

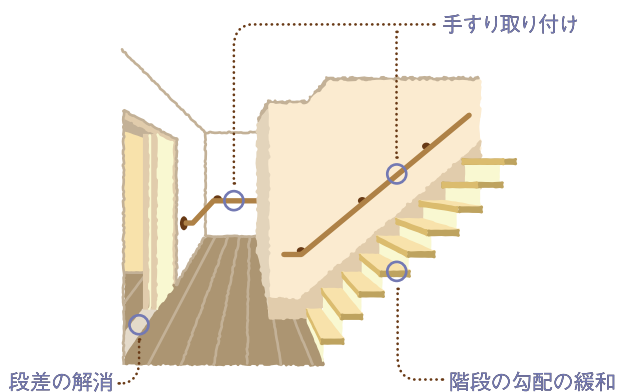


# シニアだけじゃない! これから先も家族みんなが 元気に暮らすための「バリアフリー」

## 家族みんなが“元気に”暮らすための「バリアフリー」の具体例

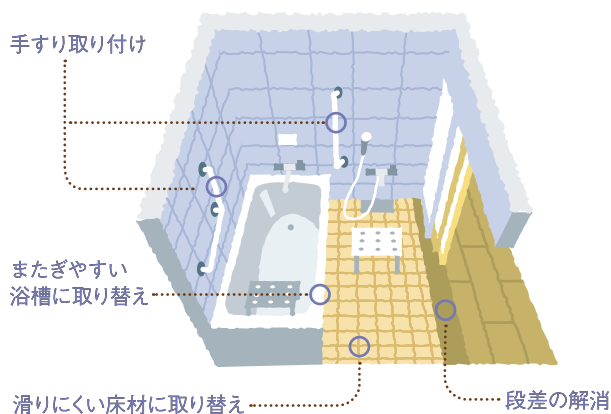
### Case 01 家の中の段差を解消したり 階段の勾配をゆるやかに

家の中にある大小さまざまな「段差」を解消。通路や階段に“手すり”をつけたり階段の勾配もゆるやかにして歩行しやすい環境づくりを!



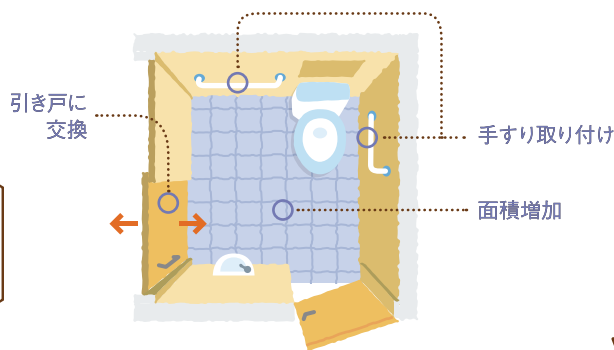
### Case 02 手すりを設け、引き戸を採用 床は滑りにくい素材に

浴槽に出入りしやすいよう手すりを設置。開閉しやすい引き戸へ変更。バリアフリー対応のシステムバスもあるので要検討。



### Case 03 手すりなどで動作を楽に 出入口は引き戸に

便器は洋式にし、立つ・座る動作が楽な高さに。出入口を引き戸にすると、介護する人も一緒に中に入りやすくなる。



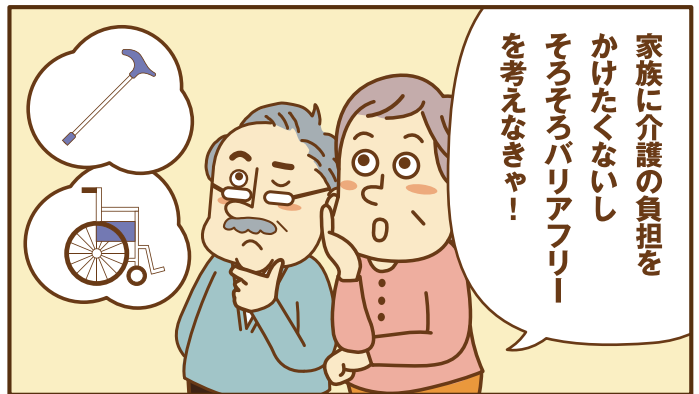
## Point! バリアフリーのポイントは 「水周りとの組み合わせ」

浴室・洗面・トイレの交換とあわせてバリアフリー化を検討してみてください。



Go to NEXT 「断熱リフォーム」について考えてみましょう!

# 暮らしに安心と安全を! 「バリアフリー」



## CHECK LIST!

我が家は大丈夫?

## 「バリアフリー」 診断

段差のない室内や介助スペースを確保するために今すぐチェック!



**Q1** 床や部屋の出入口が凸凹でつまづくことはありませんか?  チェック!

年齢に関係なく、家族全員が安心して暮らすためにも、段差解消は必要です。



**Q2** 階段の上り下りや、玄関先やトイレでかがむ時に、きつかったりしませんか?  チェック!

段差や体勢を変える場所などは、転倒予防のための手すりがあると安心です。



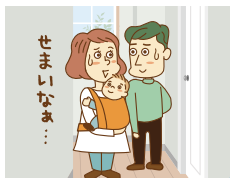
**Q4** 浴室や廊下の床ですべったりしませんか?  チェック!

転倒事故を予防するすべりにくい床材に取り換えることをオススメします。



**Q3** 廊下の幅を狭く感じることはありませんか?  チェック!

車いすが通れる幅があると将来の生活変化にも対応できます。



**Q5** 部屋や脱衣所、トイレなどの扉の開閉はスムーズですか?  チェック!

スライド式の引き戸ならお年寄りや車いすの人などにもドアの開閉が楽になります。

