

2024年1月24日

冬本番、生活者に『室内温度と健康に関する意識調査』を実施  
「ヒートショック対策をしている」人は3人に1人  
但し、根本的対策がとれている人は1割以下  
～ 対策の必要性・正しい方法の認知の低さや、「寒さは仕方ない」という諦めが課題 ～

パナソニックホームズ株式会社の「暮らし研究室」は、住まいにおける温度と健康に関する意識や対策について生活者に伺う『室内温度と健康に関する意識調査』を2023年12月に実施しました。

冬場の入浴時など、「急激な温度変化」によって引き起こされる「ヒートショック<sup>※1</sup>」。高齢者は特に注意が必要で、消費者庁の調査によると、浴槽における不慮の事故で亡くなられた高齢者の人数は、その年交通事故で亡くなられた方の約2倍に上るとみられます。<sup>※2</sup> 家の中の温度差を小さくすることは、こうした事故の予防にもつながるため、非居室(洗面脱衣所・トイレ・廊下など)も含めて家全体を暖めることが重要と言えます。

今回の調査で、ヒートショックの対策をしている人は、回答者全体の35.3%に留まることが分かりました。また、「対策をしている」回答者のうち、「非居室(洗面脱衣所・トイレ・廊下など)も暖房する」という適切なヒートショック対策ができている人は18.9%に留まり、回答者全体においてはわずか6.7%しかいないことが明らかとなりました。

ヒートショック対策をしない理由は、「正しい対策の仕方がわからないから」(39.3%)、「自分には必要ないと感じているから」(30.0%)が多く、適切な対策方法や必要性の認知が低いことが伺えました。さらに、非居室の暖房をしない一番の理由は、「寒いのは仕方がないと思っているから」であり、過去からの生活経験に基づいて出来上がった固定観念があることも伺えました。

あらためて今回の調査で、適切なヒートショック対策ができている人は少ないことが判明しました。ヒートショックは年齢に関わらず体に負担を与えるものであり、高齢者に限らず対策が必要です。当社はヒートショック予防に向け、生活者に対策の必要性や適切な方法を知ってもらうことをはじめ、「非居室が寒いのは仕方がない」という固定観念を変えていくことが重要であると考えています。

当社は、創業以来60年にわたり、健康快適な暮らしの実現に向けた研究・開発に取り組んでおります。断熱・気密性能が高く、全館空調が備わった住まいづくりやリフォームを提案し、部屋間の温度差が小さい環境を提供することで、生活者が意識せずともヒートショック対策ができる暮らしを実現したいと考えます。今後も、生活者の健康を守り、快適に暮らし続けられる住まいの在り方を追求してまいります。

## ■『室内温度と健康に関する意識調査』結果サマリー

### ① ヒートショック対策において重要な「部屋間温度差を小さくする」対策ができている人は1割以下

- ✓「リビング以外の非居室(洗面脱衣所・トイレ・廊下など)も暖房する」人は回答者全体の6.7%。
- ✓対策をしない理由は「正しい対策の仕方がわからないから」(39.3%)、「自分には必要ないと感じているから」(30.0%)が上位。

② 非居室(洗面脱衣所・トイレ・廊下など)の寒さ対策をしない一番の理由は「寒いのは仕方がないと思っているから」で、固定観念の変革が必要

- ✓「寒さが気になる」と回答した部屋や場所の対策実施率は、居室(リビング、寝室、子ども部屋)は半数前後であるのに対し、非居室は1~2割程度であり、部屋や場所により大きく異なる。
- ✓寒さ対策をしない一番の理由は、居室は「電気代や燃料費が気になるから」であるのに対し、非居室は「寒いのは仕方がないと思っているから」であり、部屋・場所により大きく異なる。

■調査概要

調査対象	: 全国 20 歳~69 歳の男女
調査期間	: 2023 年 12 月 14 日(木)~12 月 21 日(木) <7 日間>
サンプル数	: 583 名
調査形態	: Web アンケート調査(株式会社ジャストシステム「Fastask」を利用)
調査主体	: パナソニック ホームズ株式会社

■当社の「暮らし研究室」について

日々の家事の負担を軽くするには?もっと便利な収納とは?様々な側面から住まいと暮らしについて調査・研究を実施しています。世の中やライフスタイルの変化の兆しを読み取り、暮らしのアイデアをカタチにする活動を続け、より良い住まいの提案に繋げていきます。



「暮らし研究室」ホームページ

<https://homes.panasonic.com/kurashi-lab/>

※1: 温度の急激な変化で身体が負荷・ダメージを受けること。血圧が上下に大きく変動する等によって健康被害を引き起こす要因になるとされる。

※2: 消費者庁『無理せず対策 高齢者の不慮の事故』より

[https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer\\_safety/caution/caution\\_067/assets/consumer\\_safety\\_cms205\\_221227\\_05.pdf](https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_safety/caution/caution_067/assets/consumer_safety_cms205_221227_05.pdf)

◎特設サイト『いい毎日と未来は、いい空気の家から。』はこちら

[https://homes.panasonic.com/ad\\_lp/good-air/](https://homes.panasonic.com/ad_lp/good-air/)

\* 本件に関するお問い合わせ先 \*

パナソニック ホームズ株式会社 宣伝・広報部 広報課 井筒

TEL: 080-8535-6640 / E-mail: izutsu.katsuhiko@panasonic-homes.com

HP: <https://homes.panasonic.com/company/news/release/>



パナソニック ホームズは 2023 年 8 月に創業 60 周年を迎えました。これまでの「感謝」を新たな「挑戦」への力に変えて、暮らしを起点に事業活動を拡げます。お客さま一人ひとりに寄り添い、心豊かな暮らしと持続可能な社会の実現を目指し、邁進してまいります。

## ご参考

### ■『室内温度と健康に関する意識調査』実施の背景

急激な温度変化によって引き起こされる「ヒートショック」。高齢者は特に注意が必要ですが、生活習慣によっては年代問わず体に負担をかける可能性があります。

今回、生活者のヒートショック予防に関する正しい認識がどれほどあるのか、対策への意識や取り組み状況を明らかにするために、『室内温度と健康に関する意識調査』を実施しました。

### ■ヒートショック対策において重要な「部屋間温度差を小さくする」対策ができている人は1割以下

ヒートショックの対策状況を伺ったところ、対策をしている人は回答者全体の 35.3%に留まることが分かりました。(図 1)また、対策をしていると回答した人の中でも、「非居室(洗面脱衣所・トイレ・廊下など)も暖房する」人は 18.9%に留まり(図 2)、適切にヒートショック対策ができている人は、回答者全体のわずか 6.7%しかいないことが明らかとなりました。

図1 ヒートショック対策をしているか(単数回答) n=583

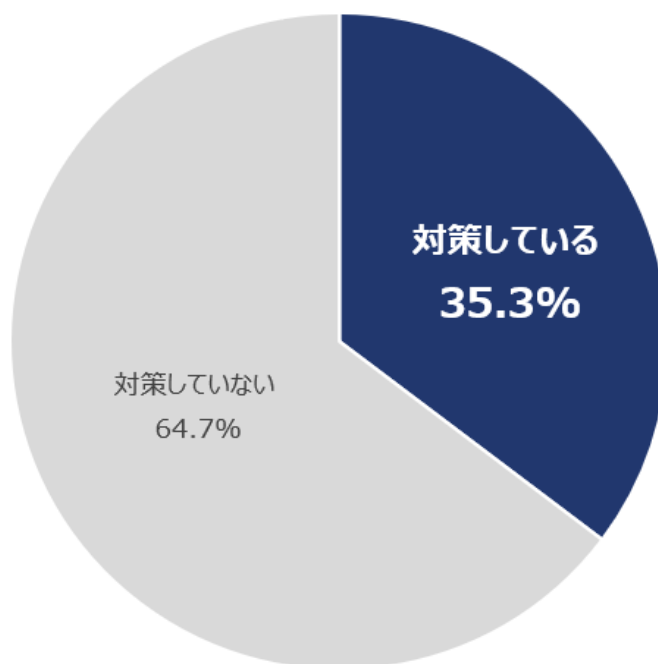
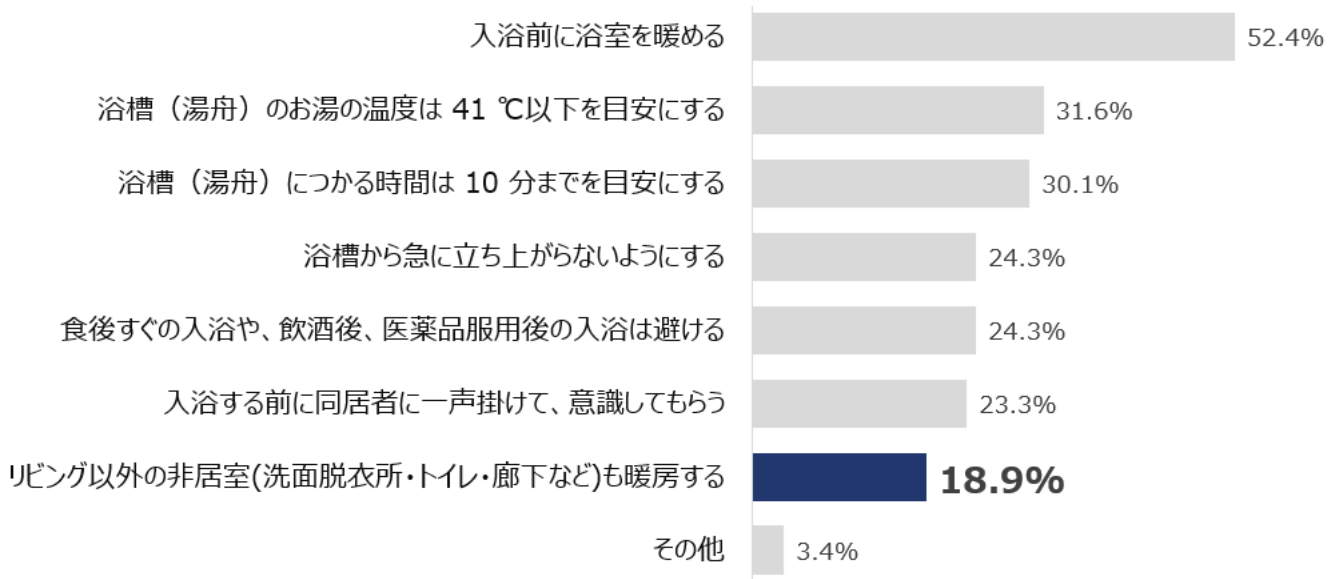
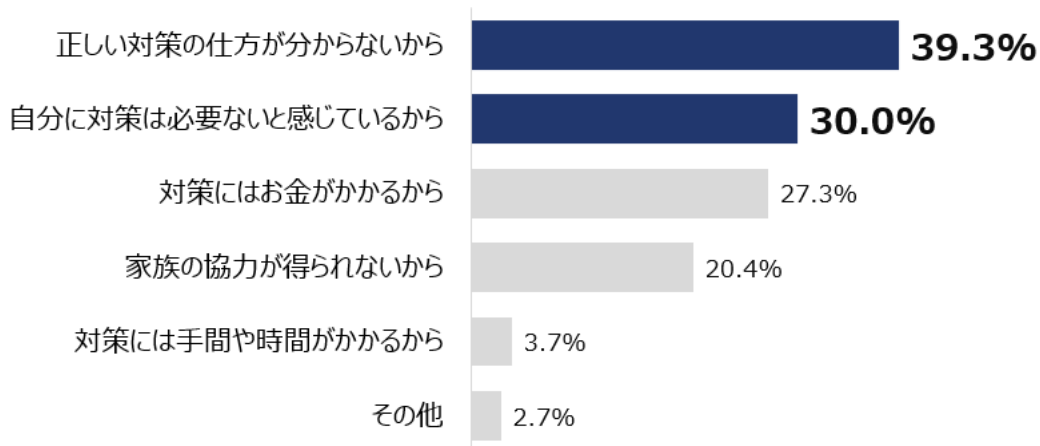


図2 ヒートショック対策としてどのような対策をしているか(複数回答) n=206



ヒートショック対策をしない理由は、「正しい対策の仕方がわからないから」(39.3%)、「自分には必要ないと感じているから」(30.0%)が上位となっています。(図3)

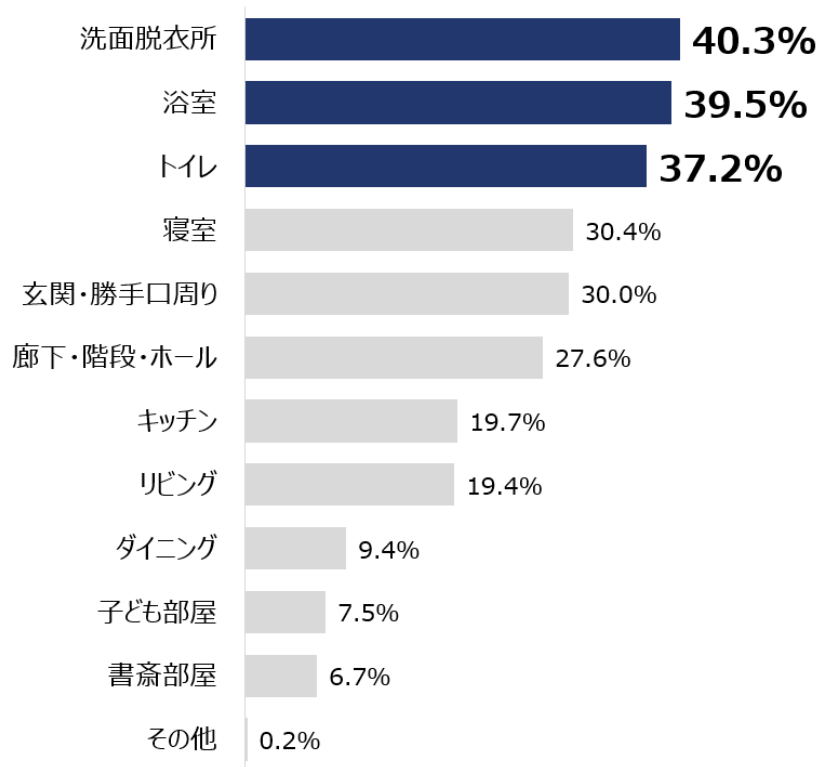
図3 対策をしていない理由(複数回答) n=377



■非居室(洗面脱衣所・トイレ・廊下など)の寒さ対策をしない一番の理由は「寒いのは仕方がないと思っているから」で、固定観念の変革が必要

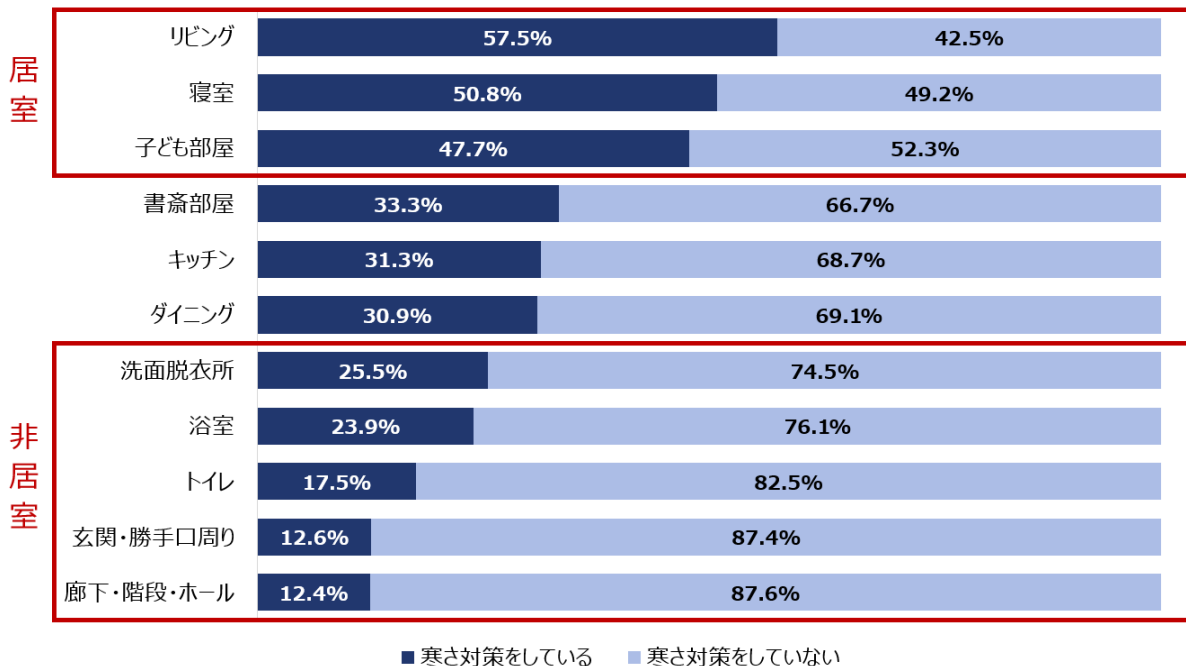
住まいの寒さが気になる部屋や場所を伺ったところ、「洗面脱衣所」(40.3%)が最も多く、「浴室」(39.5%)、「トイレ」(37.2%)が続き、ヒートショックが起こりやすい場所が上位を占める結果となりました。(図4)

図4 お住まいで寒さが気になる部屋や場所はどこか(複数回答) n=583



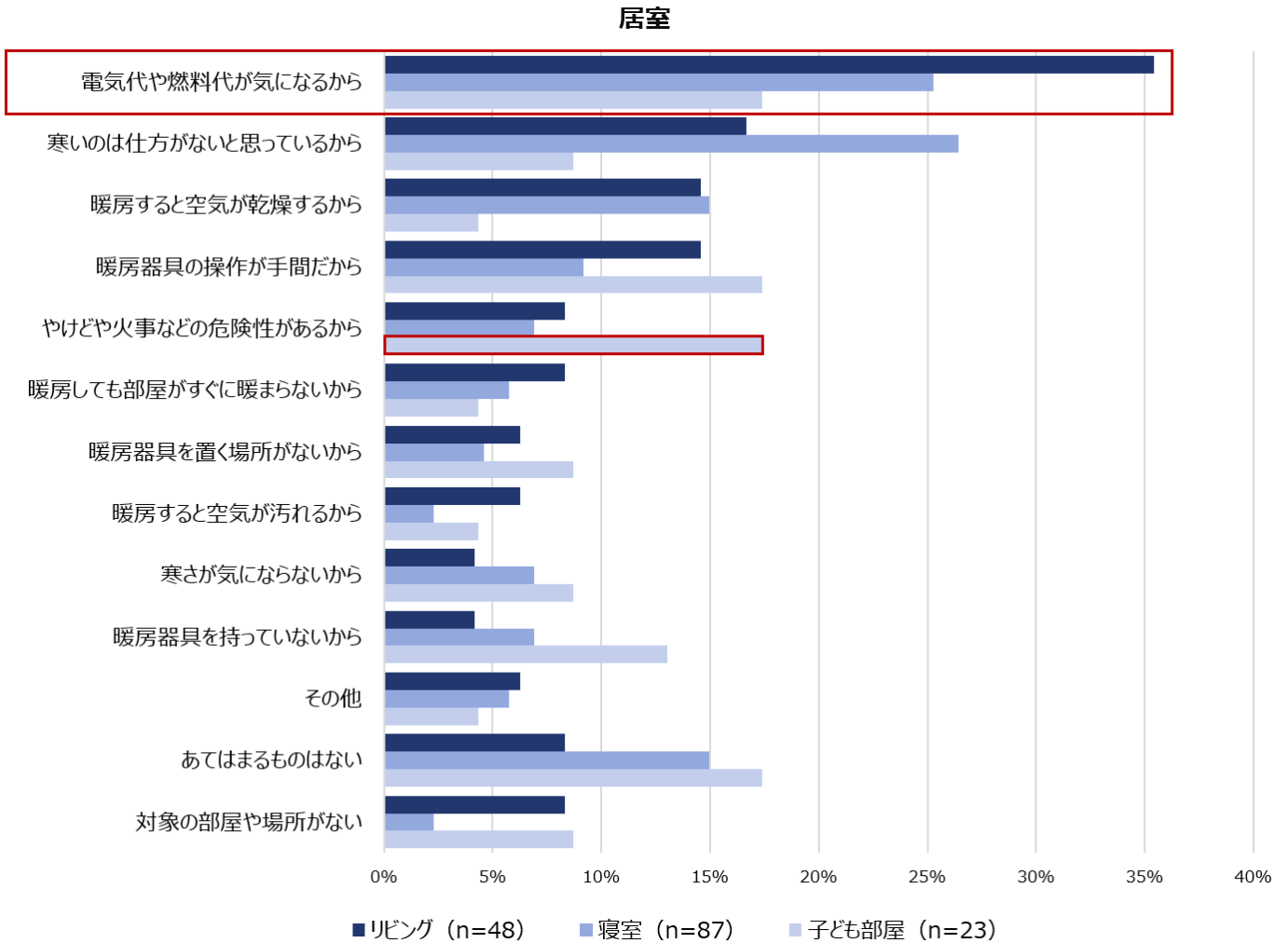
寒さが気になると感じている部屋や場所について、寒さ対策の状況を伺いました。居室(リビング・寝室・子ども部屋)において、半数前後が寒さ対策をしているにもかかわらず、非居室(洗面脱衣所・トイレ・廊下など)においては、寒さ対策をしている人は1~2割程度しかおらず、ほとんどの人が寒いと感じながらも、対策をしていないことが分かりました。(図5)

図5 寒さが気になる部屋や場所の寒さ対策状況(複数回答) n=583



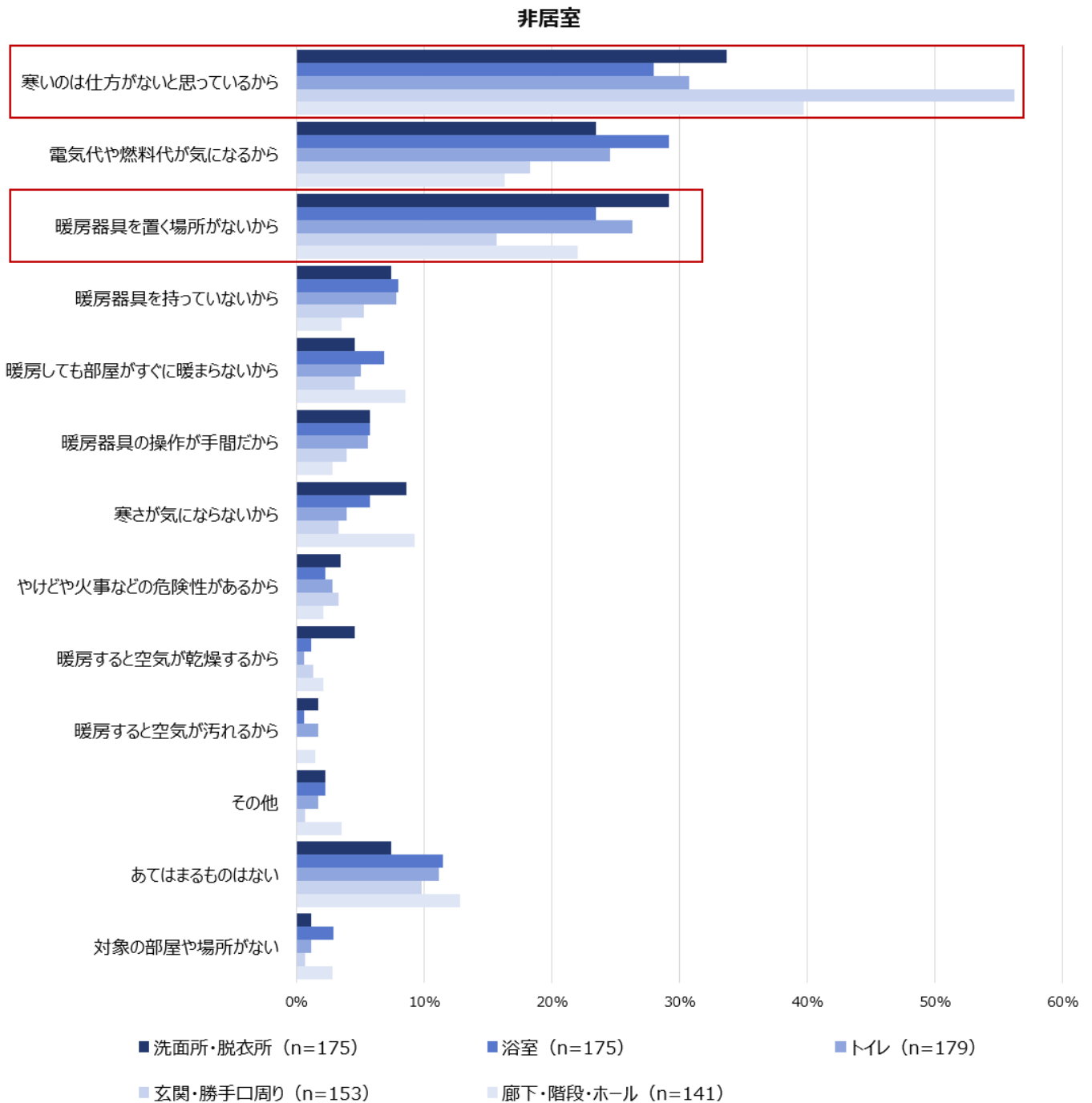
寒さ対策をしない理由として、居室(リビング・寝室・子ども部屋)は「電気代や燃料代が気になるから」がどの部屋においても上位の理由となっています。また、子ども部屋については、他の部屋に比べて「やけどや火事などの危険性があるから」の回答数も多く、安全にも配慮した寒さ対策を実施する難しさも伺えました。(図 6)

図6 寒さが気になる居室での寒さ対策をしない理由(複数回答)



一方、非居室(洗面脱衣所・トイレ・廊下など)は「寒いのは仕方がないと思っているから」がどの部屋や場所においても上位の理由となっています。また、「暖房器具を置く場所がないから」という理由も多く上がり、限られたスペースでの寒さ対策の難しさが伺えました。(図 7)

図7 寒さが気になる非居室での寒さ対策をしない理由(複数回答)



## ■『室内温度と健康に関する意識調査』結果考察

あらためて今回の調査で、適切なヒートショック対策ができていない人は少ないことが判明しました。ヒートショックは年齢に関わらず体に負担を与えるものであり、高齢者に限らず対策が必要です。当社はヒートショック予防に向け、生活者に対策の必要性や適切な方法を知ってもらうことをはじめ、「非居室が寒いのは仕方がない」という固定観念を変えていくことが重要であると考えています。

## ■当社が提案する全館空調「エアロハス」について

当社の「エアロハス」は、家の中をきれいで快適な温度の空気で満たす全館空調システム。居室だけでなく非居室(洗面脱衣所・トイレ・廊下など)にも冷暖房の給気口があることで、ヒートショックの原因となる部屋間の温度差を小さくすることができます。また、高い省エネ技術で、環境負荷の軽減と電気代の削減に配慮しています。