

玄関リフォームのポイント

玄関

Entrance

玄関は、生活の範囲を広げるために重要な空間です。外出が可能になることは社会とのつながりを保ち、意欲の向上にもつながります。安全に外出するためには段差の解消、クツの着脱等のスペースの確保、収納スペースの確保、滑り止め・補助手すりの設置等の工夫が必要です。

下駄箱 (対象外)

- 扉の取手は握りやすい形状にします。
- 取出ししやすい高さのものにします。

玄関扉 (対象外)

- 扉の有効幅は750mm (推奨800mm) 以上にします。
- 開き戸の場合は風にあおられても急激に閉まらない様にドアクローザーを設けます。

足元灯 (対象外)

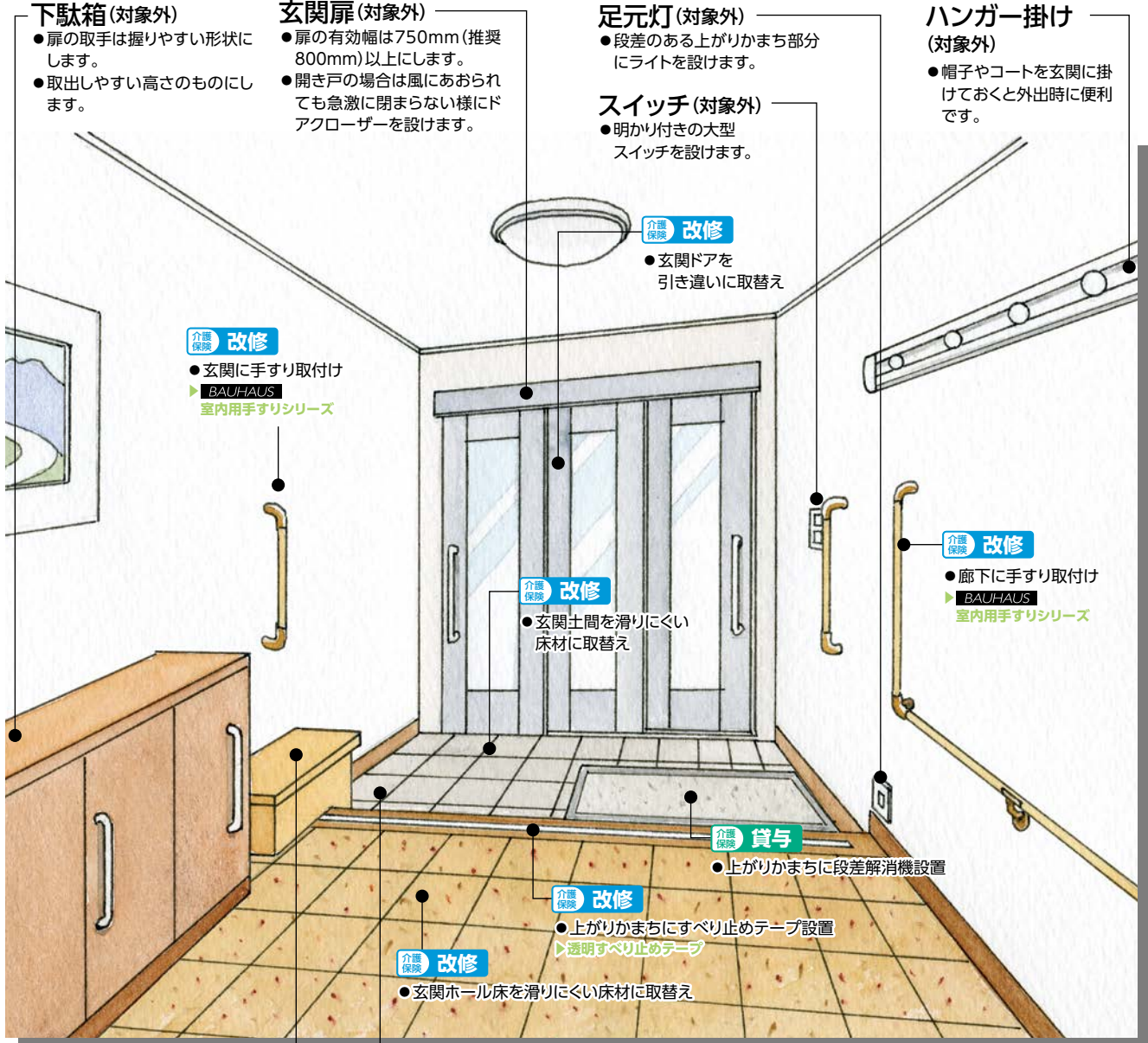
- 段差のある上がりかまち部分にライトを設けます。

スイッチ (対象外)

- 明かり付きの大型スイッチを設けます。

ハンガー掛け (対象外)

- 帽子やコートを玄関に掛けておくと外出時に便利です。



固定いす (対象外)

- 上がりかまちの昇降や車いすからの移乗などにしっかりと固定されたいすがあれば便利です。
- クツの着脱スペースとして便利です。



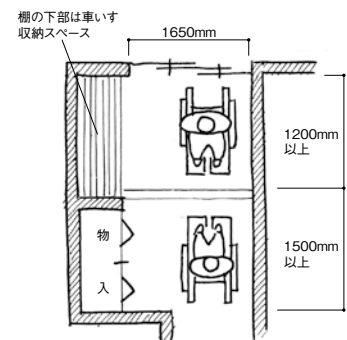
車いすを利用する場合

- 車いすの収納スペースを確保します。
- 土間の広さは有効で幅1100mm、奥行1200mm以上必要です。
- 雑巾置場を設けると便利です。
- 上がりかまちに簡易スロープを設ける場合は勾配に注意します。

段差 (mm)	350	250	200	120	80	60
緩和勾配	1/8 以下	1/7 以下	1/6 以下	1/5 以下	1/4 以下	1/3 以下

※年金バリアフリー住宅設計マニュアルより

上がりかまちははさんで車いすを乗り移る場合



※福祉住環境コーディネーター検定試験2級® 公式テキスト新版より

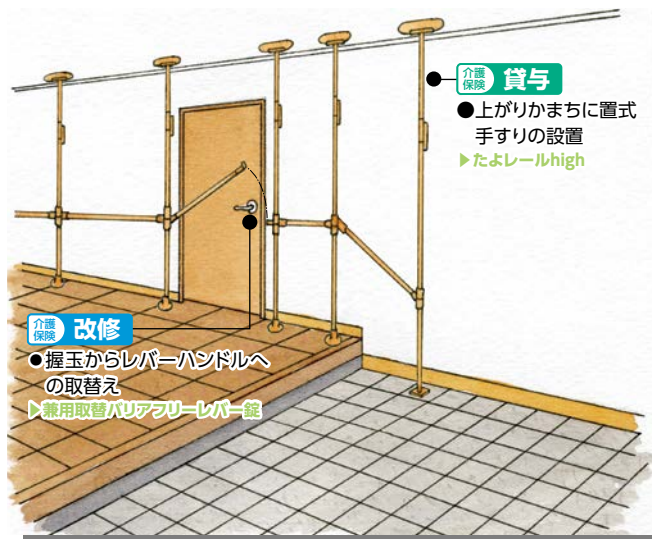
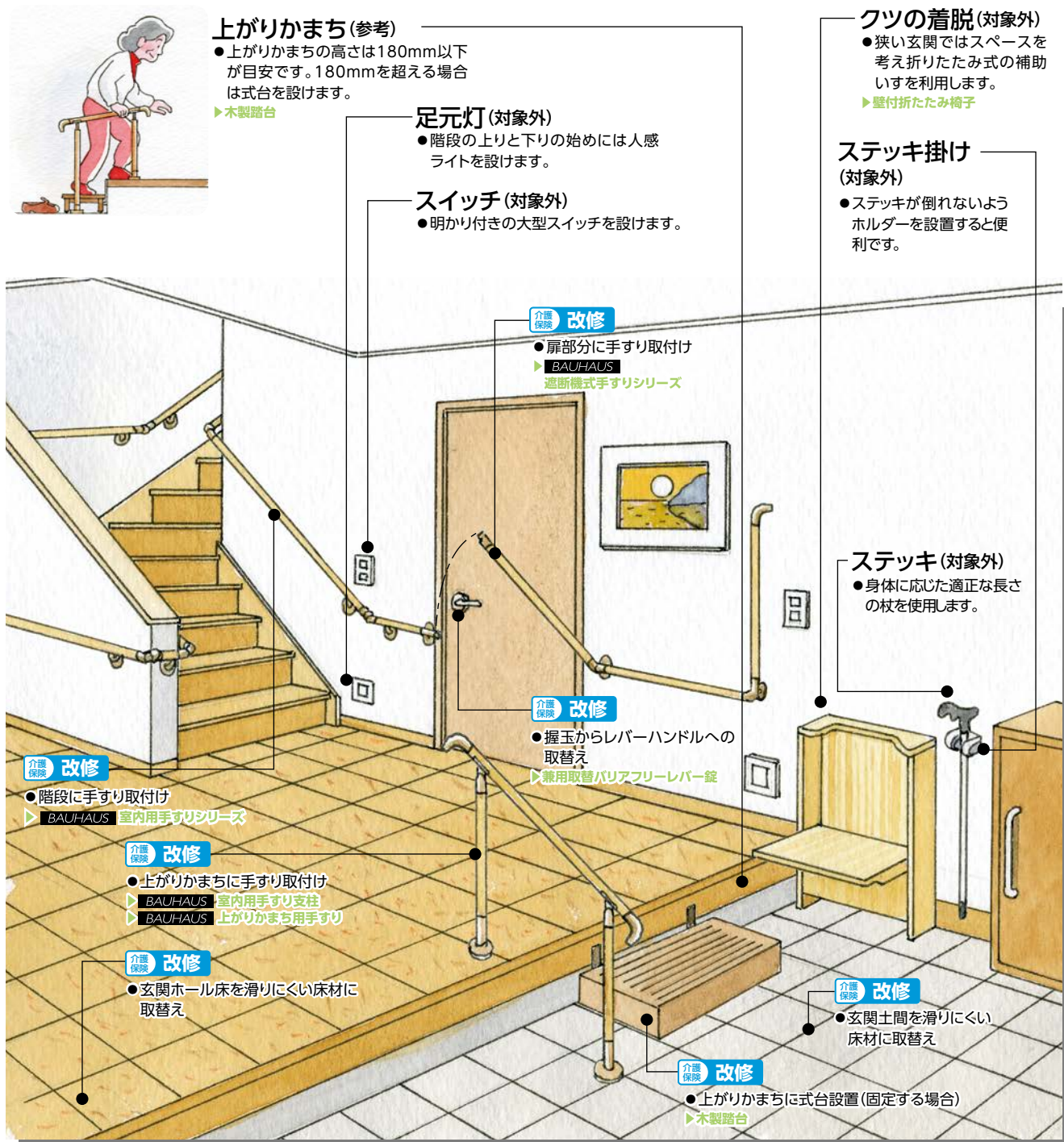
※転倒・転落を防ぐため、階段などの段差付近や足元が滑りやすい場所では、必ず手すりを連続させてください。

バリアフリーリフォームのポイント

豆知識

技術資料

玄関リフォームのポイント



階段・廊下

Stairs&Corridor

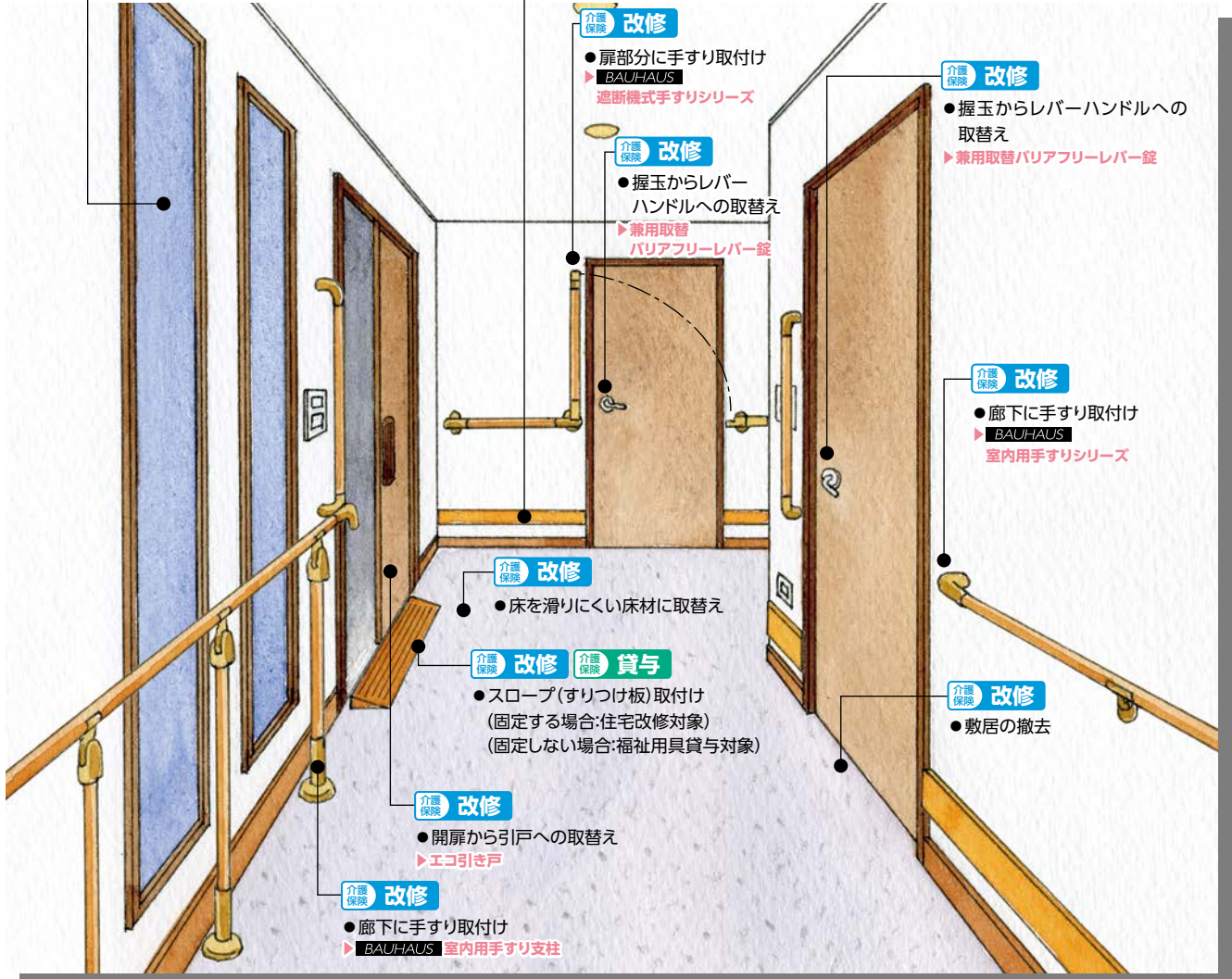
階段・廊下は住宅内の各部屋を利用するための重要な移動スペースです。自立するには、行きたい部屋に不自由なく行けることが大切です。安全に移動するためには、段差の解消、滑り止め、補助手すり等の工夫が必要です。

窓(対象外)

- 十分に採光できるようにします。
- 開閉の容易な鍵を使いやすい高さに設けます。

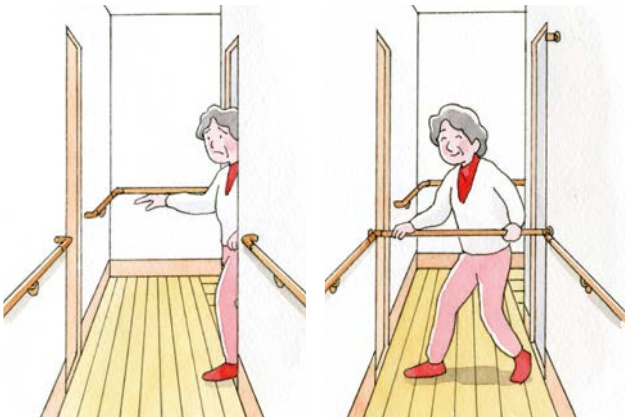
車いすを利用する場合(対象外)

- 車いすによる壁の破損防止のためキックプレート(ストレッチャー)を設けます。
- 曲りのある廊下には、コーナーガードを設けます。



廊下横断用遮断機式手すり(住宅改修)

- 廊下を楽に横断できる手すりがあれば便利です。
- ▶ BAUHAUS 遮断機式手すりブラケット直角型N



引戸用引手(対象外)

- 車いすを利用する場合、引手やハンドルは座った姿勢でも手の届きやすい長めの物を選びます。

ドアハンドル(住宅改修)

- 握玉からレバーハンドルへ取替えれば、握力の弱い方でも開閉しやすくなります。
- ▶ 兼用取替バリアフリーレバー錠



襖用手すり(対象外)

- 襖や障子の前には、脱着可能な手すりがあれば便利です。
- ▶ BAUHAUS 襖用脱着手すり



※転倒・転落を防ぐため、階段などの段差付近や足元が滑りやすい場所では、必ず手すりを連続させてください。

補助すり(参考)

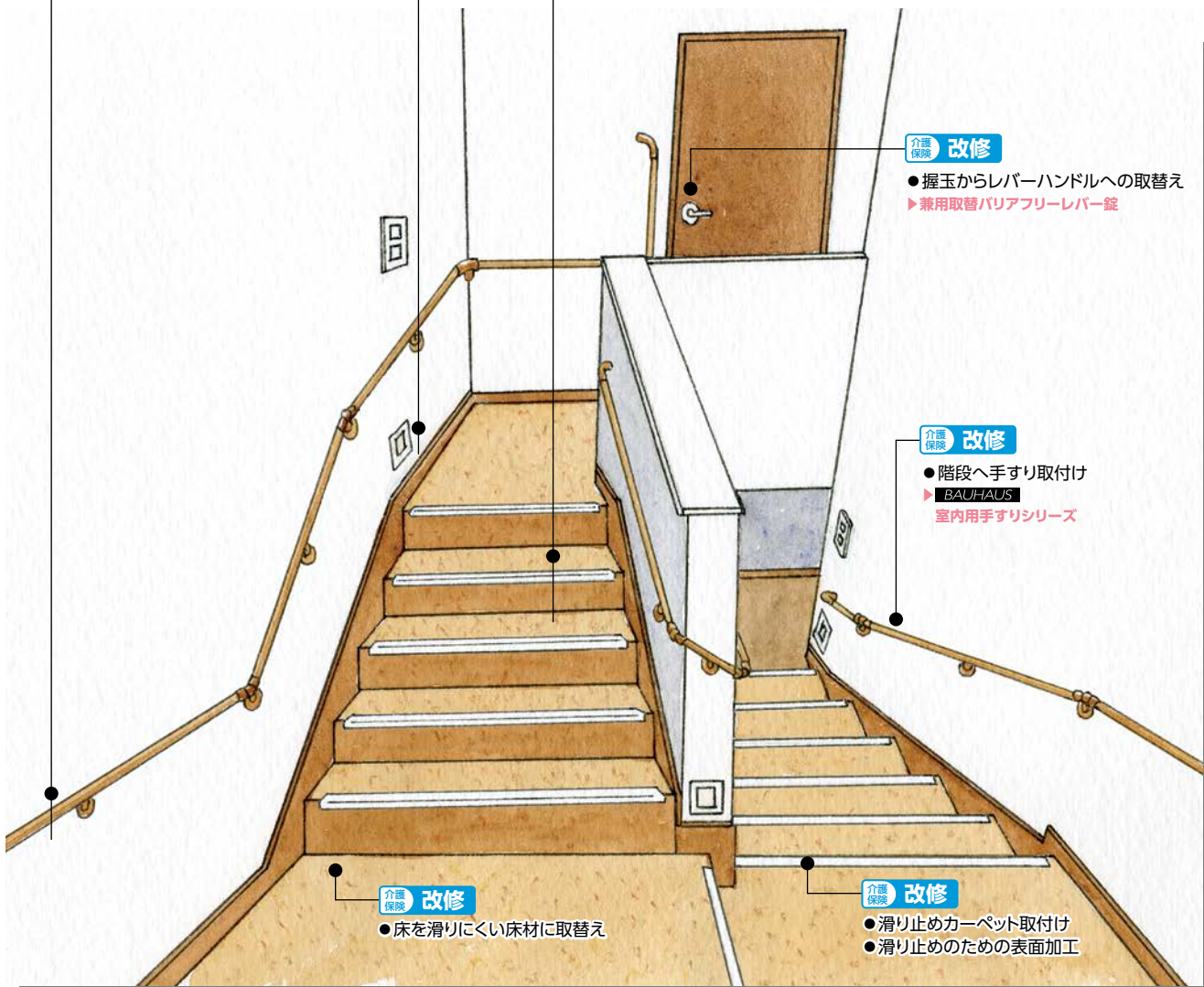
- 廊下から連続して設けます。
- 両側に設ける場合は、有効幅600mmを確保します。
- 高さは、本人の杖の高さが目安です。(750~850mm)
- 全体重をかけても安全なように取付けます。

足元灯(対象外)

- 上りと下りの始めには人感ライトを設けます。
- 特に階段は、足元にかけができないよう設けます。

階段床(参考)

- ノンスリップを設ける場合、段差を3mm以下とします。
- 接着するタイプで踏み面に斜めにしりつけるタイプは、5mmまで許容できます。
- 耐久性のある滑りにくい材料にします。
- 段鼻から蹴込み板までの奥行きは10mm以下にします。
- 勾配は9/10以下とします。
(踏み面200mm以上、蹴上げ150mm以上200mm以下)
- 段の割付けは、安全に配慮した割付けとします。



介護保険 改修

- 握玉からレバーハンドルへの取替え
- ▶兼用取替バリアフリーレバー錠

介護保険 改修

- 階段へすり取付け
- ▶BAUHAUS 室内用すりシリーズ

介護保険 改修

- 床を滑りにくい床材に取替え

介護保険 改修

- 滑り止めカーペット取付け
- 滑り止めのための表面加工

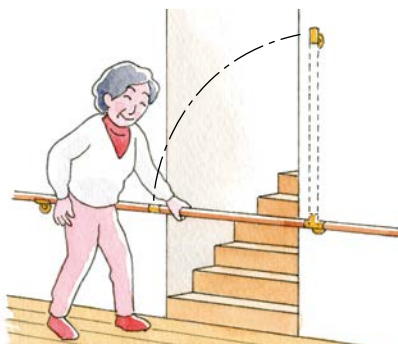
階段昇降機(対象外)

- 階段の上りと下りに乗降スペースを設けます。
- 階段の幅は最低750mm必要です。
- 専用電源とし、操作スイッチは使いやすい場所に設けます。



遮断機式すり(住宅改修)

- 階段の上りや下り部分に遮断機式すりを設置すると便利です。
- ▶BAUHAUS 遮断機式すりプラケットN



滑りにくい床材(住宅改修)

- 滑りにくく弾力性に富んだコルクなどの床材に変更すれば万一の転倒・転落の際にもけがをしにくくなります。



トイレリフォームのポイント

トイレ Toilet

トイレの利用頻度は高齢者になるとどうしても多くなります。適切な用具を付けることで、トイレまで安全に行くことができ、また介護負担を軽減できる環境を整えることが大切です。自立のためには段差の解消・換気・暖房設備・補助手すり等の工夫が必要です。

足元灯(対象外)

- 夜間の利用には足元ライトがあれば便利です。

コンセント(対象外)

- 暖房設備・電動立ち上がり便座等向けに設けます。

換気扇(対象外)

- 特に居室に接する場合、換気扇を設けると便利です。

介護保険 改修

- 折戸への取替え
 - ▶アウトセット折戸
- 握玉からレバーハンドルへの取替え
 - ▶兼用取替バリアフリーレバー錠
- 開口幅を確保するために建具の取替え

介護保険 改修

- 便所に手すり取付け
 - ▶BAUHAUS 室内用手すりシリーズ

介護保険 改修

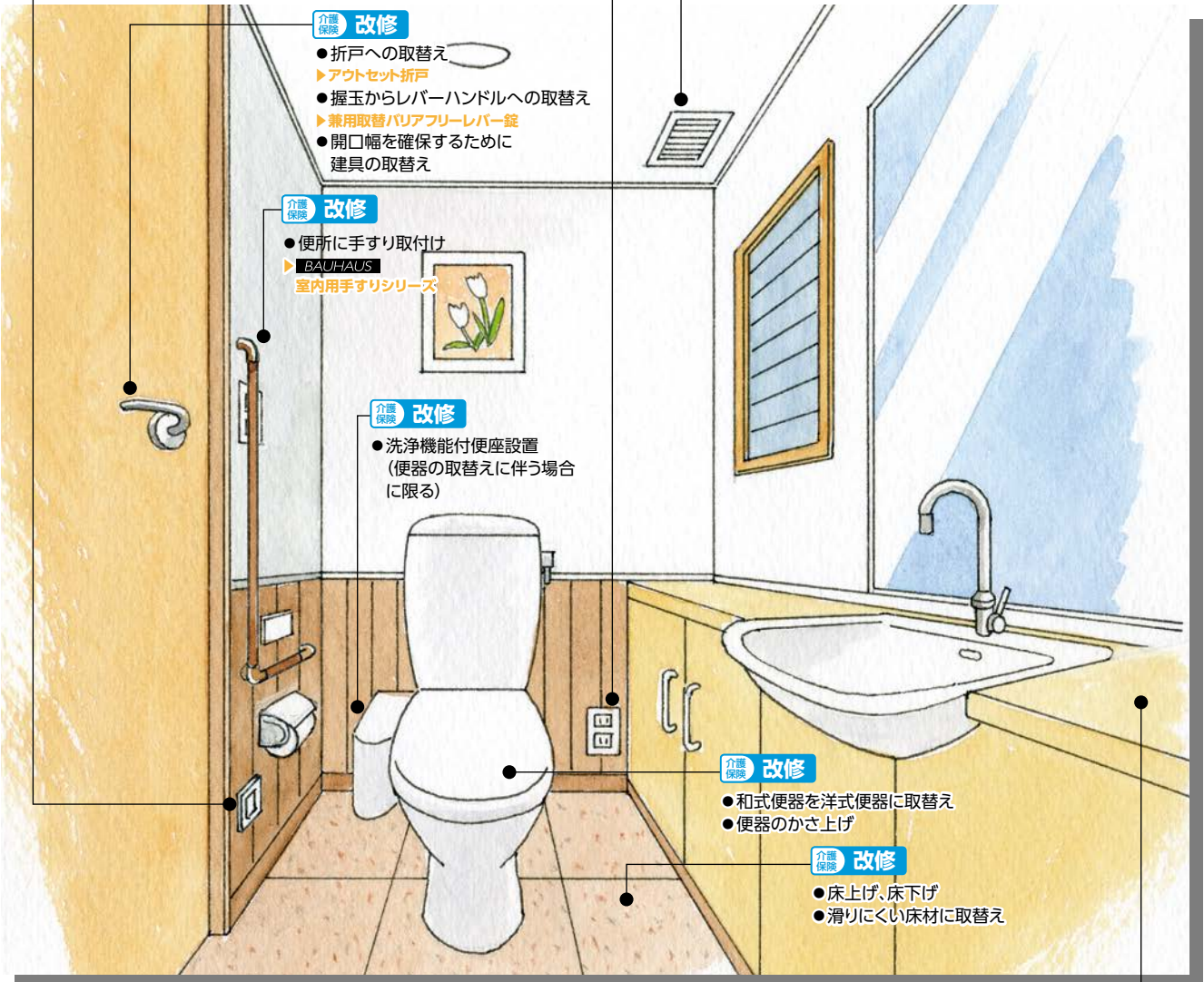
- 洗浄機能付便座設置(便器の取替えに伴う場合に限る)

介護保険 改修

- 和式便器を洋式便器に取替え
- 便器のかさ上げ

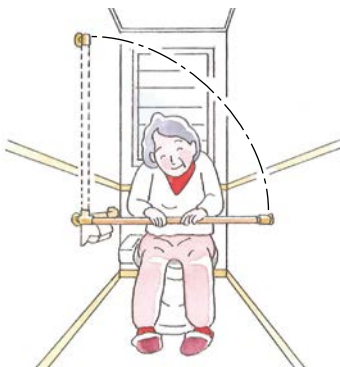
介護保険 改修

- 床上げ、床下げ
- 滑りにくい床材に取替え



トイレ用遮断機式手すり(住宅改修)

- トイレ使用時にトイレ用遮断機式手すりがあれば便利です。
- ▶トイレ設置手すり



据置式便器(固定すれば住宅改修)

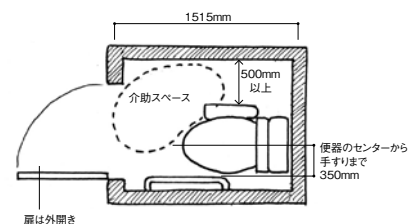
- 和式便器の上に置いて腰掛け式に変換して利用します。



介助スペース(参考)

- 便所のスペースは780mm×1350mm(有効)以上が必要です。(介助スペース除く)
- 洗面所等が隣接する場合は壁を撤去し介助スペースを確保します。

介助スペースを確保したトイレの寸法



※転倒・転落を防ぐため、階段などの段差付近や足元が滑りやすい場所では、必ず手すりを連続させてください。

設備機器(参考)

- 体温の低下防止に暖房設備があれば安心です。
- 非常ブザー等の通報装置があれば安心です。
- 手洗い器は使いやすい位置に設け、レバー水栓等の使いやすいものにします。

スイッチ(対象外)

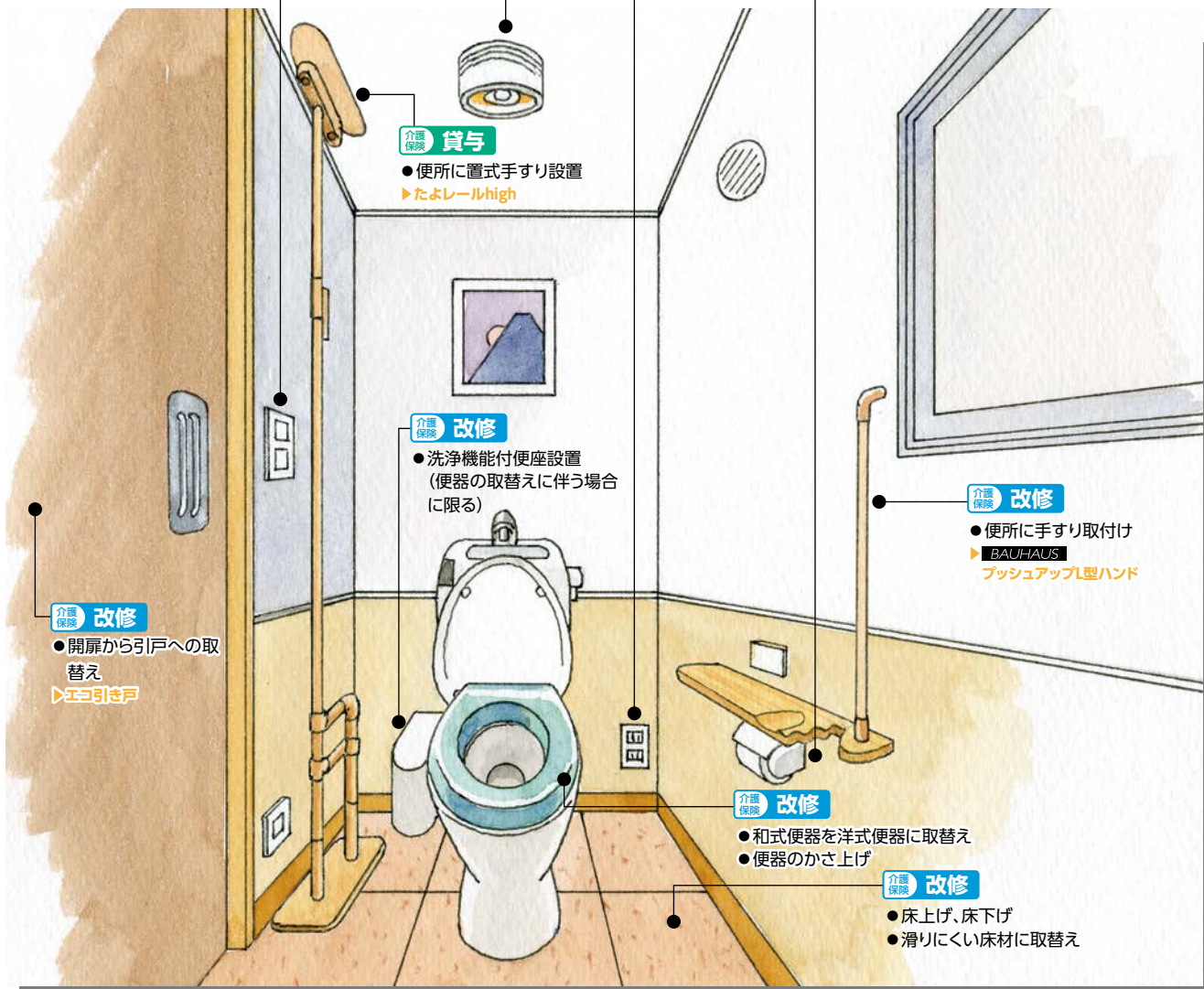
- 明かり付の大型のスイッチを設けます。

コンセント(対象外)

- 暖房設備・電動立ち上がり便座等向けに設けます。

ペーパーホルダー(対象外)

- 片手で使用できるものを使うと便利です。
- ペーパーホルダーが使えない場合はちり紙台を設けます。



出入口・扉(参考)

- 上吊戸または、フラットなレールの引戸や折戸とします。
- ▶ **アウトセット折戸**
- 取手(把手)・引手は、操作しやすいものを使いやすい高さにします。
- 明かり窓は割れにくい内部の見えないポリカーボネイトにすると安全です。
- 錠は緊急の場合、外から開けることのできるものになります。
- 扉の幅は有効650mm以上とします。
- 敷居の段差は3mm以下とします。



トイレ補助手すり(住宅改修※)

- トイレ使用時の安定のためにトイレ補助手すりがあれば便利です。
- ※ 固定した場合
- ▶ **たよレールrest**



立ち上がり補助具(福祉用具購入)

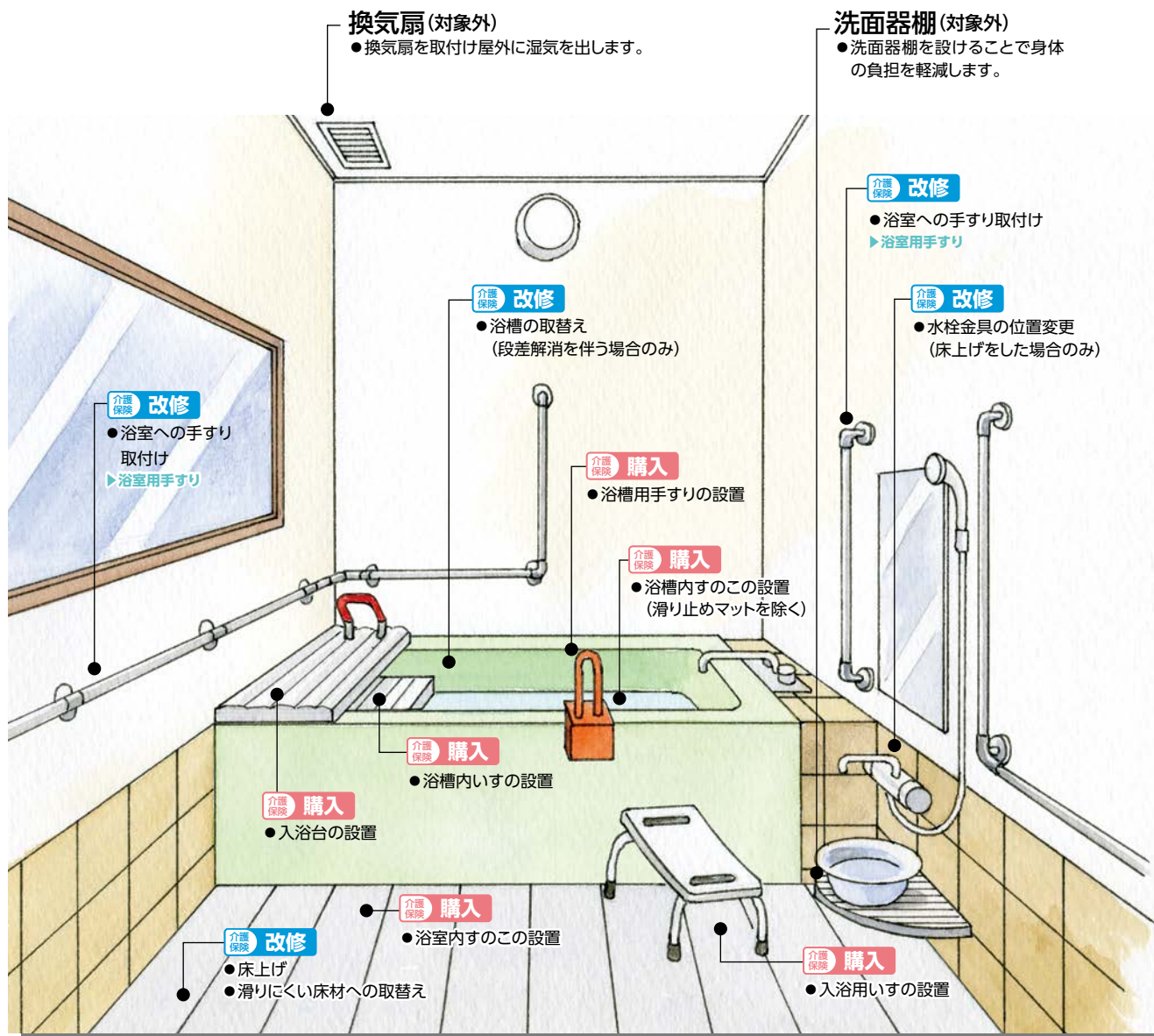
- 電動又はスプリング式で便座から立ち上がる際に使用すれば便利です。



浴室・洗面所

Bathroom & Lavatory

浴室・洗面所は、身体と精神をリフレッシュするための重要なスペースですが、転倒や溺れるなどの重大な事故が多い部分でもあります。安全に入浴するためには段差の解消・滑り止め・介護器具の選定・補助手すり等の工夫が必要です。



出入口(参考)

- 握り手、引き手は操作しやすいものを、使いやすい高さに設置します。
- 錠は緊急の場合、外から開けられるものとします。
- ガラスはポリカーボネイト板等の破損ににくい材料にします。
- 開口幅は650mm以上にします。
- 出入口の段差は20mm以下とします。

設備機器(対象外)

- 体温の低下防止に暖房設備があれば安全です。
- 非常ブザー等の通報装置があれば安全です。

補助手すり(住宅改修)

- 身体状況にあわせて、手すりを設けます。
- 手すりは体重がかかるため、取付けを十分注意して行います。
- ユニットバスで壁に付けられない場合、浴槽に簡易手すりを設けます。

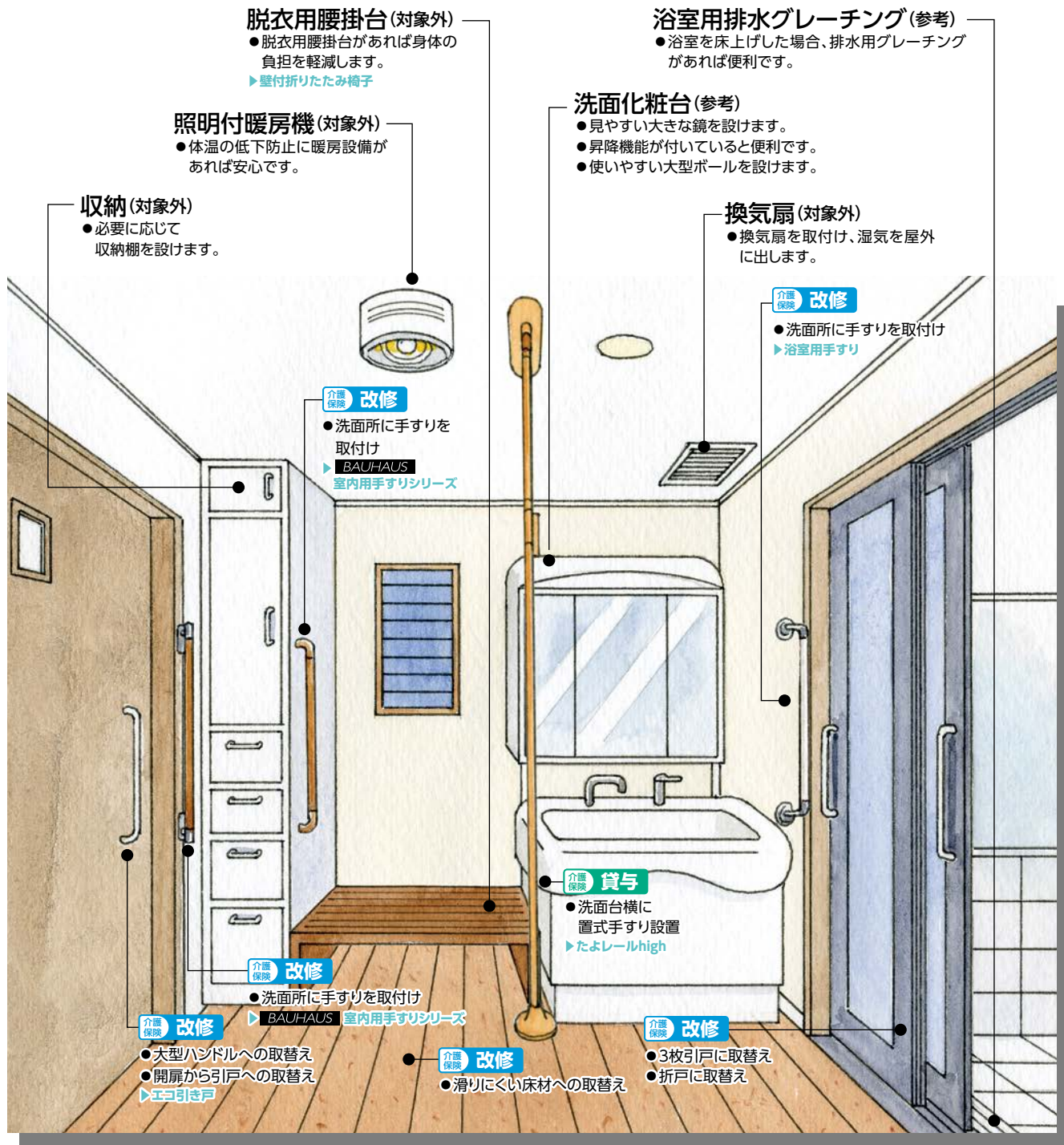


浴室・浴槽(参考)

- 浴室スペースは介助可能な広さを設けます。(短辺1300mm以上かつ2.3m²以上)
- 浴槽の形状は垂直に近いものとし深さは500~600mmとします
- 縁の高さは、洗い場の床から400~450mmとします。



※転倒・転落を防ぐため、階段などの段差付近や足元が滑りやすい場所では、必ず手すりを連続させてください。



脱衣用腰掛台 (対象外)

- 脱衣用腰掛台があれば身体の負担を軽減します。

▶壁付折りたたみ椅子

浴室用排水グレーチング (参考)

- 浴室を床上げした場合、排水用グレーチングがあれば便利です。

照明付暖房機 (対象外)

- 体温の低下防止に暖房設備があれば安心です。

洗面化粧台 (参考)

- 見やすい大きな鏡を設けます。
- 昇降機能が付いていると便利です。
- 使いやすい大型ボールを設けます。

収納 (対象外)

- 必要に応じて収納棚を設けます。

換気扇 (対象外)

- 換気扇を取付け、湿気を屋外に出します。

介護保険 改修

- 洗面所に手すりを取付け

▶BAUHAUS 室内用手すりシリーズ

介護保険 改修

- 洗面所に手すりを取付け

▶浴室用手すり

介護保険 改修

- 洗面所に手すりを取付け

▶BAUHAUS 室内用手すりシリーズ

介護保険 貸与

- 洗面台横に置き手すり設置

▶たよレールhigh

介護保険 改修

- 大型ハンドルへの取替え
- 開扉から引戸への取替え

▶エゴ引き戸

介護保険 改修

- 滑りにくい床材への取替え

介護保険 改修

- 3枚引戸に取替え
- 折戸に取替え

出入口 (参考)

- 上吊戸または、フラットなレールの引戸や折戸とします。

▶アウトセット折戸

- 取手(把手)・引手は、操作しやすいものを、使いやすい高さに設置します。
- 明かり窓は、内部の見えないポリカーボネイトにすると安全です。
- 敷居の段差は3mm以下とします。
- 扉の幅は有効750mm以上とします。
- 錠は緊急の場合、外から開けることのできるものにします。
- 室内の温度を保つため、扉のすき間をなくします。

設備機器 (参考)

- 体温の低下防止に暖房設備があれば安心です。
- 非常ブザー等の通報装置があれば安心です。



介護スペース (参考)

- トイレが隣接する場合は、壁を取ることでスペースを確保します。

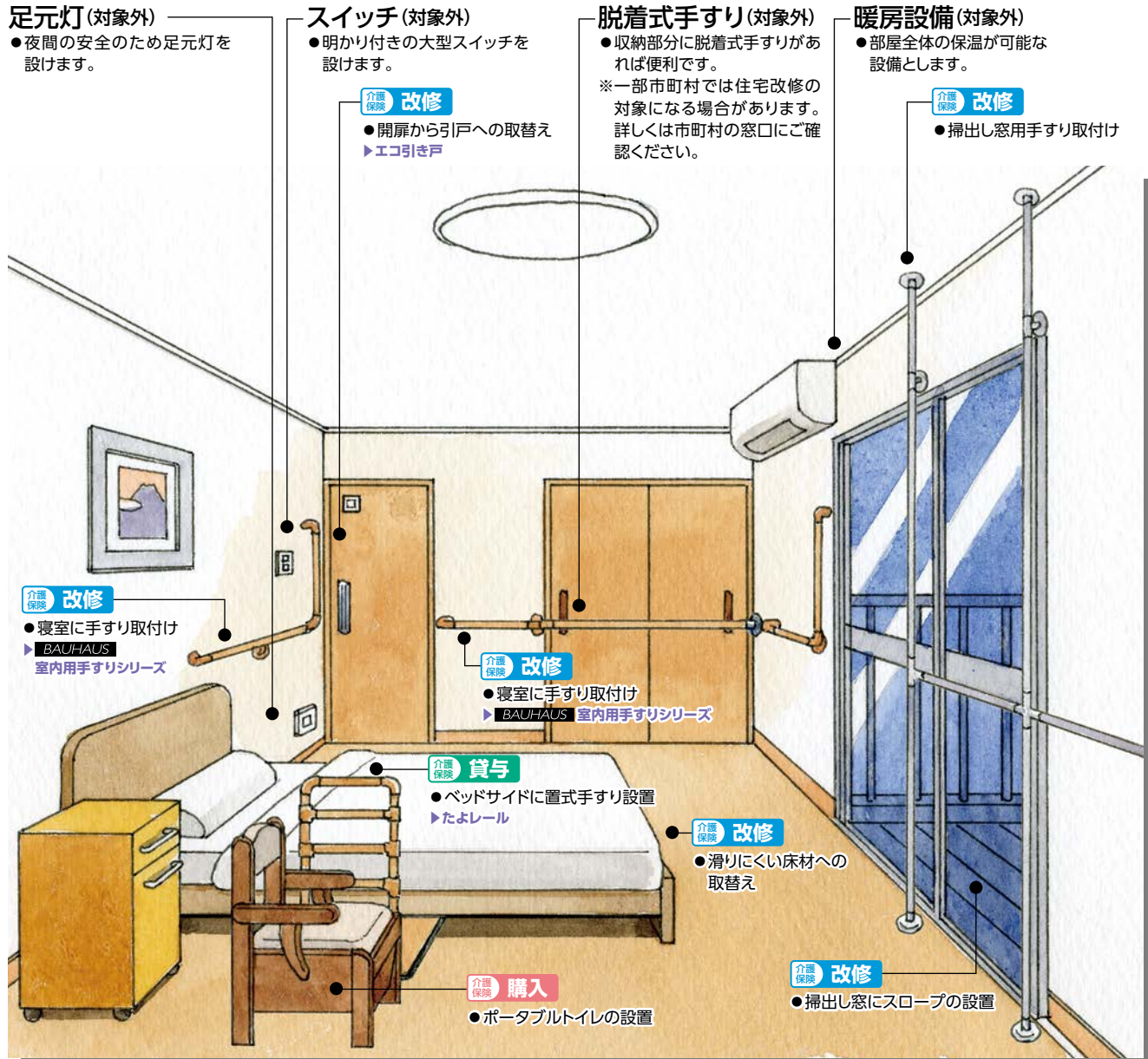
脱衣スペース (参考)

- 安全に脱衣するためには、1000×1200mm(有効)以上を確保します。

寝室・居間

Bedroom & Livingroom

住宅の中で大部分の時間を過ごす空間です。安全に注意し、採光や通風を十分に確保することで、快適にすごすことが大切です。それには、段差の解消、スペースの確保、家具の配置の考慮、補助手すり等の工夫が必要です。



出入口 (参考)

- 上吊戸またはフラットなレールの引戸や折戸とします。
- ▶アウトセット折戸
- 握手・引手は操作しやすいものを使いやすい高さに設置します。
- 明窓は内部の見えないポリカーボネイトにすると安全です。
- 敷居の段差は3mm以下とします。
- 扉の幅は有効750mm以上とします。
- 錠は緊急の場合、外から開けることのできるものにします。
- ▶兼用取替バリアフリーレバー錠
- 室内の温度を保つため扉の隙間をなくします。

窓 (参考)

- 日当たりの調整のため電動式カーテンを使います。
- 徘徊防止のため補助錠を使います。
- ガラスの割れ防止のため飛散防止フィルムを貼ると安全です。



※転倒・転落を防ぐため、階段などの段差付近や足元が滑りやすい場所では、必ず手すりを連続させてください。

収納 (参考)

- 扉は引き違いが折りたたみ戸とします。
- キャスター付ワゴンやスライド収納カゴを設けると便利です。
- 身体状況により、押入、物入れを便所に改造します。

家具配置 (参考)

- 身体状況にあわせて、ベッドの位置を決定します。
- ベッドは直接日の当たらない位置にします。
- 寝室には家具を置かないことが望ましいが、家具を置く場合は、避難経路をふさがらない配置とします。

家具配置 (参考)

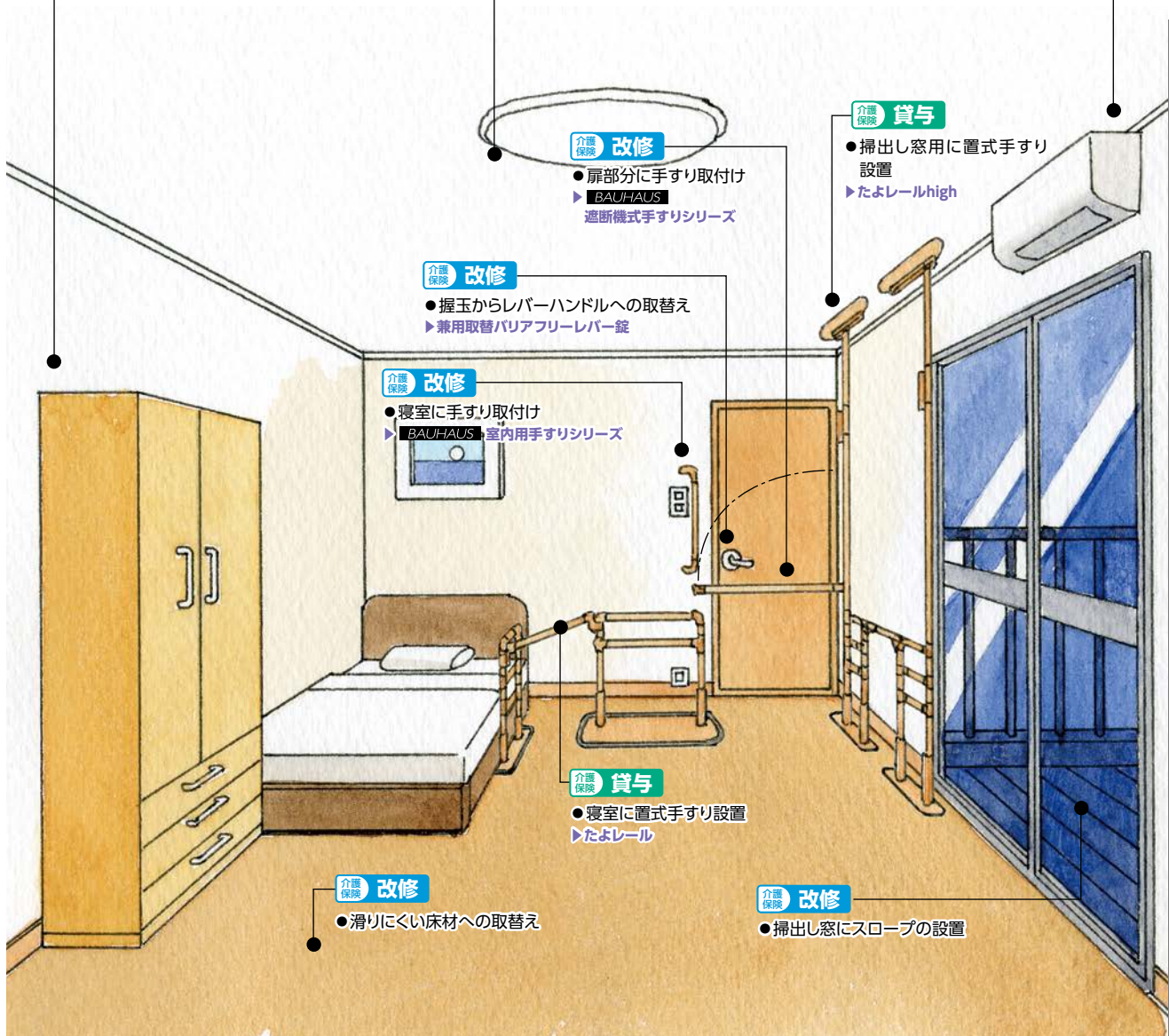
- 身体状況にあわせてベッドの位置を決定します。
- ベッドは直接日の当たらない位置にします。
- 寝室には家具を置かないことが望ましいが、家具を置く場合は、避難経路をふさがない配置とします。

寝室の広さ (参考)

- 介助スペースを考慮して12㎡ (収納を除く)以上とします。

設備機器 (参考)

- 非常ブザー等の通報装置があれば便利です。
- 暖房は部屋全体の保温が可能な設備とします。



改修

- 扉部分に手すり取付け
- ▶ BAUHAUS 遮断機式手すりシリーズ

貸与

- 掃出し窓用に置き手すり設置
- ▶ たよレールhigh

改修

- 握玉からレバーハンドルへの取替え
- ▶ 兼用取替バリアフリーレバー錠

改修

- 寝室に手すり取付け
- ▶ BAUHAUS 室内用手すりシリーズ

貸与

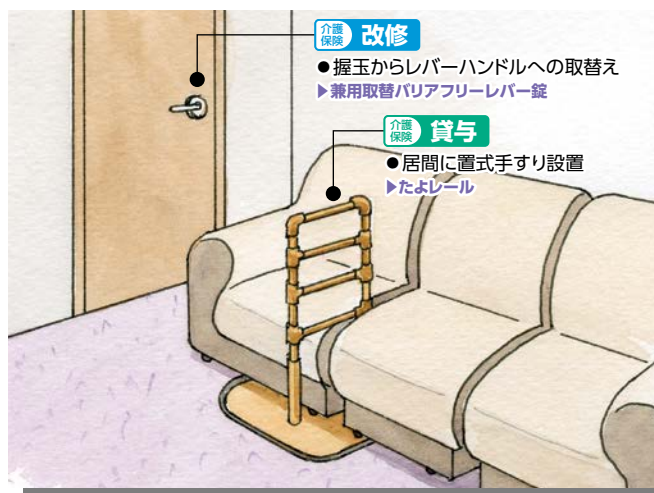
- 寝室に置き手すり設置
- ▶ たよレール

改修

- 滑りにくい床材への取替え

改修

- 掃出し窓にスロープの設置

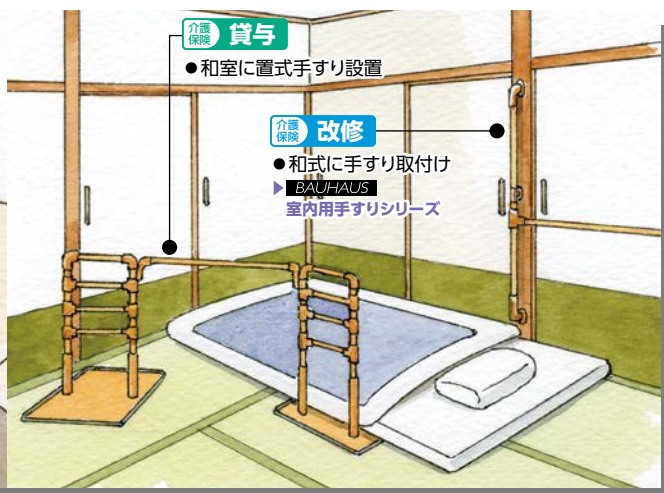


改修

- 握玉からレバーハンドルへの取替え
- ▶ 兼用取替バリアフリーレバー錠

貸与

- 居間に置き手すり設置
- ▶ たよレール



貸与

- 和室に置き手すり設置

改修

- 和式に手すり取付け
- ▶ BAUHAUS 室内用手すりシリーズ

屋外

Outside

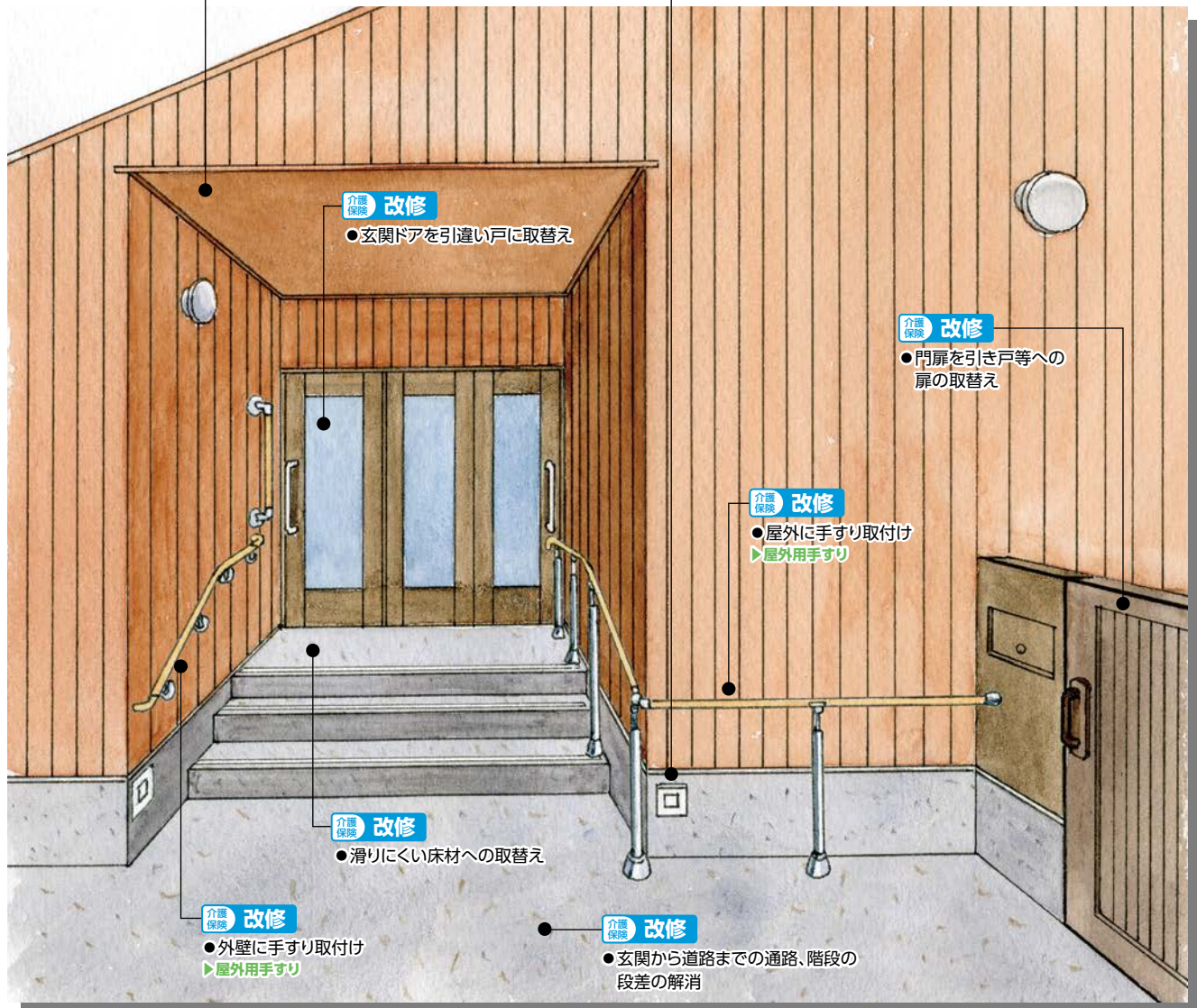
高齢者が社会へ参加するためには、住宅の内部だけでなく、玄関アプローチ等屋外の改造も重要なポイントとなります。自立して安全に外出するには、段差の解消、滑り止め、補助手すり等による工夫が必要です。

庇(対象外)

- 風雨を避けるため十分な広さの庇(ひさし)を設けます。

足元灯(対象外)

- 門扉や駐車場までの部分に足元灯を設けると便利です。



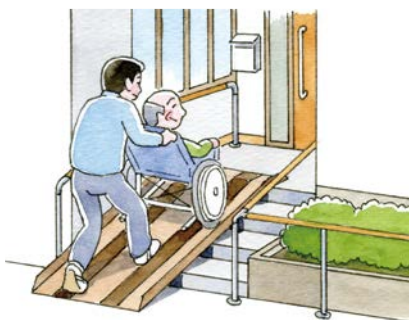
スロープ手すり(住宅改修)

- アプローチに設置する手すりは、屋外空間にマッチするものを選ぶことも大切です。
- 車いすの利用の場合は、車輪の脱着防止のため立ち上がり(100mm以上)を設けます。



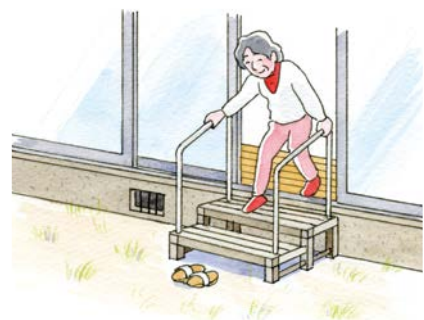
簡易スロープ(福祉用具貸与)

- 車いすを利用して移動する場合は取りはずし可能な簡易スロープを設置すると便利です。



縁側の踏み台設置(住宅改修)

- 縁側などの高い場所からの出入の場合、手すり付踏み台を設置すると便利です。
- ▶ アルミ踏み台手すり付2段



※ 転倒・転落を防ぐため、階段などの段差付近や足元が滑りやすい場所では、必ず手すりを連続させてください。

駐車場(参考)

- 本人の寝室や玄関に近いところに設けます。
- 身体状況や地形により、専用出入口を設けます。
- 雨にぬれないで建物に入れるよう庇を設けます。

足元灯(対象外)

- スロープ部分に足元灯を設けると便利です。

庇(対象外)

- 風雨を避けるため十分な広さの庇(ひさし)を設けます。

キーボックス(対象外)

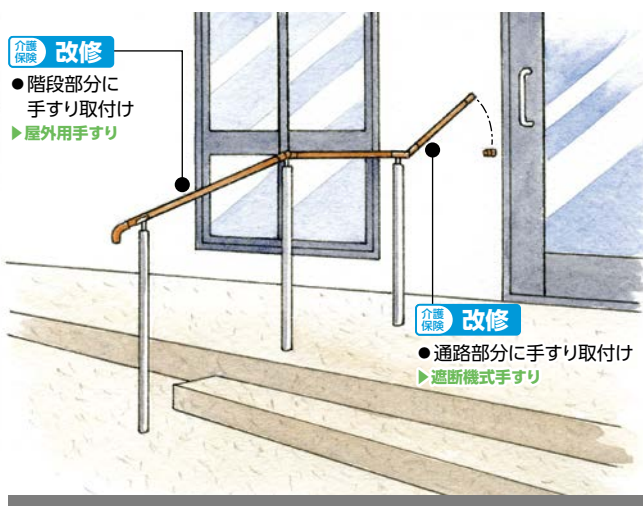
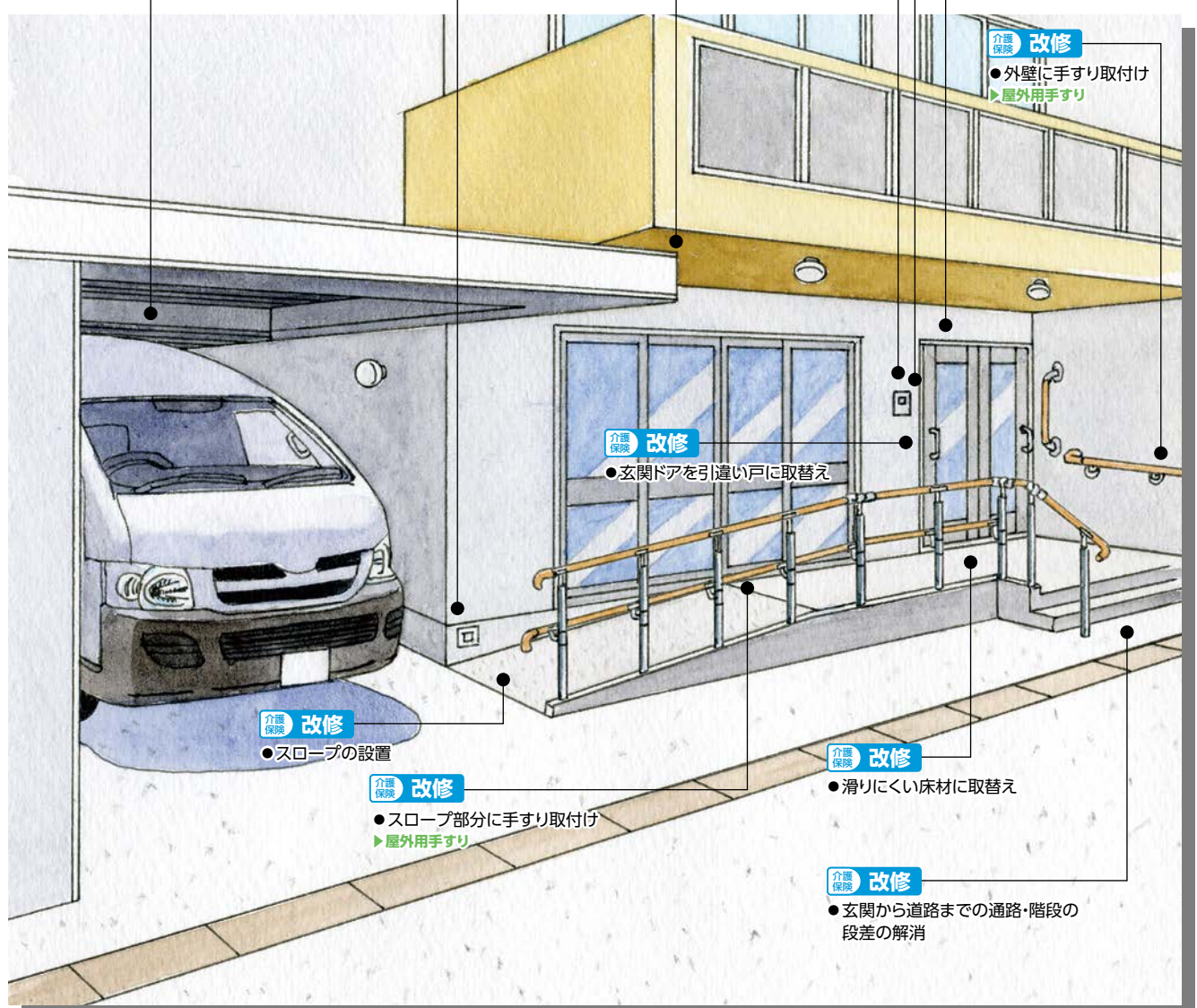
- 鍵の受け渡しにキーボックスを使うと安心です。

インターホン(対象外)

- モニター付インターホンを設けると便利です。

出入口・扉(参考)

- 玄関ポーチと入口ドアの段差は20mm以下とします。
- 扉の幅は有効750mm以上とします。



福祉用具貸与

Rental

賃貸住宅や壁下地がないなど住宅改修では対応できない場合や、設置後も高齢者の身体機能の低下が予想され経過観察が必要な場合などは、仮設置が可能な置き式の福祉用具を利用する工夫も必要です。(住宅改修と福祉用具貸与品の効果的な併用をおすすめします。)

足元灯 (対象外)

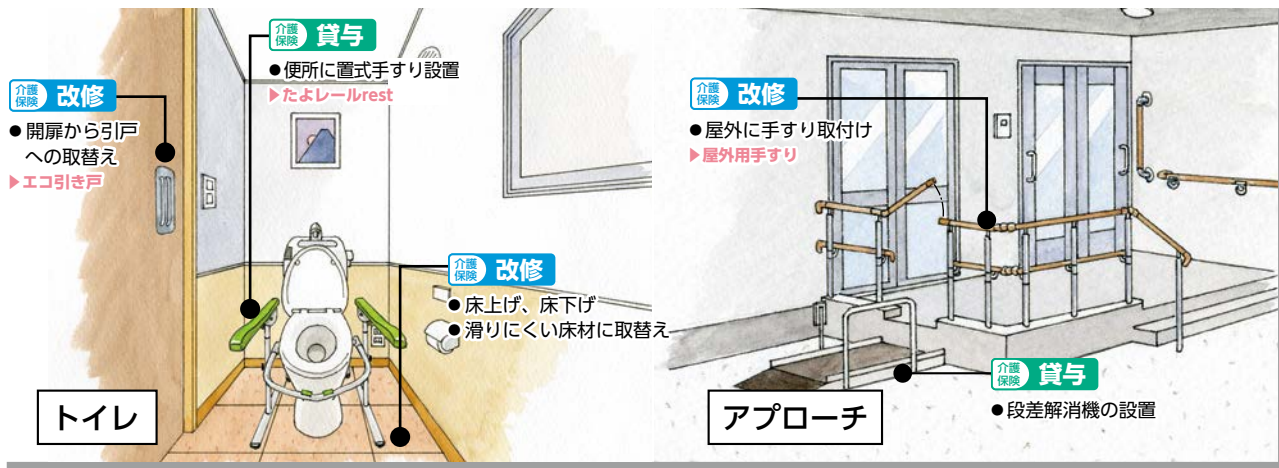
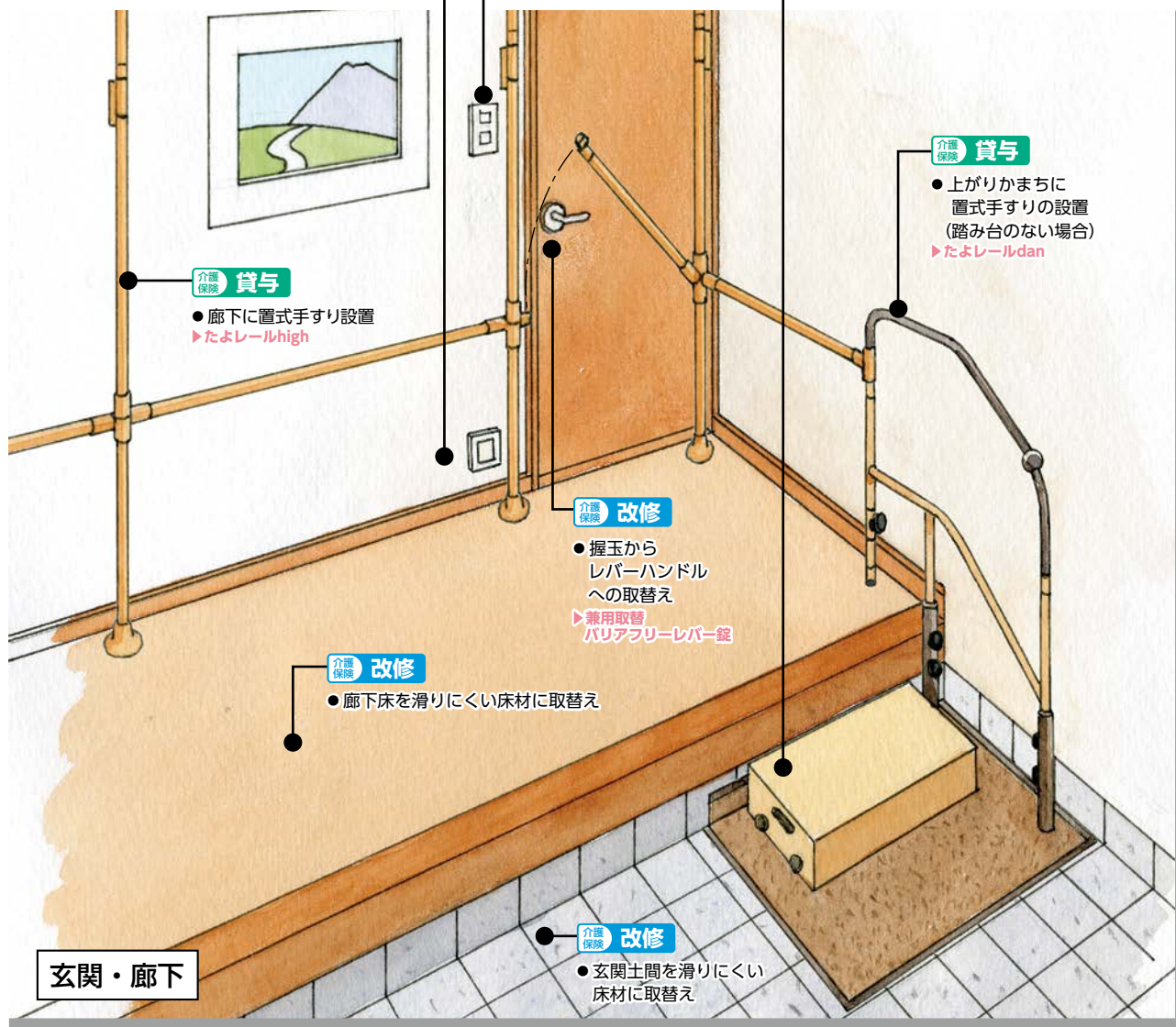
- 夜間のトイレ利用に足元ライトがあれば安心して移動できます。

スイッチ (対象外)

- 明かり付きの大型スイッチを設けます。

踏み台付置き式手すり (対象外)

- 上がりかまちが高い場合は踏み台付の置き式手すりを設けます。

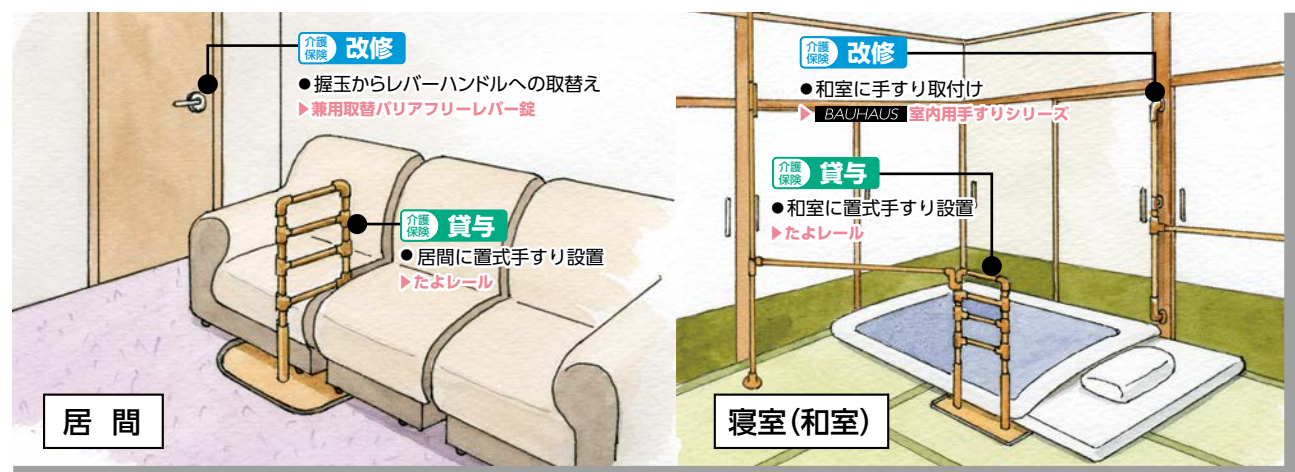
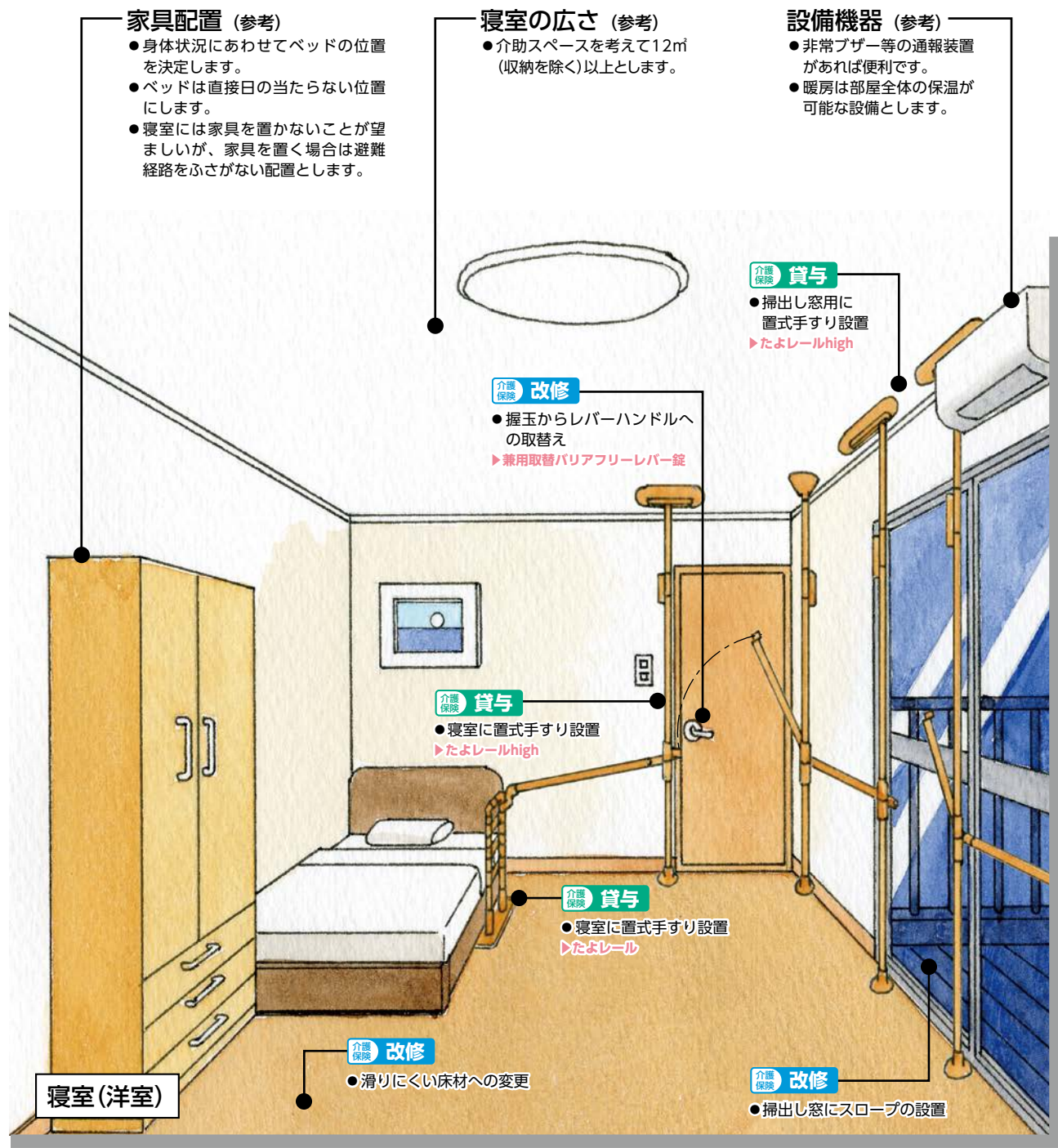


バリアフリーリフォームのポイント

豆知識

技術資料

福祉用具貸与(レンタル)のポイント



住まいの補修

Home Maintenance

錠前や戸車などの金物は、長い間使い続けることで劣化や損傷による取替え時期がやってきます。動きが鈍いまま使い続けると生活が不便ですし、万一壊れてしまつては思わぬ事故にもつながりかねません。異変に気づいた時には金物を取替えるなどのメンテナンスが必要です。

すき間隠し(対象外)

- すき間風の侵入を防止します。

介護保険 改修

- 握玉からレバーハンドルへの取替え
- ▶兼用取替バリアフリーレバー錠

足元灯(対象外)

- 段差のある上がりかまち部分にライトを設けると安全です。

介護保険 改修

- 開扉から引戸への取替え
- ▶エコ引き戸

戸車(対象外)

- はめ込式で簡単に取付けできるタイプがあります。
- ▶はめ込戸車

引違用取替錠(対象外)

- 玄関引違戸錠の取替え
- ▶引違用取替錠

介護保険 改修

- 玄関土間を滑りにくい床材に取替え

折りたたみ椅子(対象外)

- くつのはきかえや立ち上りの補助に便利です。
- ▶壁付折りたたみ椅子

介護保険 改修

- 上がりかまちにすべり止めテープ設置
- ▶透明すべり止めテープ

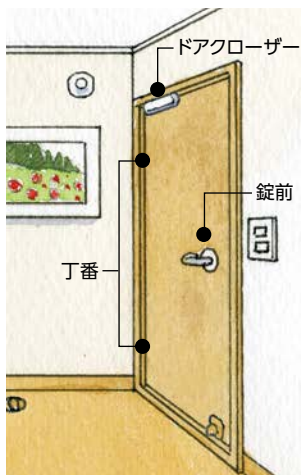
介護保険 改修 介護保険 貸与

- スロープ(すりつけ板)取付け(固定する場合:住宅改修対象)
- (固定しない場合:福祉用具貸与対象)

介護保険 改修

- 玄関ホール床を滑りにくい床材に取替え

開き戸 [玄関・室内]



ドアクローザー

- 油が漏れている。
- 調整しても戸が速く閉まる。
- ▶取替えが必要です。

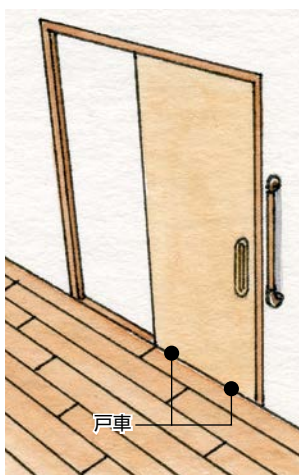
丁番

- 床に細かい粉が落ちている。
- 異音がある。
- 戸が閉まりにくい。
- ▶丁番止めねじのゆるみ確認
- または取替えが必要です。

錠前

- レバーハンドルがガタつく。
- ▶ハンドル止めねじのゆるみ確認
- または取替えが必要です。
- 握り玉がガタつく。
- ▶取替えが必要です。
- 鍵が回りにくい。
- ▶鍵穴の掃除または取替えが必要です。

引戸 [玄関・室内]

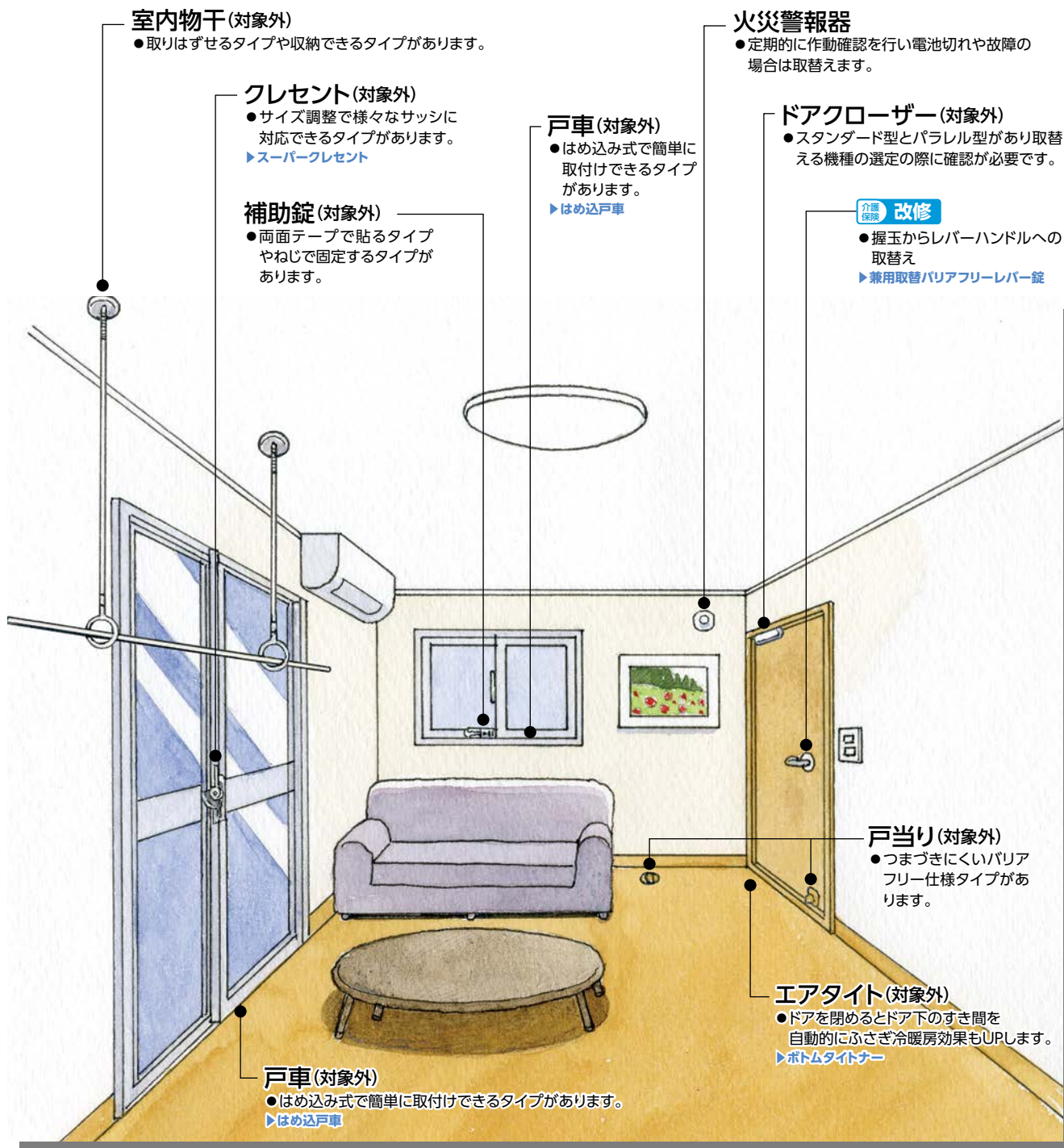


戸車

- 戸の開閉が重い。
- 異音がある。
- ▶レールや戸車の掃除や注油
- または取替えが必要です。

玄関引違錠

- 鍵が回りにくい。
- ▶戸の召し合せ部のズレ確認
- または取替えが必要です。



サッシ窓



戸車

- 窓の開閉が重い。
- 異音がある。
- ▶レールや戸車の掃除や注油
または取替えが必要です。

クレセント

- ガタつく。
- ▶取替えが必要です。
- 回りにくい。
- ▶窓の召し合せ部のズレ確認
または取替えが必要です。

戸車

高齢者の身体能力の低下に配慮して、使いやすい錠前や扉への変更をおすすめします。



改修

- 握玉からレバーハンドルへの取替え
- ▶室内用レバーハンドル錠
- ▶アルミドア用レバーハンドル錠

改修

- 開扉から引戸等への取替え
- ▶エコ引き戸
- ▶アウトセット折戸