

4.4 1940–70-lukujen pientalojen soveltuvuus senioriväestön tarpeisiin

Tuula Jeker

4.4.1 Tavoitteet

Ikääntyvän väestön osuuden kasvaminen luo paineita tuottaa senioreille soveltuvaa asuinympäristöä. Uudisrakentamisen lisäksi myös nykyistä olemassa olevaa rakennuskantaa pyritään kehittämään.

Tutkimuksen tärkeimpänä tavoitteena oli selvittää edellytyksiä ikääntyneen omatoimiselle asumiselle pientalossa. Tavoitteena oli tarkastella nykyisen olemassa olevan 1940–70-lukujen pientalokannan soveltuvuutta ikääntyvien tarpeisiin ja selvittää, millainen asunto tukee ikääntyneen asukkaan itsenäistä selviytymistä, mitkä asiat asunnossa ovat asukkaalle merkityksellisiä ja millä tavalla asukkaat suhtautuvat erilaisiin elämää helpottaviin muutoksiin.

Tarkastellaan asunnon ja siellä tapahtuvan toiminnan lisäksi ikääntyneen arkeen vaikuttavia muita tekijöitä, kuten pihaa ja lähiympäristöä, sillä ei voi olettaa ikääntyneen elämänlaadun perustuvan vain asunnon toimivuuteen. Asuntojen osalta tavoite oli tarkastella asumisen eri toimintojen mahdollisuuksia ja toimintojen eri tiloille asettamia vaatimuksia. Tavoitteena oli luoda tietojen perusteella kehittämissuosituksia, joissa käsitellään rakennukseen kohdistuvien muutosten lisäksi palvelujen ja vuokrattavien välineiden tarjoamia mahdollisuuksia. Ratkaisujen on tarkoitus palvella asukasta ja suunnittelijaa korjaus- ja uudisrakentamisessa. Tärkeää oli myös selvittää, millainen korjaus on saavutettuun hyötyyn nähden liian raskas ja siten epämielekäs.

4.4.2 Toteutus

Tutkimus on toteutettu *case-tutkimuksena*, jonka kohdealueeksi TSA-hankkeessa mukana olleet Oulun kaupungin edustajat ehdottivat Karjasiltaa, Nokelaa ja Höyhtyä. Alue sijaitsee Oulun keskustan tuntumassa ja sen väestö on suhteellisen iäkästä.

Koska ikääntyneen asumisesta pientaloissa on vain vähän kirjallisuutta, on selvitetty asukkaiden tarpeita nyt ja tulevaisuudessa haastatteleamalla 16 56–90-vuotiasta asukasta kohdealueelta. Alueelta saadut esimerkkikohteet, joissa haastatellut asuivat, edustavat aikakaudelle tyypillisiä pientaloja. Haastatteleminen lisäksi on kerätty aineistoa *havainnoimalla* ikääntyneen asuntoa ja ympäristöä. Asuntokohtaisessa inventoinnissa käytettiin toiminnallisuuden arvioinnin perusteena asukkaan omaa kykyä toimia asunnossaan. Haastattelujen jälkeen on hankittu Oulun rakennusvalvontavirastosta tutkittujen rakennusten piirustukset, joiden avulla on esitetty kehittämissuosituksia.



Kuva 1. Jälleenrakennuskauden rakennuskantaa. (Kuva: Anu Soikkeli)

4.4.3 Tulokset

Haastatelluista suurin osa selvisi päivittäisistä toiminnoista itsenäisesti. Avuntarve ilmeni ensimmäiseksi pihatöissä kuten lumenluonnissa ja haravoinnissa ja raskaissa taloustöissä kuten ikkunoiden pesussa. Haastatelluista yksin asuvat naiset käyttivät eniten alueen pienkiinteistöyhdistyksen tai asukastuvan tarjoamia kiinteistöhoidollisia palveluita, joista tiedotettiin hyvin. Kaksi haastateltavaa kertoi, kuinka vaikeaa apua oli ollut saada, kun asukas- ja pienkiinteistöyhdistyksiä ei vielä ollut. Vaikka kaikki haastatellut eivät käyttäneetkään palveluita, he kokivat, että tieto avun saatavuudesta antoi varmuutta arkeen.

Kunnan tarjoamia kotipalveluita käytti säännöllisesti kuusi haastateltavaa. Kahdella oli ollut jaksoja, jolloin heille oli tuotu palveluja kotiin, mutta kuntoutumisen jälkeen he olivat luopuneet näistä. Haastateltavat pitivät saamiaan palveluita hyvinä ja etenkin kotipalvelun työntekijöitä haastatellut kehuivat ystävällisiksi. Haastateltavat sanoivat ymmärtävänsä, ettei työntekijöillä ollut aikaa jäädä rupattelemaan, mutta muuten he hoitivat työnsä hyvin.

Omaishoitajina toimineet haastatellut kokivat tuen hyvin palkitsevana, kun hoidettavana oli joka tapauksessa itselle rakas henkilö. Haastateltava toivoi kuitenkin, että myös pitempiä laitosjaksoja olisi helpompi saada hoidettavalle, koska työ oli hyvin raskasta. Ikääntyneiden lapset, jotka asuivat vanhempiensa kanssa ja auttoivat näitä säännöllisesti, eivät toimineet omaishoitajina, koska omaishoito sitoi ja vaikutti tuloihin ja tukiin.

Apua haastateltavat tarvitsivat jonkin verran peseytymisessä ja ruoanlaitossa. Rajoittuneet liikeradat vaikeuttivat yhden haastatellun pukeutumista. Kaksi haastateltavaa ei liikkunut lainkaan portaissa yksin. Lisäksi pyykinpesu tuotti vaikeuksia neljälle haastatellulle.

Pankkiasioissa luotettiin omiin lapsiin, eikä haluttu muita niitä hoitamaan.

Monet epävarmasti liikkuvat katselivat hyvin paljon TV:tä päivän aikana. Vaikka TV tarjosi ajankulua, koettiin sen kuitenkin vähentävän sosiaalisia kontakteja.

Vain kaksi haastateltavaa koki olonsa turvattomaksi kotonaan. He eivät uskaltaneet avata ovea, jos eivät tienneet, kuka oli tulossa. Pientalojen ikkunallista kuistia, josta näki tulijan hyvin, ei pidetty ainoastaan myönteisenä asiana, koska haastatellut kokivat, että tulija näki ulkoa heidän heikkoutensa. Kolmella haastatellulla oli käytössään turvaranneke ja he kertoivat luottavansa avun saantiin, jos hätä tulee. Sähköpyörätuolissa olevalle turvaranneke oli hyvin tärkeä pyörätuolin jumittumisen varalta. Pariskunnista kenelläkään ei ollut turvaranneketta, koska he luottivat siihen, että toinen on turvana.

Apuvälineiden saatavuudesta tiedettiin aika hyvin. Luottamus siihen, että tarpeen tullen apuvälineitä ja kotipalveluja saisi, oli vahva. Toisaalta muun avun saamisesta ei juuri tiedetty.

Haastatellut eivät kokeneet asumismuutonsa vaikuttavan vieraiden määrään. Pientalossa asuminen tuntui tärkeältä kuitenkin lasten kannalta. Se oli lapsuudenkoti ja talossa oli riittävästi tilaa *"lastenlasten tulla yökyllään"*. Puhelin oli kymmenelle haastatellulle hyvin tärkeä yhteydenpitomuoto, pyörätuolissa olevalle haastatellulle se oli ehdottoman tärkeä. Eräs auton haastateltava sanoi, että puhelimen avulla voi päivittäin säilyttää tuntuman yhteydestä muihin, vaikka muuten kotoa lähteminen olisi hankalaa.

Asukastuvalla oli merkitystä myös osallistumisen kannalta, koska asukastuvan järjestämiin retkiin tuntui olevan helppo osallistua. Eräälle haastateltavalle retket olivat tosin liian *"mummomaisia"*.

Kaikki haastatellut olivat asuinalueeseensa tyytyväisiä. Ikkäkömpinä alueelle muuttaneet olivat tietoisesti etsineet pientaloa juuri tutkitulta alueelta keskustan läheisyyden takia. Kun haastatelluilta kysyttiin, mikä oli heille erityisen tärkeää asuinalueella, esiin nousivat rauhallisuus ja vehreys. Myös palveluiden läheisyyttä pidettiin tärkeänä. Aluetta pidettiin yleisesti hyvin toimivana ja alueen oma terveyskeskus sai hyvin paljon positiivista palautetta.

Ulkona liikkumista pimeällä pelättiin jonkin verran. Kaatumista pelkäsivät heikkokuntoisimmat ja vanhimmat haastatellut. Heikko kunto lisäsi myös väkivallan pelkoa, jopa niin paljon, ettei yksi haastateltavista poistunut kotoaan lainkaan.

Parannuksia alueelle toivottiin lähinnä lumen auraukseen. Monet haastatellut kokivat aurauton pihan ja tien väliin jättämän kinoksen vaaralliseksi ja vaikeuttavan postin hakua.

Kun haastatelluilta kysyttiin pihan merkityksestä, ilmeni, että piha oli omakoti- ja paritaloasukkaille oleellinen osa asumista. Hyväkuntoiset haastateltavat eivät sanoneet, että oma piha lisäsi ulkoilun määrää, mutta epävarmasti liikkuville haastatelluille piha oli ensiarvoisen tärkeä. Pihalla uskalsi olla, koska tiesi pääsevänsä lepäämään tarpeen tullen. Kesällä suurin osa heikommassakin kunnossa olevista selviytyi sisäänkäynnin portaista pihalle ja saattoi siellä puuhastella. Tärkeää oli myös, että omalla pihalla sai asiat tehdä omaan tahtiin. Pieni haravointikin saattoi olla ylpeydenaihe heikkokuntoiselle. *"Voin kertoa naapurille ja se saa sitten ihmetellä"*. Yleisin toive pihalle oli kuiva istuskelupaikka, jossa saattoi keväällä ja syksylläkin oleskella. Haastatellulle pyörätuolin käyttäjälle kuistin yhteyteen rakennettu terassi oli kesäisin elinehto. Kuistilla saattoi hoitaa ruukkukasveja ja kuistiin on myös helpompi liittää pyörätuolin vaatimat pitkät luiskat.

Haastateltujen asunnoista pienimmissä oli kolme asuinhuonetta ja keittiö. Suurimmissa oli neljä makuuhuonetta, suuri olohuone ja keittiö. Kaikki asunnot olivat omistusasuntoja. Asunnoissa oli tehty vain vähän muutoksia ikääntyneen asumisen helpottamiseksi. Wc- ja pesutiloja oli muutettu kahdessa kohteessa ja tukikaiteita ja -kahvoja lisätty kuuteen kohteeseen. Vapaisiin kulkureitteihin oli kiinnitetty erityisesti huomiota vain kahdessa kohteessa. Kynnyksiä oli poistettu kuudessa kohteessa, mutta niistä vain kahdessa oli toimeen ryhdytty selviytymisen helpottamiseksi.

Jälleenrakennuskauden omakotitalojen haastatellut asukkaat pitivät asunnon sisäisiä portaita hankalina ja ahtaina. Jyrkimmissä portaissa nousu saattoi olla jopa 24 cm ja etenemä saman verran. Pari- ja rivitaloissa oli kerrosten välisten portaiden lisäksi eteisessä tasoeroja, mikä tekee niistä pyörätuolin käyttäjää ajatellen hankalat. Kukaan ei kuitenkaan kokenut portaita esteeksi tämänhetkisellemme asumiselle. Jälleenrakennuskauden pientalojen eteistilat olivat ahtaat. Rakennuksiin on kuitenkin useimmiten lisätty kuisti, jolloin säilytystilaa, joskin lämmittämätöntä, on runsaasti käytössä. Paritaloista vain yhdessä oli erillinen kuisti. Paritaloja lukuun ottamatta eteistilat olivat yllättävänkin valoisia. Omakoti- ja rivitaloissa oli eteisessä ikkuna vähintään kuistille tai ulko-ovi oli ikkunallinen.

Vain pyörätuolin käyttäjälle oli rakennettu uusi wc, muut epävarmasti liikkuvat kykenivät käyttämään pientäkin wc:tä ongelmitta, sillä tukikahvat korvasivat rollaattorin tarpeen. Rivitaloissa ongelmallisinta oli wc:iden puute maantasokerroksessa, kun wc:t oli sijoitettu toisen kerroksen pesutiloihin. Wc:itten ongelmana lähes kaikissa kohteissa oli säilytystilan puute.



Kuva 2. Jälleenrakennuskauden 1½ kerroksisia pientaloja. (Kuva: Anu Soikkeli)

Pesutiloissa oli kaikkien vuosikymmenten kohteissa ongelmallisinta niiden sijoittuminen muualle kuin ensimmäiseen kerrokseen. Rintamamiestaloissa pesutilojen taso vaihteli eniten, sillä niissä on ehtinyt sukupolvi vaihtua ja se on vaikuttanut korjausten määrään. Niissä ja paritaloissa pesutilat sijoituivat kellariin saunan yhteyteen. Rivitaloissa pesutilat sijoituivat alkujaankin toiseen kerrokseen ja ne oli mitoitettu tehokkaasti niin, että pesukonekin mahtui muiden kalusteiden jatkoksi. Alkuperäinen amme oli poistettu yhdeltä rivitaloasukkaalta. Muut kertoivat, että varovaisuutta vaadittiin ammeeseen noustaessa ja siellä kylpiessä.

Säilytystiloja ja laskupintaa oli vähän. Pesutilat olivat kuitenkin tilavat ja säilytystilaa saisi helposti lisättyä. Saunat olivat hyvin tilavia, mutta ne sijaitsivat kaikki kellarikerroksessa, jolloin ne eivät tilavuudestaan huolimatta palvele liikuntaesteisiä. Kaikissa omakotitaloissa pesukone ei ollut pesutiloissa vaan muualla kellarissa. Silittäminen ja muut vaatteiden huoltoon liittyvät työt tehtiin useimmiten kellarin harrastetiloissa. Kellareissa oli yleisesti verrattain huono valaistus ja osalla vanhemmista haastatelluista oli pinoittain tavaraa seinien vierustoilla.

Kaikilla haastatelluilla oli keittiössään riittävästi tilaa ruokapöydälle. Astianpesukonetta käytti vain puolet haastatelluista. Monet kokivat, että heillä on riittävästi aikaa tiskata käsin. He sanoivat myös, ettei likaisia astioita tule riittävästi yksin asuessa. Kaapistojen korkeus on kasvanut hieman 1940-luvulta ja etenkin ikääntyneimmät haastatellut valittivat astiankuivauskaapin hyllyjen olevan liian korkealla.

Haastatelluista pyörätuolin käyttäjälle muutokset asunnossa olivat olleet välttämättömiä, jotta hän oli voinut jäädä asumaan kotiinsa. Muiden elämää muutokset lähinnä helpottivat. Ne ikääntyneet, joilla oli vaikeuksia portaissa, kysyivät suoraan, mihin pesutilat saisi parhaiten sijoitettua asuinkerrokseen. Heille oli kuitenkin tärkeää säilyttää asuintilat mahdollisimman ennallaan, eikä suuriin muutoksiin oltu valmiita ryhtymään, koska koettiin, että muutosten tuoma hyöty olisi lyhytikäistä.

Vain neljä haastatelluista tiesi, mistä oli mahdollista saada apua korjausten suunnitteluun ja rakentamiseen. Erään haastatellun kohdalla ongelmaksi oli muodostunut pankkien haluttomuus myöntää lainaa eläkeläiselle, vaikka vakuudeksi oltaisi saatu omakotitalo suosituilta asuinalueelta. Kotien ollessa yksityistä aluetta saattavat asukkaat, omaiset ja avustajat olla eri mieltä muutostöiden tarpeellisuudesta. Omaisten huolenaiheena on usein, kuinka asunto voidaan palauttaa ennalleen tarpeen poistuttua ja kuinka muutos alkuperäiseen maksetaan. Riittävän laadukkaalla suunnittelulla ja järkeillä ratkaisuilla voidaan välttää hätäratkaisut ja pyrkiä yleisellä tasolla parempaan asumiseen, mikä ei suinkaan laske asunnon arvoa.

Kolme nuorinta haastatelluista ei ollut valmis asunnon muutostöihin, vaan he pitivät muuttamista varteenotettavampana ratkaisuna. Suurin osa haastatelluista halusi kuitenkin asua kotonaan niin pitkään kuin mahdollista. Muuttohalukkuuteen vaikutti eniten pelko terveyden huononemisesta ja kiinteistönhoidon raskaus. Muuttoon suhtautuminen oli kuitenkin hyvin tapauskohtaista. Jos haastatellulla oli kesäasunto, muuttaminen osakkeeseen keskustaan oli todennäköisempi vaihtoehto kuin kaupungin ulkopuolelle muuttaminen.

Kun asukkailta kysyttiin, mitä he erityisesti jäisivät kaipaamaan, jos joutuisivat muuttamaan muualle, lähes kaikissa vastauksissa toistui oma rauha ja vapaus hoitaa itse omia asioita. Omaa pihaa kaipaisi usea. Myös tuttuus ja asunnossa eletty elämä olivat asukkaille tärkeitä. *"Tällä hetkellä on rakas tämä koti."*

4.4.4 Kehityssuositukset

Hyväkuntoinen seniori elää ja asuu ympäristössä, jossa hän on tottunut toimimaan. Hän on aikanaan valinnut asumismuodokseen itselleen mieluisan pientalon, joka tarjoaa puitteet harrastuksille. Kehittämissuosituksissa pientalon tarjoama elämänlaatu onkin ollut esteettömän selviämisen ohella tärkeä näkökulma. Tärkeää on hyväkuntoisenkin tiedostaa, että ikääntyminen tuo tullessaan muutoksia ja jos asunnossa on suuria puutteita, olisi ne helpompi korjata ajoissa. Eläkkeelle siirtyville olisi hyvä jakaa muuttuneeseen elämäntilanteeseen sopivaa tietoa koti- ja vapaa-ajan tapaturmien ehkäisystä. Tietoisuus apuvälineistä, asunnon muutostöistä, kotivavusta ja niihin saatavista avustuksista lisää turvaa ja varmuutta paremmassakin kunnossa olevan ikääntyneen elämään. Etenkin terveyskeskuksissa olisi hyvä olla saatavilla olevasta avusta kertovia esitteitä, sillä ikääntyneet olettavat saavansa tietoa nimenomaan lääkäreiltä.

Vain jonkin verran apua tarvitsevalle tärkeintä on avun helppo saatavuus. Asukastupien kaltainen toiminta on hyvin kannatettavaa, sillä palvelujen saatavuuden lisäksi ne tarjoavat sosiaalisia kontakteja. Asukastuvilla on yhteiskäyttöön tarkoitettua tilaa, joka riittää muodostamaan puitteet harrastustoiminnalle.

Ikääntyneissä on paljon sellaisia, jotka eivät autoile. Siksi ympäristön helppokulkuisuus ja lähikaupat ovat tärkeitä. Lumen aurausta voitaisiin kehittää niin, että aurausautot hoitaisivat ikääntyneiden pihalle kulun helpommaksi sopimuksen mukaan.

Epävarmasti liikkuvalla tärkeintä olisi mahdollistaa asumisen kaikki toiminnot ensimmäisessä kerroksessa. Koska ikääntynyt ei ole valmis suuriin muutoksiin, on syytä pyrkiä mahdollistamaan asuminen pienin toimenpitein. Tutkituissa rakennuksissa ongelmallisinta oli kylpyhuoneiden sijoittumien muihin kuin ensimmäiseen kerrokseen. Jos kylpyhuone toteutetaan rungon sisäisenä ja tilaa ei ole paljon käytettävissä, on hyvin suotavaa, että ratkaisua kokeillaan apuvälinelainaamossa Kokeilukodin kaltaisessa ympäristössä. Näin saavutetaan asiakkaan kannalta toimivin ratkaisu.

Ulkoportaat eivät aiheuta samalla tavalla ongelmia kuin kellarin portaat. Sitten kun ikääntyneen kulkeminen niissäkin vaikeutuu, olisi hänelle syytä mahdollistaa ulkona oleskelu esimerkiksi terassilla. Terassin yhteyteen on myös helpompi lisätä luiska. Luiska erottuu usein alkuperäisestä rakennuksesta, mutta hyvällä suunnittelulla myös siitä voidaan tehdä osa rakennuksen arkkitehtuuria. Luiska kannattaa myös suunnitella siten, että sen voi tarpeen poistuttua purkaa ilman, että rakennus kärsii esteettisesti tai toiminnallisesti. Muutoksia tehtäessä on syytä muistaa, että talon ikä on pitempi kuin yhden sukupolven. Hyvin suunniteltu esteetön rakennus palvelee myös lapsiperheiden tarpeita ja tilava eteisen yhteydessä oleva kylpyhuone helpottaa kodinhoitoa. Rakennuksia, joissa on tehty muutostöitä, voitaisiinkin pitää aidosti elinkaariasumista palvelevina.

Erittäin huonokuntoiselle ei kannata suunnitella kotiin sairaalahuoneen kaltaisia ratkaisuja, joissa kylpyhuone on makuuhuoneen yhteydessä. Järkevämpää on suunnitella kylpyhuone alkujaankin helposti saavutettavaksi. Sen sijaan sekä vuokrattavien välineiden että kiinteiden kalusteiden suunnitteluun tulisi kiinnittää enemmän huomiota, sillä kotiin ei haluta laitospaikkaa tunnelmaa.

Parhaassa tapauksessa kotona asumista tukemalla voidaan vähentää turhia ja voimia vieviä muuttoja, jotka eivät välttämättä helpota elämää suuresti. Kuitenkin tulisi muistaa, että kotona asumisen tukemisen lisäksi myös laitospaikkoja ja palvelutaloja tarvitaan. Tärkeää on, että tarjolla on sopiva määrä erilaisia vaihtoehtoja ikääntyneiden tarpeiden mukaisesti.