

實錄：首屆中國養老產業與養老地產高端論壇

2010年06月07日

主持人 周燕珺：首先先請日本橫濱國立大學教授大原一興先生發言！

日本老齡化出現的比我國早，我在日本待了七、八年，對日本的情況非常的了解，他們在這方面積累了很多的經驗，大原老師是專門研究日本老人設施和變遷過程的，今天有幸請到他，我也是非常的高興。大原先生是畢業於橫濱國立大學，他在老年基礎設施領域有很深的造詣，原來我們也訪問過大原教授，他研究的成果都是非常深刻的。今天有幸請到了他，我們非常的高興。下面我們有請大原一興先生進行演講，謝謝！

大原一興：首先在這裏要感謝主辦方的盛情邀請，下面進入我的演講時間。今天的內容主要由五部分構成：日本個別式住宅的設計指南和純住宅的修改；結合住宅部分的附加的服務；養老設施的住宅化的趨勢；近年來養老設施和地區性的活動等。

首先向大家介紹的是面臨老年人的獨立住宅，日本的住宅分為兩三層的獨立住宅，在這裏面 90%的老年人選擇在家養老，老年人持有所有權的大概占 85%左右，為了確保新建的住宅的保證上，1980 年開始，日本各地區制訂了設計指南，在 1995 年正式制訂了老年人設計指南，對現存住宅的改修方面，在 2000 年加入了住宅改修的相關條例。

現在像我們圖中所看到的是玄關的照片，在日本由於習慣，玄關會有高低的差，為了方便穿脫鞋，為了考慮輪椅，沒有高低差是最理想的，但是由於傳統的習慣，高地差的減弱並不容易普及。存在明顯高地差的地板、把守和腳下的照明就被著重的考慮到，現在也出現了坐在椅子上可以上下移動的升降機，這種設計在家庭住宅也可以使用。此外在洗手臺附近的設計當中，比如說可以調解洗手臺高度的洗手臺，同時也註意下面的空間，方便於輪椅的出入，以及周圍的收納空間，這些方面的設計都經過了詳細的考慮。在關於衛生間的設計上面，大家現在從圖中可以看到，為了幫助老年人站立，設計了電動的坐便器，可以從後面扶助老年人自動起立。在浴室的設計上，考慮到日本傳統比較喜歡泡澡的習慣，我們在浴缸上面可以看到浴缸上面可使用的移動式的升降椅，門口為了方便輪椅的出入，採用了拉門的設計，同時也出現了家用的為了方便老年人出入的電梯。

在接下來的住宅改修的方面，主要向大家介紹的是改修的實例，這是一位坐輪椅的居民的房間，榻榻米採取的是可移動的榻榻米，可以增加房間的機動性。在浴室、衛生間上採用了一條直線的設計，方便升降椅來回穿梭於這幾個房間內。

剛才我們介紹的主要是獨立住宅中的各種手段，但同時這樣的手段在集合、公用住宅當

中如何使用呢？下面我就介紹一下。1987年正式制訂了向老年人公開住宅制度化，主要是保障了無障礙設計，同時在內部的設計上傳感器、通報設施這些設備、設施也可以讓老年人更加安心，同時在這樣的住宅當中一定要存在管理人之間的談話，建立小區內的會所，日本的這些制度都是參照了以前英國的住宅制度而制訂而成的。具體的實例設計方面，由於是針對老年人的住宅，所以一定要遵從無障礙設計，無論是衛生間、浴室還是門廳的部分，都一定要適合老年人使用。

無論是集合住宅還是獨立住宅，為了讓老年人更加安心的生活，除了硬件的方面的提高，在軟件方面，尤其是護理服務上也是十分必要的。現在我們看到這個圖主要是顯示的日本現在近年來的一個數據庫，在2000年的時候由於制訂的護理保險制度，我們可以從最右邊看，1-5是大家需要監護的一個大概，體現不同的強度，從這張圖上我們知道護理政策是相當具有必要性的。現在各種的護理政策在一般的民間老年公寓當中也被廣泛的適用，現在大家圖上看到的是名古屋的一家老年公寓，7-10層是為一般比較健康的老年人設計的住宅，雖然有管理員長期在裏面，但是並沒有設置護理服務。6層是專門為需要提供護理服務的老年人準備的。

這個就是這家老年公寓的平面圖，我們現在看到右邊的平面圖是7層以上為比較健康的老年人提供的平面圖。左上角的是需要監護的老年人的平面圖，大家可以清晰的看到6層的房間面積比7層的房間面積要相對的小一些。現在大家看到的三張照片是7層以上為一般比較健康的老年人提供的住宅的照片，上邊這張圖也是7層以上的老年人的食堂照片，右下角這張圖是6層以下老年人的食堂的照片。現在日本的住宅關於一般的住宅和護理的住宅結合在一起綜合形式的住宅是比較多的。

接下來我們要向大家如何把設施更加偏向住宅化的模式。面向老年癡呆癱的設施當中體現的最為明顯。現在養老設施的住宅化趨勢以及住宅養老設施化是同步進行的時代，在這裏養老設施、居住化主要是重視住宅環境的改善，此外也從以前的大房間向單人房間進行變動，加強了小型環境的改善，以及多機能性、護理服務的連續性的追求。

我們從現在這張圖表中可以看出，現在這種護理型的老年公寓的輔助標準面積在不斷的上升，養老設施當中房間的面積越來越趨向單人化趨勢，而房間的面積在不斷的增長。這張圖當中主要是顯示了日本的現有各種各樣的老年公寓，這邊是顯示了各種老年公寓的名字，這種形式的老年住宅大概是從哪年開始的。比如說我們現在從上面看到這個藍色的部分是關於日本特別養護型老年公寓，主要是對需要監護型的老年人居住的房間，大概的房間面積是下面顯示房間面積的大小。最近在新型建築的老年公寓當中，面積在逐步的變大。在具體的空間上面，從大規模的集體的形式變成了小規模的特別看護形式，從以前的多床位的設施變成了現在以單人生活為中心的養老設施。

關於具體的房間配置方面，我們可以從圖中從左到右看到，最左邊的是很大的房間，裏面有很多的床位的形式，慢慢的轉變成房間開始具體的劃分，現在變成的完全是提供單人房間的趨勢。以前的設施是很大的單位來看護的，到現在是逐步的分成一個一個的小單元式看護形式。這種護理型的養老設施經歷了各種各樣的平面組合的嘗試，近年來以小單元的組合形態居多，基本的形式都是小單元的組合。這張圖中大家看的稍微不是那麼清楚，主要介紹的是日本像看護的養老設施當中的各種各樣的形式。現在養老設施的空間我們主要提倡回歸於住宅化、家庭化，空間裏面我們要提倡人道性、舒適性、習慣性。現在圖中顯示的是一家小規模的養老設施，外觀上沒有人能看出是養老設施，跟一般的住宅沒有什麼太大的區別，右側是門口的照片。這種所謂的以九個人為一個單位的，主要的入住者是有老年癡呆癱的老年人。

現在照片當中是每個房間的門口的部分，並不是從走廊直接進入到門口，而是走廊到住宅門口會凹進去一個空間，再到房間門口。走廊和房間中間用的是拉窗聯系在一起，這樣也加強了個人空間和公用空間的聯系。而我們從外觀，從街道上來看，並不是很容易就發現哪一家是老年公寓，哪一家是一般的住宅，實際上老年公寓是右邊的圖中所顯示的。

接下來向大家介紹一下近年來在日本養老設施中的與地區性聯系比較密切的設施，在這裏我認為普通的生活主要是在追求我們以前的居家生活模式，什麼是普通的居家生活呢？我們很難定義，大概都是虛擬的概念，而所謂居住模式的典範也是根據時代在不停的變化的。為了保證個人私人空間，尊重個人隱私是普通生活的一部分，公建面積是養老設施接下來需要提高的一部分。什麼樣的養老設施是滿足普通人生活的養老設施呢？這個問題我們也進行了問卷調查，得到了大家現在所看到的這些照片。

比如說圖中所顯示的老年人自己在做自己的事情，或者是完全依從於自己的生活習慣，跟周圍的人聊天等等環境都顯示出了跟家裏一樣的氣氛出來。此外如同我們中國在社區養老一樣，在日本的養老設施的地區有相當緊密的關係，像我們現在圖中所看到的，綠色的部分中間的這部分是監護型的養老設施，而相關的地區性的一些活動包括橙色的部分，包括藍色的部分。橙色的部分是指日本一般的民宅，具體的是右邊這些照片。

剛才地圖上的養老設施，在周圍的這些民宅原本就是一般的住宅，圖中這個是叫中山的家庭住宅，中間的老年人是監護型的養老設施裏面入住的老人，他每天都是工作人員幫他打水，在生活上他自己沒有什麼主動性，只是被迫的等待而已。現在每天進行一些活動，對老年人的每一天都有日間護理，白天從老年公寓來到人家家裏，在這裏每天會有幾個老年人在一起，每天到這裏跟大家一起聊天，度過一天。我們研究室到這家去訪問的時候，正好趕上老年人在這家裏就像一家之主一樣，跟工作人員說客人來了，快給客人倒茶之類的，平常沒有積極主動參與的人在這裏什麼事情都在積極主動的參與。像這樣的住宅是屬於一種跟設施

性關聯性比較強的住宅。

包括我們剛才介紹的先從小規模的與地區性關係緊密聯系的養老設施被廣泛註目著。2006年根據護理管理制度形成了小規模、多功能的在家看護的組合模式，這種模式跟我們中國所說的日間護理的養老模式是一樣，白天往返於養老設施和家裏之間，有必要的時候這個老年人也可以當天住在家裏，不返回養老中心。現在圖中是一個小規模多技能的設施，主要是在一個很傳統的街道的裏面，是由一個造醋的小工廠改造的，現在大家所看到的平面圖，左下角的平面圖是小工廠的平面圖設施，右上角是改造成養老設施之後的平面圖，在設施裏面，像住房的部分跟一般的住宅沒有任何的區別。近年來日本進入高齡化社會，老年人的比例也在大幅度的上漲，現在圖中的表格黃色的部分就是日本的關於今後老年人口的預測，紫色的部分是中國的，大概四十年以後日本老年人口會接近40%。

這是我們可預測的未來的老年人口的總數，在圖中所介紹的調查的這個村的老年人口的比例已經增長到了47.5%，這個村是日本的一個小島村，在這裏由於高齡者的比例已經達到了47.5%，就是兩個人當中就會有一個老年人在地圖當中顏色稍微重一點，黑色的部分，在這裏老年人的生活不僅僅是單純的依賴著養老設施，而是整個地區和整個環境。在日本一般只有在養老設施中才會看到老年人的聚會和聊天，在這裏一般的地方都可以看得見。現在圖中的這些照片就是在剛才的地圖上所看到的灰色的部分，在設施附近的一些老年人的活動。我們認為在不久的將來，社區和養老設施將會變成一體化，老年人就地養老，社區也會變得越來越適合老年人居住。我們現在圖中所看到的是日本長野縣的一家老年中心，是利用一家廢舊的銀行改造的。在日本這種地方性的改造十分常用，因為比新建築要便宜很多，現在圖中所看到的也是原來一家五層的樓房改造成的養老設施，四、五層是養老設施，三層是初中生和高中生的補習班。

現在的這張照片一看好像是一個電影院，但是仔細一看不是，附近的居民就喜歡這個電影院的老建築，外觀並沒有改變，只是內部進行了改修，偶爾還會有人走錯，所以在門口貼出了不是電影院的表示通告。這裏面也保持了一些原有電影院的設施，這個部分是可以讓來這裏的老年人依舊很開心的看那些老電影。在日本，一般的社區附近都會存在商店街，這裏是商店改造的老年人住宅和多功能的養老設施。從老年人的房間裏面可以看到外面來來往往的居民，這樣可以減輕老年人的寂寞感。

最後我認為老年人參與到生活中來是十分必要的，在各有的養老設施當中，護理人員和被看護者存在著一種固定的關係，雖然這是護理人員的工作，護理起來也比較方便，但是對於老年人來說與外界的聯系會減少，生活也會變得單一化，改變護理人員和被護理者的固定的關係，讓老年人參與到平時的瑣事中是十分必要的。

目前的中國國情來講，並沒有過多的涉及到癡呆癱的問題，在日本這是一個相當大的問題，圖中就是一家癡呆癱養老設施的照片，在這裏老年人會參與到日常生活當中來，引導老年人自己動手的能力。現在看到廚房的做飯部分，對這些有認知癱的老年人來講一個人做飯是比較麻煩也是比較困難的，在這裏我們提倡大家互相幫助，共同的完成生活瑣事，不僅可以促進老年人的自立能力，也能夠使大家相互幫助。

現在看到的也是一家老年癡呆癱養老設施的平面圖，在這家養老設施當中並沒有強調設施的種類和概念，而是強調了這裏的老年人自立能力，每個人都自己動手做飯。附近市場的這些商販每周也會固定來到養老設施裏面，去為老年人販賣一些新鮮的蔬果。老年人可以根據自己的收入制訂自己每天的菜單，這種讓老年人自己購物的行為可以幫助老年人預防癡呆癱的發生，這就是我們所說的參與的重要性。

謝謝大家！

主持人 周燕璿：剛才大原先生講的這些研究的內容是他們研究了很長時間，特別的深刻，但是今天因為時間的關係，最終 PPT 的演示不是的好，照片不是特別的看得出來。我用一點點時間把他剛才的講演稍微總結一下。

我先簡單的說一下他說的那些內容當中有幾個重點，第一個是國家的政策經常在改變，房間的大小都變了，他們對老年人的護理設施的要求一個房間不能多於六個人，後來改成了四個人，最近一個房間變成兩個人。還有對智障的研究非常深刻，日本的老人院裏住的都是 80、90 多歲的人，大部分人都有智障的問題，在這方面的研究非常多。剛才說的九個人一組的組團護理就是專門針對智障的老人設立的，他們有變成了空間的小型化的形式了。

他說的地域化的問題，現在不是光組織，回歸社區，日本的房子都是個人住宅，社區的建築都是一個一個的，這種情況下，是小規模多功能的老年人設施，在這點日本也是在政策的支持下做了一個非常好的規劃。此外改造的建築很多，把一些個人的住宅改造了，工廠改造了，我到日本就有這個感覺，街道上原來是一個小商鋪，現在改成了老人院了，密度非常高。還有對街道的改造，促使老人積極活動，這一點日本人都比較內向，做的很多建築上的設計幫助大家互相交流。中國的老人這方面的情況不是特別嚴重，因為中國老人都很喜歡跳舞什麼的，但是高齡化到一定程度以後，老人就不愛動了，這時候需要一些建築和設計使得他們可以動，也是延長壽命的一種方法。非常感謝大原先生！