

能力に合わせ外出楽に

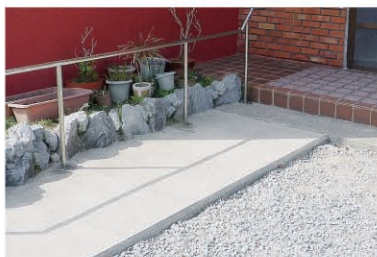
身体能力に合わせた住環境の改善で、障害者の自立（自律）を促すケアリフォーム。排せつや入浴、外出など、日常生活に不可欠な場面で、障害者や介護者の負担を軽減する住まいについて、(有)ラムハウジングに取材した。初回は、玄関とアプローチの例を紹介する。

ケアリフォーム 上（玄関・アプローチ）

●事例紹介



①靴箱に手すりを設けた例。
②この段差が15°程度の目安。段差が大きい場合には、段数を増やすことも可能



③砂利道を一部コンクリートにし、熱を伝えにくいステンレス製の手すり
と滑り止めを設置



1階がピロティになっている住宅の階段に昇降機を設置。介護者と顔を合わせられ安心感もある

玄関やアプローチのケアリフォームは、筋力の低下や歩行バランスの低下、視力障害などが起こった場合に依頼が増える。川上優代表取締役は「外出が面倒になるのは、段差や見えにくさが負担になっていることが多い。それぞれの能力と家の造りに合わせて、体への負担を軽減することで外出が楽に

なり、閉じこもりの防止につながるケースもある」と助言する。階段や玄関の段差は15°程度に抑えるのが一般的。低過ぎても、段差が見えにくく、転倒などの要因になり得る。適度な段差と目につきやすい色の滑り止め、手すりなどを併用することで、安全性もアップするという(左上写真参照)。玄関

へのセンサーライト設置もおすすめ。夜間でも足元や手元が見えて安心なだけでなく、つ忘れや消し忘れの心配がないうえ、省エネ効果も期待できる。車イス利用者には、階段昇降機の設置や(左下写真参照)、アプローチを緩やかなこう配のスロープに改修することも可能。昇降機の設置には、階段に十分な広さが必要なほか、スロープのこう配が急過ぎると利用者や介助者に危険が伴うこともあるので、業者と相談す

るのがよいだろう。川上代表は「高齢者のいる家庭などは、先々の身体能力の低下を視野に入れ、リフォーム時にあらかじめ手を入れておくのも一考」とも。費用の軽減や工期短縮が望めるだけでなく、介護保険や障害者保険の利用時に、それらの費用を使つてより利便性の高い設備の増設に充てることもできる。取材／藤井千加(ライター) 写真提供／(有)ラムハウジング