



暮らしの安心と安全

主に家の中の段差をなくすという意味で「バリアフリー」という言葉が一般化してから20年ほどになります。今回は単

＜ポイント＞

- 早めに検討、費用を貯金
- ホームセンターなどで早めに相談
- 触れて歩いて試して決める
- 室内のイメージも一緒に

なる段差の解消だけでなく、身体の負担を減らしながら、スムーズかつ快適に行動できることを目標にしたリフォームを考えます。

出入口の段差解消

高齢者が楽に行き来できる段差は18センチ以下が望ましいとされています。そこで玄関の土間に高さ18センチ程度の踏み台を置いて階段代わりにします。座って靴を履くことも楽にできます。

天板は、しっかりと足が乗せられる大きさのものにしましょう。手すりがあれば安心です。

また、玄関の土間は道路などよりも高いことが多いので、段差を緩やかなスロープに改造しておいた方がよいでしょう。車椅子が必要になった時はもちろんですが、高齢になると足が上がらなくなるので、その備えです。

玄関の戸は、引き戸をお勧めします。開き戸よりも少ない力で開閉できる上、玄関ポーチを広く確保しにくい狭い土地でも開口部を広くできるからです。

床材は実際に歩いて決める

室内では、床材選びも重要です。まずは、滑りにくいのが最優先です。次に、程よいクッション性や断熱性、そしてホコリや髪の毛などが絡みつきたりせず掃除しやすいことも大事です。

フローリングは、床材としては滑りやすい方ですが、滑り止め加工されたタイ

プもあります。滑りにくくするワックスやコーティング剤もあります。

また、ビニール製の「クッションフロア」も便利です。汚れても雑巾で綺麗に拭き取れます。

車椅子や杖を使う場合は、摩擦に強く擦り切れにくいものを選びましょう。

実際にサンプルの上を歩いてみることも重要です。その際、土足やスリッパを履いてみたり、裸足での歩き心地、滑りやすさなどをチェックしてから決めてください。

もちろん、床の色などを思い切って変えてみるのも良いでしょう。

早めの手立てを

こうしたリフォームは、なかなか着手できないものです。でも、家族や配偶者の介護が必要になってからリフォームを考えると、家の中を片付ける体力、気力が十分とはいえないケースが多いようです。

元気なうちからリフォームの素案を考えるなどしていいないと、業者任せになりがちです。良心的な業者であれば問題はないのですが、悪徳業者もいます。それに費用を貯めていないと、リフォーム自体をできない可能性もあります。

「私はまだまだ元気」などと言わず、早めの対応を目指した方がよいと思います。家の中の転倒事故は意外と多く、リフォームに踏み切る理由の一つでもあります。

読売不動産

本社 東京都千代田区大手町 1-7-1 読売新聞ビル内
大阪支社 大阪府大阪市北区野崎町 5-9 読売大阪ビル内

TEL (03) 3217-8309 FAX (03) 5200-1833
TEL (06) 6363-8055 FAX (06) 6316-1400