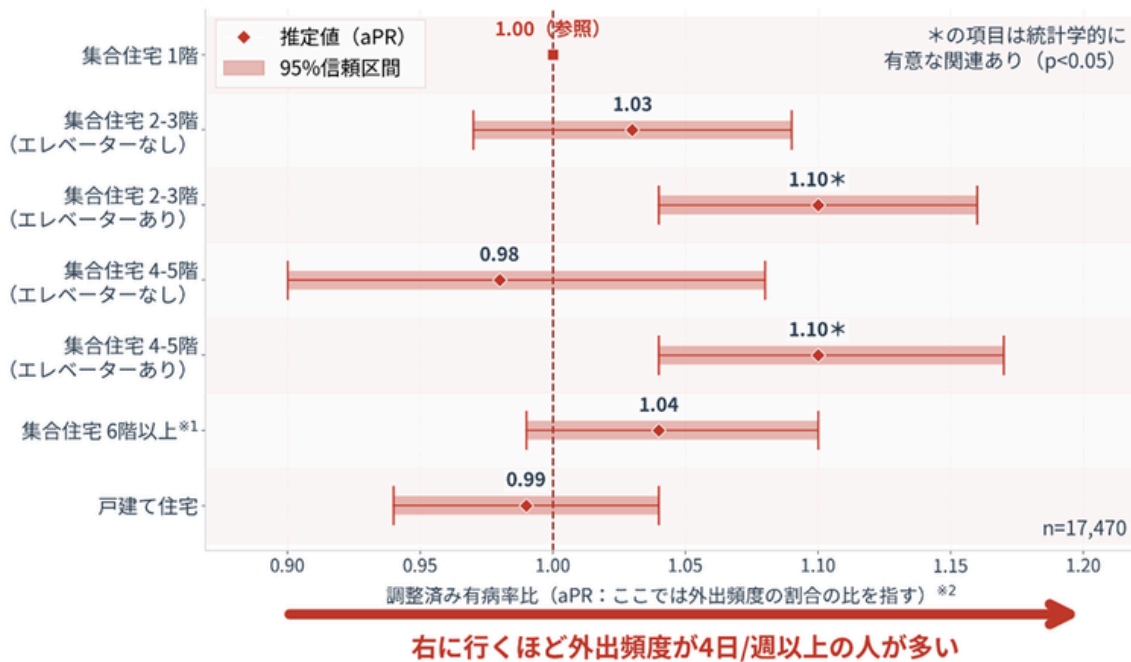


集合住宅の中層階に住む高齢者は 1階居住者と比べ週4回以上の外出が約10%高い —ただしエレベーターがある場合に限る—

公益財団法人ダイヤ高齢社会研究財団 土屋瑠見子主任研究員らの研究グループは、全国60自治体に住む65歳以上の地域在住高齢者17,470人のデータを分析した結果、エレベーターがある集合住宅の中層階（2～5階）に住む高齢者は、1階居住者と比べて週4回以上外出している割合が約10%高いことを明らかにしました。高齢者のマンション居住が増加する中、エレベーターの有無が外出行動を左右するという本結果は、住環境設計を考える上で重要な知見です。本研究成果は、2026年5月6日にJournal of Aging and Environmentに早期公開されました。

住居種類・居住階・エレベーターの有無と外出頻度



*1 集合住宅6階以上は、エレベーターがあることを前提にエレベーターの有無別には分けていない。

*2 調整済み有病率比は、他の要因の影響を除いた上で算出される関連指標。1.10は比較対象（1階居住者）より外出頻度が約10%高いことを意味する。基本属性（性別、年齢、教育歴、家族構成、等価所得、就労状況）、健康状態（転倒不安、うつ状態、手段的日常生活動作能力、治療中の疾患数、主観的健康感）、健康行動（果物・野菜の摂取、肉・魚の摂取、飲酒、喫煙）、他の住宅特性（建築年、居住期間、所有形態）、近隣環境（運動や散歩に適した公園・歩道、近隣の食料品店）、社会的環境（近隣住民との交流、自動車による移動）、都市規模による調整を行ったうえで修正ポアソン回帰モデルを用いて算出した。

発表論文

Tsuchiya-Ito R, Matsuoka Y, Nishida K, Hanazato M, Kondo K. Living in High-Rise Apartments and the Frequency of out-of-Home Activities Among Community-Dwelling Older Adults: Insight from the Japan Gerontological Evaluation Study. Journal of Aging and Environment. 2026 (epub ahead of print). <https://doi.org/10.1080/26892618.2026.2665293>

背景

日本では、65歳以上の高齢者がいる世帯のうち、集合住宅に居住する割合が過去10年で25.3%から29.9%に増加しています。こうした中、集合住宅に居住する高齢者が日常生活機能の維持に重要とされる週4回以上の外出を確保できているかは明らかではありません。集合住宅の居住階やエレベーターの有無と外出頻度との関連は、様々な社会経済的背景の影響を受けると考えられるものの、それらの影響を十分に制御した上で検討した研究は限られていました。本研究では、「高層階に居住する高齢者ほど外出頻度が低い」という仮説のもと、地域在住高齢者の大規模調査データを用いて検証しました。

対象と方法

JAGESの2019年調査（全国60自治体）に回答した65歳以上の要介護認定のない高齢者のうち、17,470人（うち集合住宅居住者3,125人）を分析対象としました。アウトカムは外出頻度とし、「あなたが外出する頻度はどれぐらいですか（畑や隣近所へ行く、買い物、通院などを含みます）」への回答から「週4回以上」と「週3回以下」に分類しました。説明変数は、住居種類・居住階・エレベーターの有無を組み合わせ7群に分類しました（集合住宅（1階、2-3階エレベーターなし、2-3階エレベーターあり、4-5階エレベーターなし、4-5階エレベーターあり、6階以上）、戸建て住宅）。分析は性・年齢・等価所得・健康状態など23の社会経済属性変数を調整した修正ポアソン回帰を用いました。

結果

週4回以上外出している割合は、集合住宅2-3階エレベーターありの居住者84.5%（435/515人）、集合住宅4-5階エレベーターありで85.1%（400/470人）に対し、集合住宅1階では75.5%（466/617人）でした。各変数を調整した結果、集合住宅2-3階エレベーターあり（調整済み有病率比（aPR）：1.10、95%信頼区間（95% CI）：1.04-1.16）および集合住宅4-5階エレベーターあり（aPR: 1.10、95% CI: 1.04-1.17）に住む高齢者は、集合住宅1階より週4回以上の外出が有意に多いという結果でした。一方、集合住宅の中層階（2-3階、4-5階）のエレベーターなし・6階以上、および戸建て住宅では、有意な差はありませんでした。

結論・本研究の意義

「高層階居住者ほど外出頻度が低い」という仮説に反し、中層階（2～5階）の高齢者は、エレベーターがあれば、1階より外出が多いことが示されました。高齢者のマンション居住が増加する中、エレベーターの有無が外出行動を左右するという本結果は、住環境政策を考える上で重要な知見です。また、介護予防・ケアに携わる専門職が支援対象者の住環境を評価する際に、エレベーターなし集合住宅居住のリスクを早期から評価する必要性を示唆しています。

謝辞

本研究はJSPS科研費（20H00557, 20K10540, 21H03196, 21K17302, 22H00934, 22H03299, 22K04450, 22K13558, 22K17409, 23H00449, 23H03117, 23K21500, 23K16349, 25K01387）、厚生労働科学研究費補助金（19FA1012, 19FA2001, 21FA1012, 22FA2001, 22FA1010, 22FG2001）、国立研究開発法人科学技術振興機構（JPMJOP1831）、公益財団法人健康・体力づくり事業財団、TMDU重点研究領域、国立研究開発法人防災科学技術研究所などの助成を受けてJAGESによって実施・整備されたものです。記して深謝します。本稿は、著者の見解を論じたものであり、資金等提供機関の公式見解を必ずしも反映していません。



本研究に関する情報は、財団特設HP
(<https://housenv.com/>) および
左のQRコードからも入手できます。

お問い合わせ先

研究部 土屋 瑠見子

TEL : 03-5919-3174

Email : tsuchiya@dia.or.jp

