

高齢者にやさしい

住まいづくりの手引き

——快適な住まいづくりのために——



21世紀では、4人に1人が65歳以上の高齢者となります。人は誰しも年をとると、しだいにからだが不自由になります。自立した生活が可能な方から、介護の必要な寝たきりの方まで様々ですが、これからはだれもが安全、安定、安心して生活がおくれる住まいづくりをすることが大切です。

ここでは、高齢者が、快適に住めるよう、手すりの設置や段差の解消などの基本的な事項をはじめ、車いすや介護のしやすさなどを配慮した住まいづくりのチェックポイントをまとめてみました。

住宅の新築、増改築の際の参考にしてください。

千葉県県土整備部都市整備局住宅課

1. 家庭内事故を未然に防ぐ

チェックポイント

- 建物要素** 床：つまずきやすい段差をなくす。
：仕上げは滑りにくく、適度な弾力があり、足元が寒くならないものとする。
手すり：便所、浴室、玄関、階段などに設ける。
階段：勾配、形状など安全面に工夫する。
- 設備要素** 照明：つまずきやすいところでは足元照明器を設置する。
：夜間の使用の多いところには常夜灯を設ける。
冷暖房：温度差の生じやすい便所、脱衣室などには暖房機用のコンセントを設ける。
警報機：ガス漏れ警報機、火災報知器の設置を考慮する。

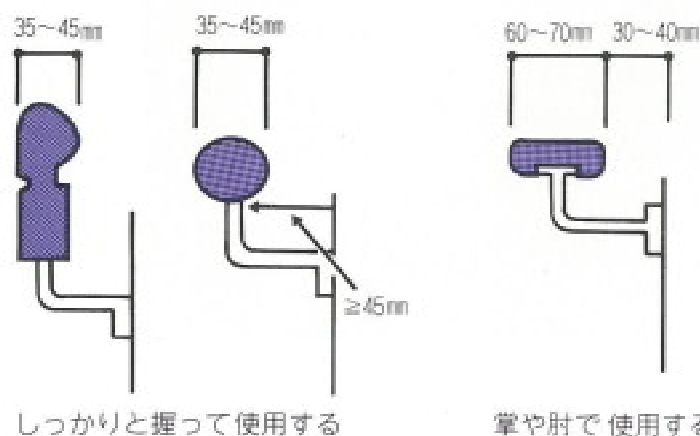
床：段差の解消

■ 敷居、くつずりなど、わずかな段差につまずきやすい

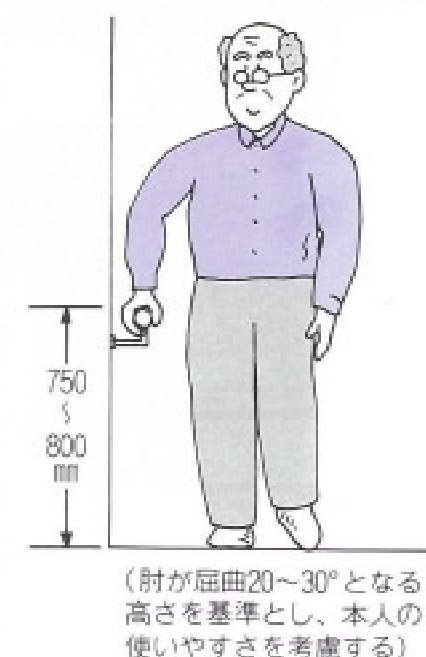
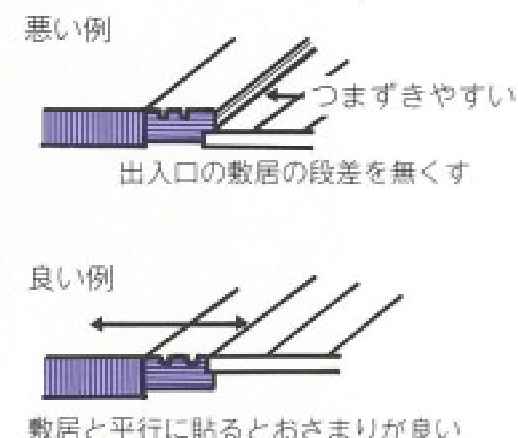


手すりの設置

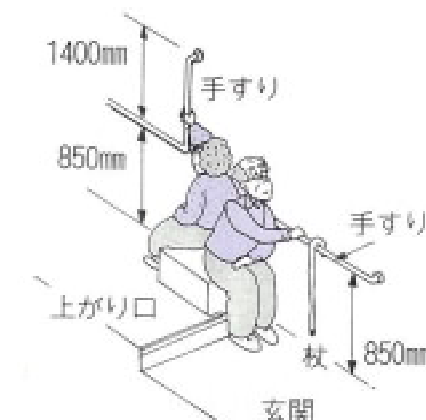
■ 手すりの形、高さ



■ 敷居等の段差の解消

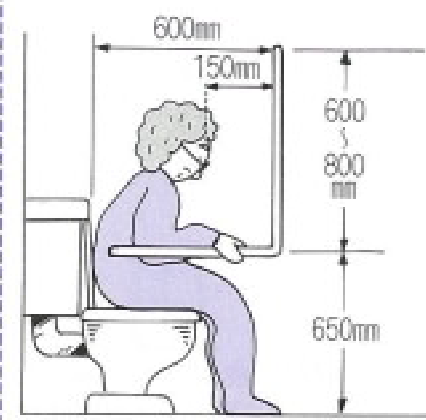


■ 玄関の手すり



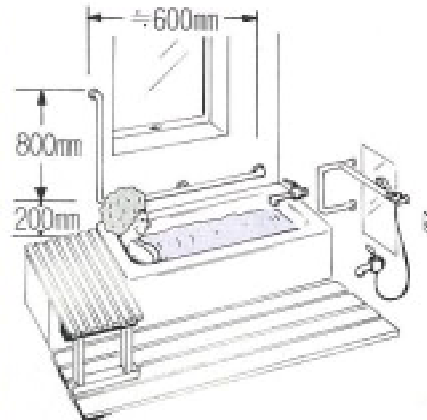
玄関では、靴の着脱などの時につかまるための手すりを設ける

■ トイレの手すり



トイレの内部で手すりが必要な場合、各人の身体特性に合わせて決める

■ 浴室の手すり

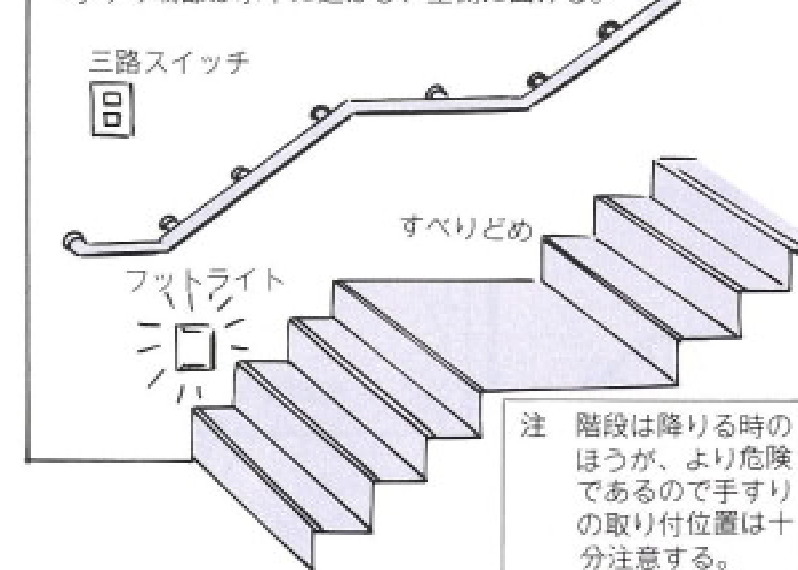


浴室内部移動用、浴槽周囲の手すりを設ける

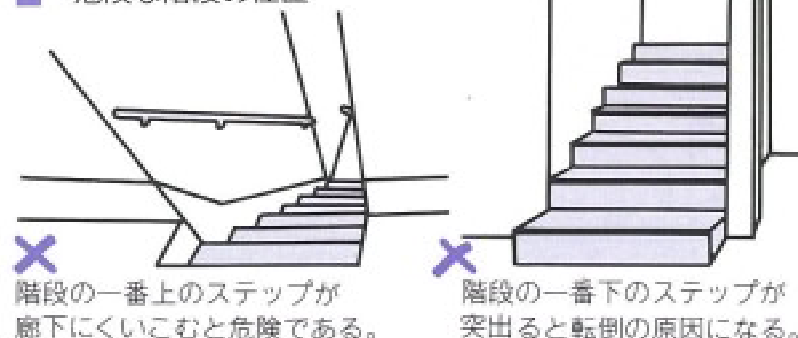
階段

■ 望ましい階段の例

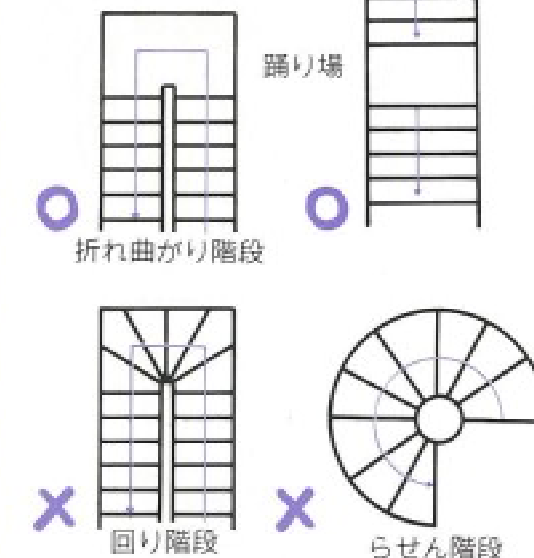
- ・ 踊り場がある。
- ・ 足元を照らすフットライトが付いている。
- ・ 上がり口と降り口、双方に照明のスイッチがある。
- ・ 手すりが連続して両側に付いている。
- ・ 手すり端部は水平に延ばし、壁側に曲げる。



■ 危険な階段の位置

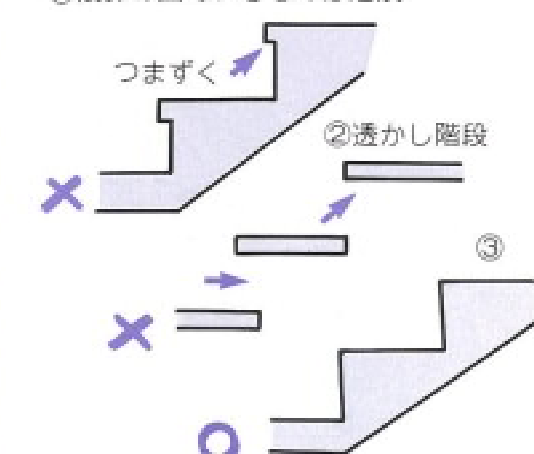


■ 階段の形状



■ 階段の段鼻

①段鼻の出ているものは危険

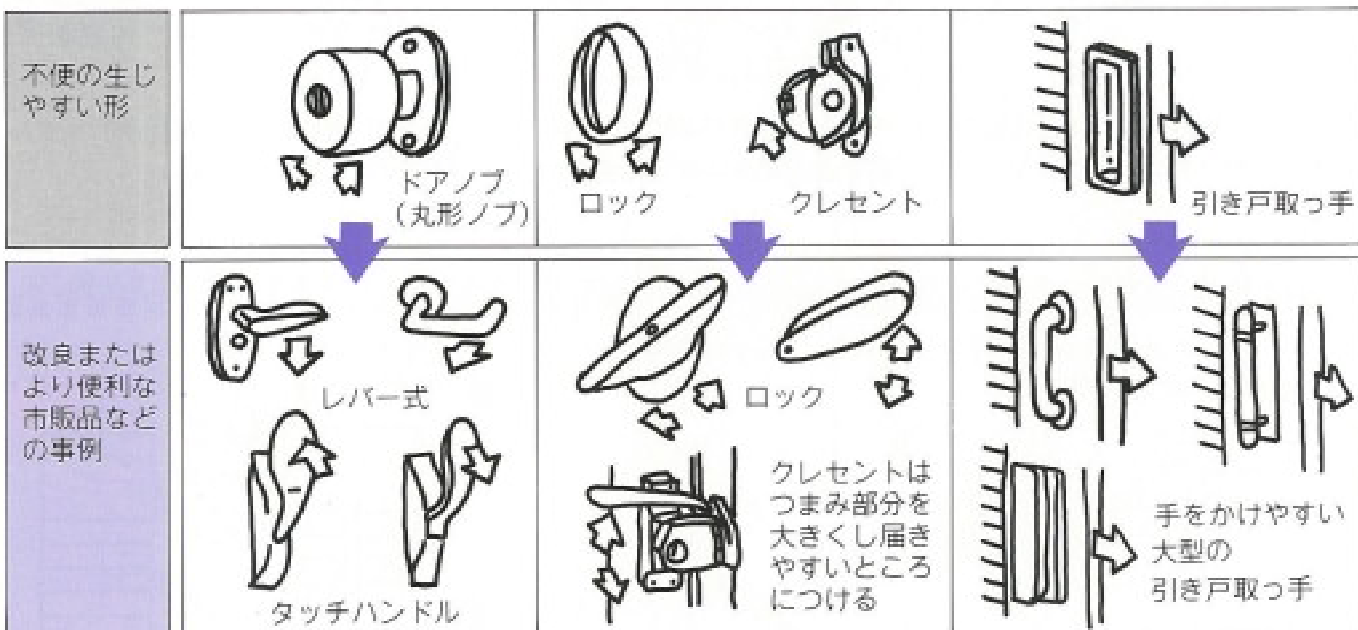


2. 使いやすさへの配慮

チェックポイント

- ・高齢者の身体特性に合った器具、設備とする。
- ・大きさ、高さ、安全性、操作のしやすさなどを配慮する。

使いやすい把手、引き戸の例



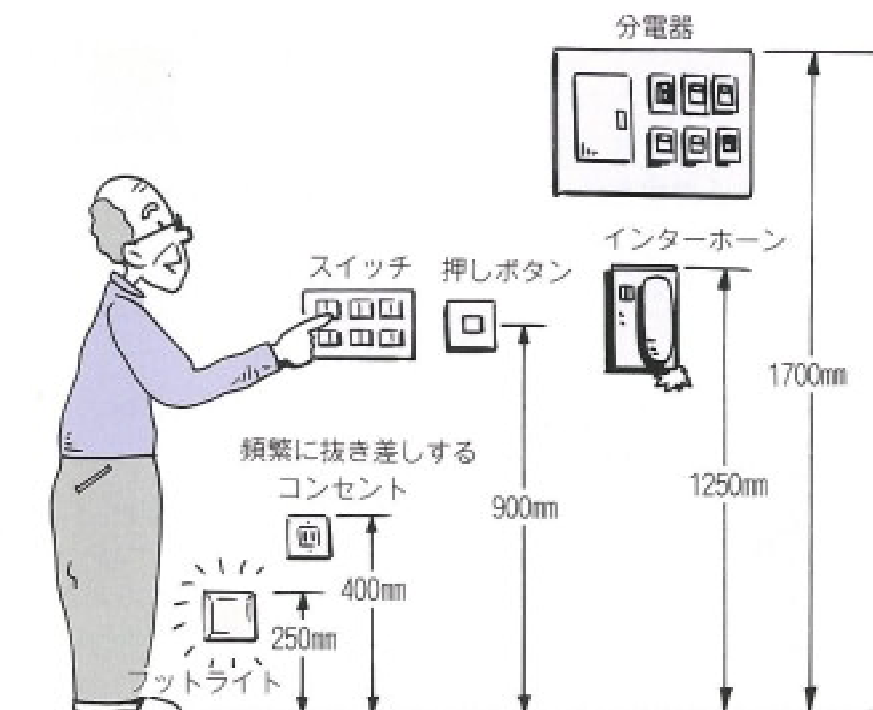
使いやすい水洗金具の例



使いやすい便所の例



使いやすいスイッチ等の高さの例



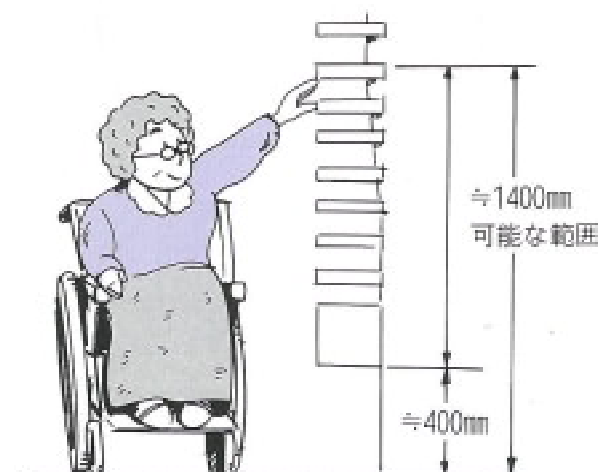
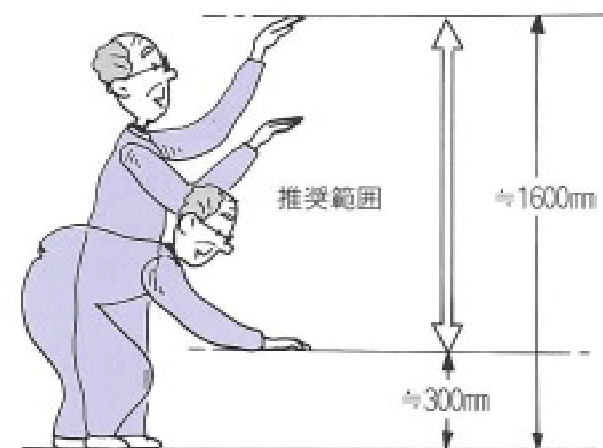
使いやすい大型スイッチの例



引っぱりスイッチの例

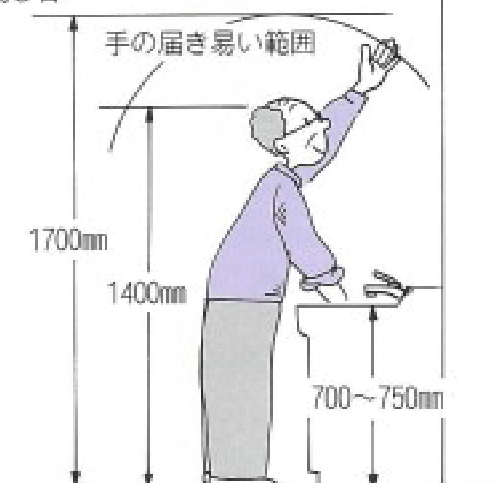


お年寄りに使いやすい収納位置

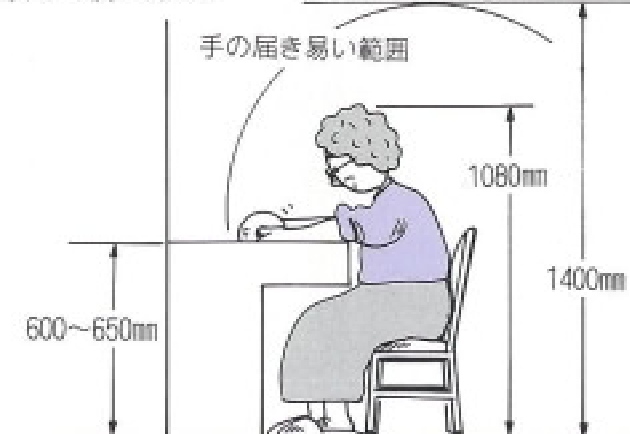


お年寄りの身体特性を考えた寸法

立って使う流し台



腰掛けて使う流し台



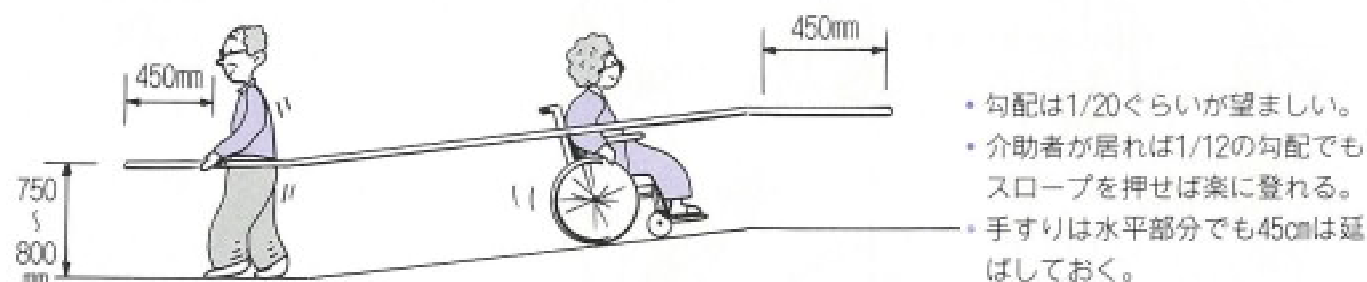
注・寸法はあくまでも目安であり、車いす使用の場合は寸法が変わる

3. 車いす利用の配慮

チェックポイント

- ・戸外から室内まで段差をなくす。または、スロープを設ける。
- ・出入口の幅、廊下幅に配慮する。(出入口幅最低80cm以上、廊下幅最低90cm以上)
- ・便所、浴室を車いす利用ができる広さ、形状とする。

■ 屋外のスロープ



■ 玄関とポーチ

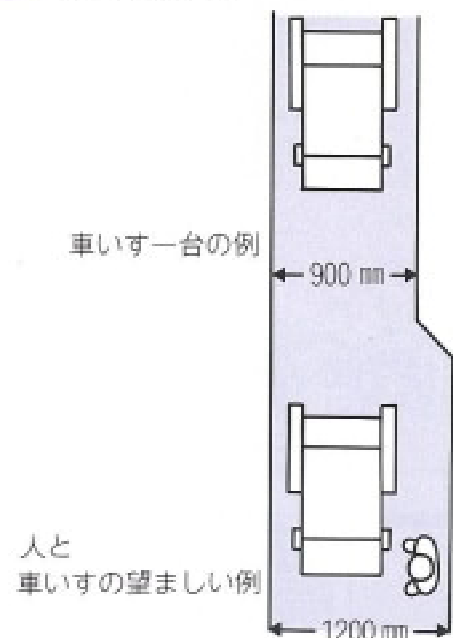
好ましくない例



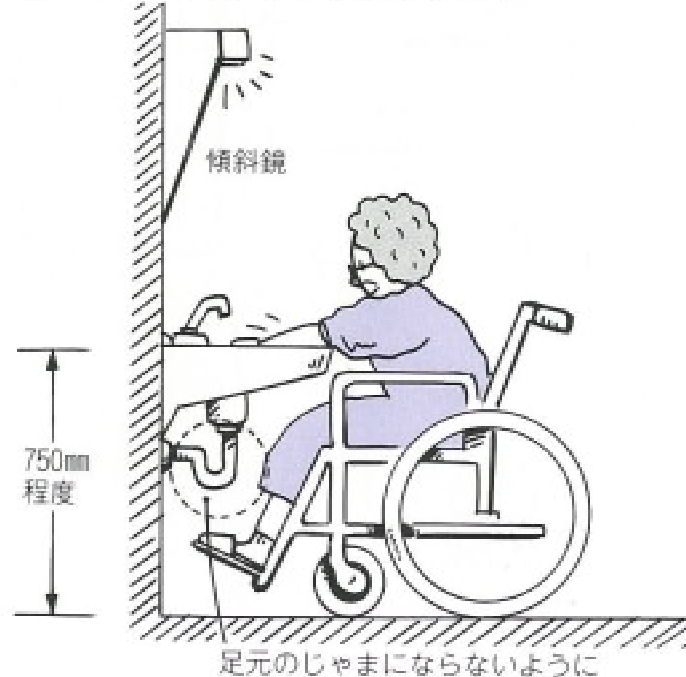
好ましい例



■ 廊下の幅の例



■ 洗面台の高さ(車いす使用時の例)



4. 介護・サービス等への配慮

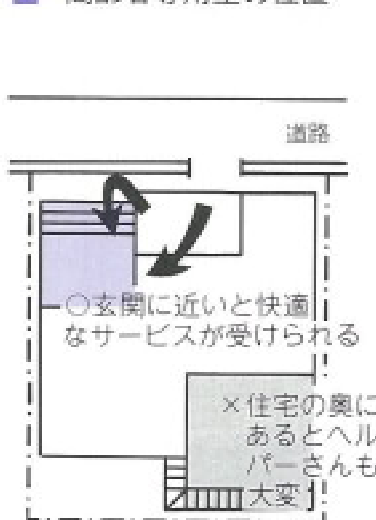
チェックポイント

- ・高齢者専用室は玄関の近くに設ける。または、戸外から直接入れるようにする。
- ・高齢者専用室は便所、浴室に近接して設ける。
- ・高齢者専用室は介護を考慮し、十分な広さとする。
- ・高齢者専用室、便所、浴室には非常時の連絡用ブザーを設ける。

■ 高齢者専用室の例



■ 高齢者専用室の位置



■ 水平移動装置の例



■ 垂直移動装置の例



お問い合わせ等

- 自宅をお年寄り向けに増改築などをする場合の融資についてのお問い合わせ先

千葉県社会福祉協議会 TEL 043 (245) 1551
各市町村社会福祉協議会

- このパンフレットについてのお問い合わせ先

千葉県県土整備部住宅課住宅政策室 TEL 043 (223) 3255