尼崎市と連携した
居住支援の取り組みから

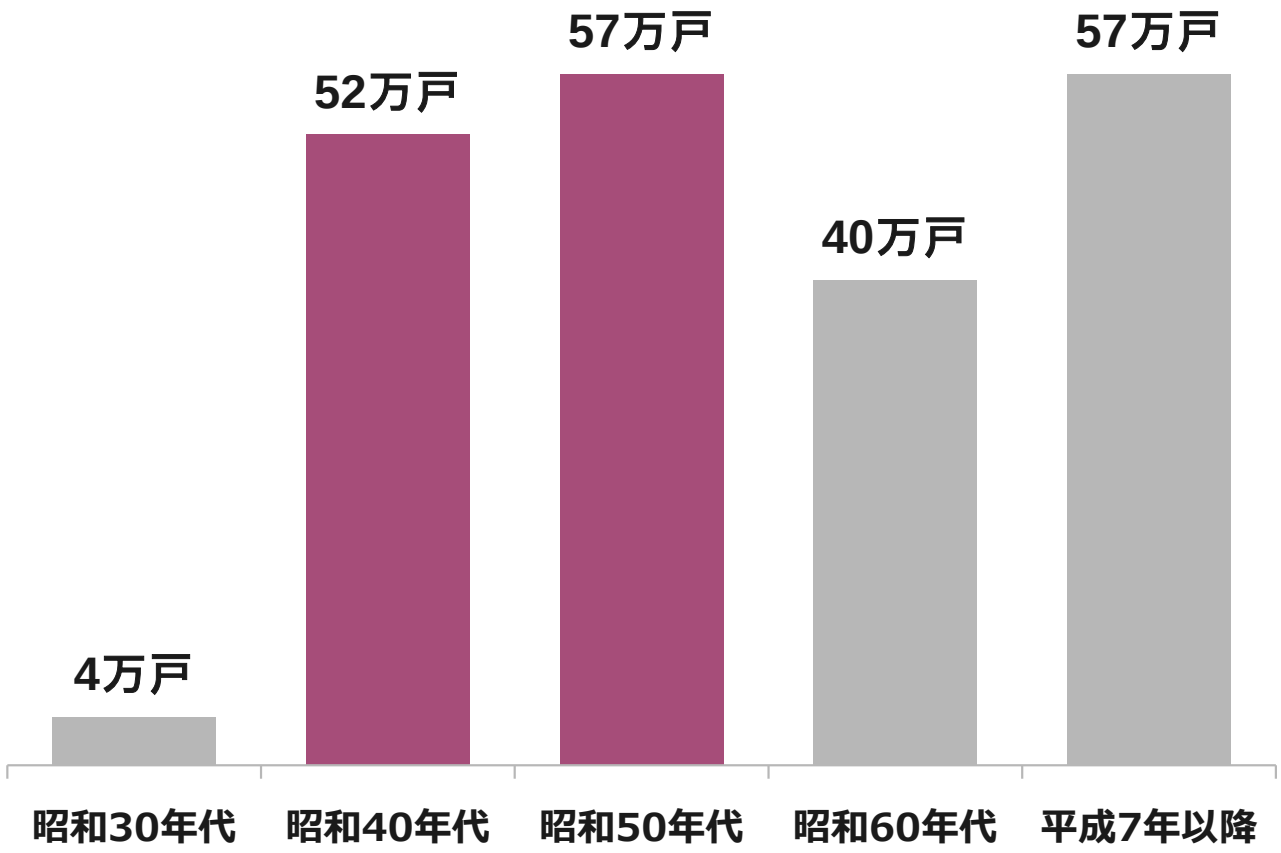
生活協同組合コープこうべ
地域活動推進部　地域連携推進
前田裕保

資料提供
株式会社 シンプレティック

© 2026−2027 Sympletic Inc. All rights reserved.

公営住宅の断熱性の課題

全国の公営住宅 212 万戸の約半分は、断熱の基準ができる前に建った



昭和 40〜50 年代

約 109万戸

断熱がほぼ無いまま
残っている住棟

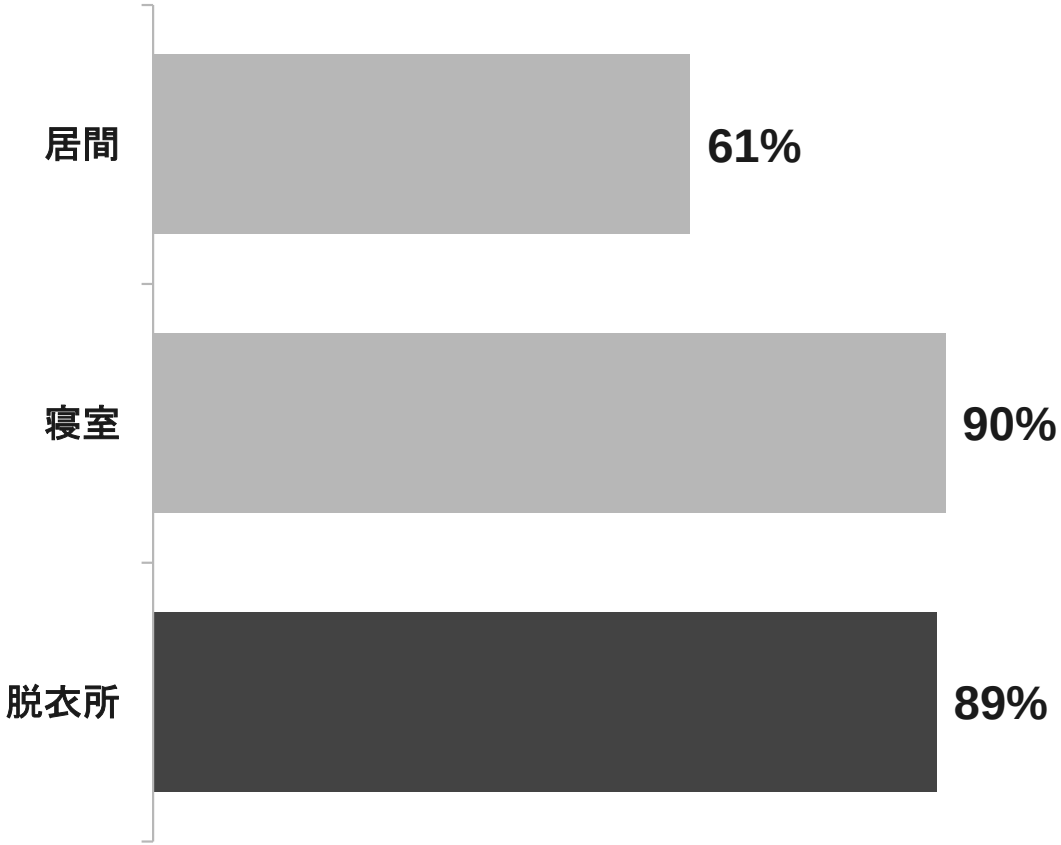
出典: 国交省 関東地方整備局 居住支援推進セミナー資料 (2025)、国総研

© 2026−2027 Sympletic Inc. All rights reserved.

冬の家は寒すぎる

WHO は冬の室温を 18℃ 以上に保つことを強く勧めている

室温が 18℃ を下回っていた住宅の割合



約 1.9 万人

入浴中の急死 (年間の推計)
寒い脱衣所と熱い湯の
温度差が関わる

出典: 国交省 スマートウェルネス住宅等推進調査 (約 2,090 世帯)、厚労省研究班 (2012〜13 年度)

© 2026−2027 Sympletic Inc. All rights reserved.

冬の家は寒すぎる





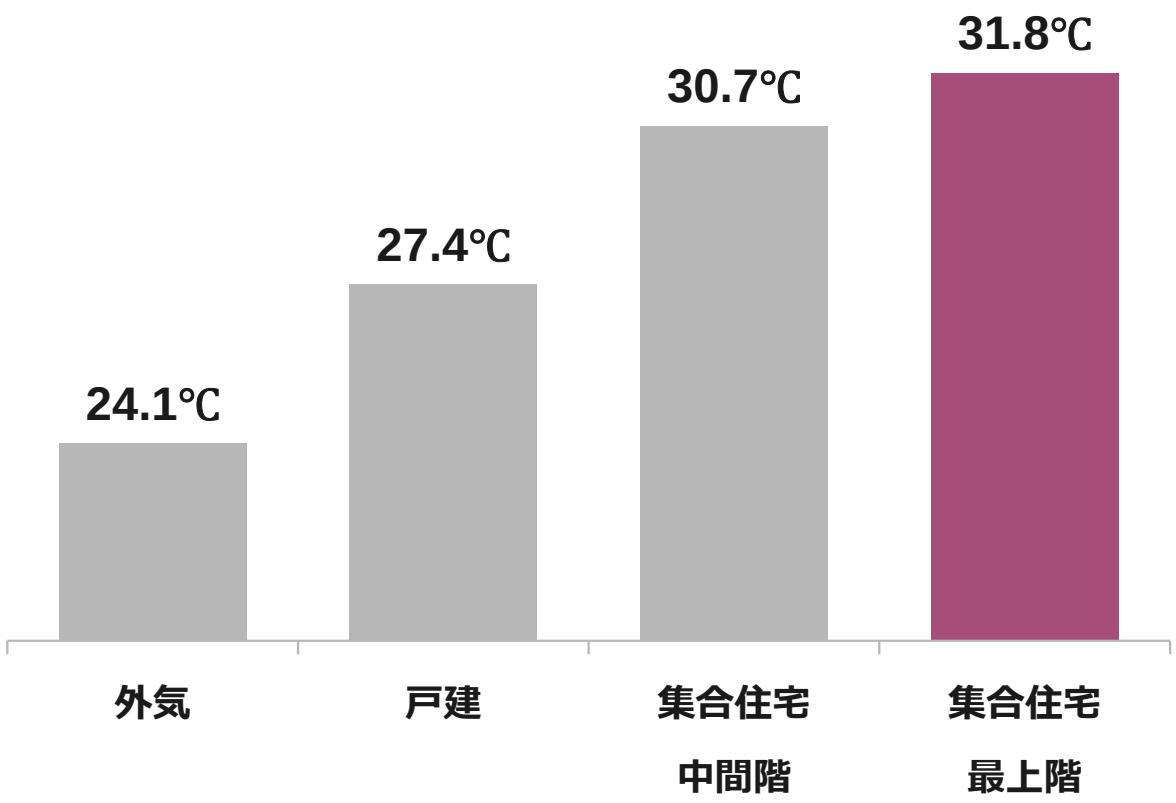


1. 「浴室に換気扇がなく、この窓しかない」⇒かびやすい、虫の侵入
2. 冬場の深刻な寒さ⇒アルミサッシ＋単板ガラスのため冷気が伝わりやすい
3. 通路側に風呂窓がある団地もあり、防犯面でも課題

夏の家は夜も暑い

古い RC造 の集合住宅は、外が涼しくなっても朝まで室温が下がらない

夏の夜の室温 (東京都多摩市の高齢者宅 57 軒の実測)



+7.7℃

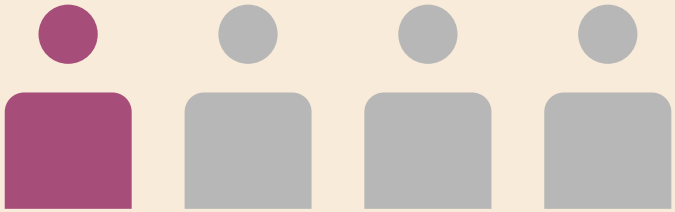
外気が 24.1℃ まで下がっても
最上階の室内は 31.8℃

出典: 厚労省 熱中症対策検討会 (2012、伊香賀ら)

© 2026−2027 Sympletic Inc. All rights reserved.

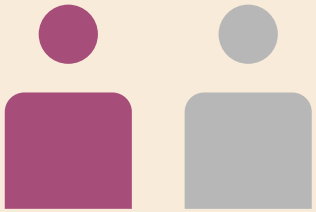
光熱費を払えず、我慢している

冬は上着を着て過ごし、夏は冷房を控える。窓の隙間は段ボールで塞ぐ



約 1/4

母子世帯・単身高齢者のうち
光熱費が所得の 10% を超える世帯



約半数

生活保護を受けている人のうち
電気代を理由に冷房を我慢する人

出典: Okushima (Energy Policy 2016)、アーラリンク調査 (2026、生活保護受給者 378 人)

© 2026–2027 Sympletic Inc. All rights reserved.

光熱費を払えず、我慢している







1. 「ガラスとガラスの隙間から隙間風が入って。寒い段ボールでふさいでいる」
2. 「アルミサッシの気密性が低くて寒い」
3. 「結露やカビをどうにかしたい」
4. 「部屋の換気」「ガスの不完全燃焼防止」「結露の防止」のために設置された空気穴が風を通しすぎて暑かったり、寒かったり

既存事例

古い団地・公営住宅の改修で、室温も健康も目に見えて変わった

横浜の無断熱の団地

UR 賃貸・1975 年入居開始

+2〜3℃

最も寒い日の室温
(改修しない部屋と比べて)

やったこと

- 壁にコルクボードを貼る
- 間仕切り戸にプラダン
- 窓をペアガラスに
- 玄関前に厚手のカーテン

札幌市の市営住宅

里塚団地・RC 造 5 階建て

−43%

灯油の使用量
(5 世帯の平均)

やったこと

- 内窓を Low-E 複層ガラスに
- 屋根・床・外壁に断熱を追加

ニュージーランド

低所得の 1,350 世帯

−50%

子どもの学校の欠席
(断熱しない家と比べて)

やったこと

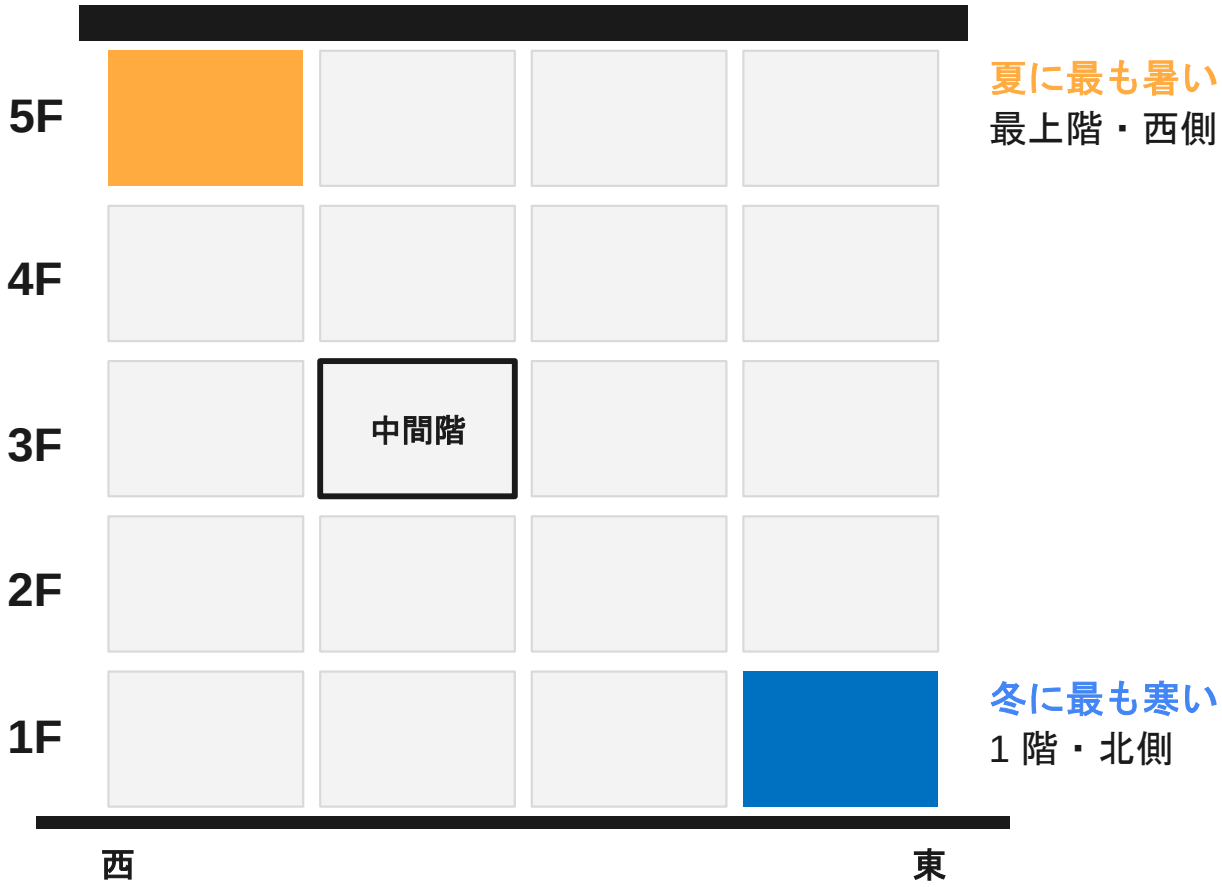
- 天井に断熱材を入れる
- すき間をふさぐ

出典: 横浜国立大学ほか (人間-生活環境系シンポジウム 2017)、札幌市 (2020)、Howden-Chapman ら (BMJ 2007)

© 2026−2027 Sympletic Inc. All rights reserved.

何から直せばよいかが分からない

住戸の位置と季節によって、寒さ・暑さも改修の効果も変わる



約 2.5 倍

最上階・西側の住戸の
冷暖房エネルギー
(中間階の住戸と比べて)

出典: 広瀬・高口 (日本建築学会環境系論文集 2011)

© 2026−2027 Sympletic Inc. All rights reserved.

今回の取り組み

居住支援に使われている市営住宅の住戸で、冬の室内を測って計算する

聞き取り	実測	シミュレーション	報告
11 月	12 月	12〜1 月	1 月下旬
どこが寒いか 入居者に聞く	温湿度計を 4〜5 か所に置く	図面から住戸を 3D で計算する	改善策の効果と 順番を伝える

体制

コープこうべ	みつば電気	Sympletic
住戸の選定・調整	実施主体	実測・シミュレーション

© 2026−2027 Sympletic Inc. All rights reserved.