。

シングル介護者が抱えるリスクは、主に以下の3点に集約されます。

1. 経済的破綻のリスク

介護離職は収入途絶だけでなく、社会保険料の負担増や将来の年金額減少を招きます。特に低所得世帯や借家居住者において、老後に経済的破綻を招くリスクが示されています。

2. 精神的健康の低下と孤立

身近に境遇を分かち合える相手が少ない「少数派」として、孤独感や葛藤を抱え込みやすい傾向があり、精神面でのQOLが低下しやすいのが特徴です。

3. 身体的負担の増大と生活余力の喪失

親の退院3か月後には1日の平均介護時間が有意に増加し、疲労が蓄積する実態が報告されています。代わりに介護者がいないため、家事・仕事・介護のすべてを一人で遂行しなければならず、休憩時間の確保が困難となります。

これら「離職による破綻」と「継続による限界」を防ぐための住宅改修の視点は、以下の4点に整理できます(図1)。

1. 介護時間の短縮と身体的負担の軽減

1人での介助を安全に行うための動線設計や手すり配置は必須となります。加えて、家事省力化設備の導入により、介護者の身体的疲労を抑制し、両立の土台となる「健康維持」を支えます。

2. 外部サービスの受け入れ環境

介護者が不在の間も、訪問介護員等が円滑に動けるベッド配置や動線を整えることが、仕事との両立には不可欠となります。あわせて、緊急呼び出し



図1)シングル介護者が介護を継続しやすい居住環境

システム等の見守り体制の構築も有効になります。

3. 精神的QOLを維持する居場所

親の視線から物理的に離れ、自分自身のために過ごせるプライベート空間を確保します。これが精神的負担を軽減する「休息」として機能し、共倒れを防ぐための防波堤となります。

4. 自身の老後と経済的持続性への配慮

将来の援助が期待できないシングル介護者にとって、将来の自分も使いやすい汎用性の高い改修が求められます。同時に、過度な投資により老後資金を枯渇させないよう、公的助成を活用する視点も不可欠となります。

シングル介護者支援は、単なるバリアフリー化を超え、「1人の力で、仕事と介護をいかに長く、共倒れせずに続けられるか」という視点が極めて重要となります。

参考文献

- 1) 谷口豊: シングル介護の経済的脆弱性に関する分析, 保険学雑誌, 668, 195-225, 2024
- 2) 田邊綾子: 仕事と親の介護を両立させた労働者の経験, 日本健康医学雑誌, 33(1), 116-124, 2024
- 3) 田中結花子, 佐藤真由美, 青石恵子: 就労しながら親の介護をするシングル介護者の退院直後の健康関連QOLの縦断研究, 国際医療福祉大学学会誌, 27(1), 64-72, 2022

新コーナー



韓ドラ処方箋

～あなたのココロの栄養剤、選定します～

第1回

高濃度「爆笑」溶解剤

処方薬 哲仁王后 (チョルインワンフ) ～俺がクイン!?～



現代の俺様シェフが朝鮮時代の王妃に憑依!? 中身は男の破天荒なヒロインが、宮廷の常識を爆笑でぶち壊す。絶品料理と毒舌で、堅物な王の心も胃袋も掴めるか? 笑いも涙もノンストップな、前代未聞の爆走ラブコメ!



一言アドバイス

「常識を壊すのは、いつだって『型破りなユーモア』です。」
王妃の体に現代シェフの魂が入り込む“ありえない”状況を武器にする主人公の姿は、現状打破のヒントになるはず。観終わる頃には、眉間のシワも笑いジワに!



- 日々の業務にお忙しく、思い切り笑う機会が減ってしまっている。
- 固定概念にとらわれず、頭の中を柔らかくほぐしたい。
- 困難な壁にぶつかった時、ユーモアの力で軽やかに乗り越えたい。

副作用に注意!

笑いすぎて翌日の活力が溢れすぎる恐れあり

おだいに...

