

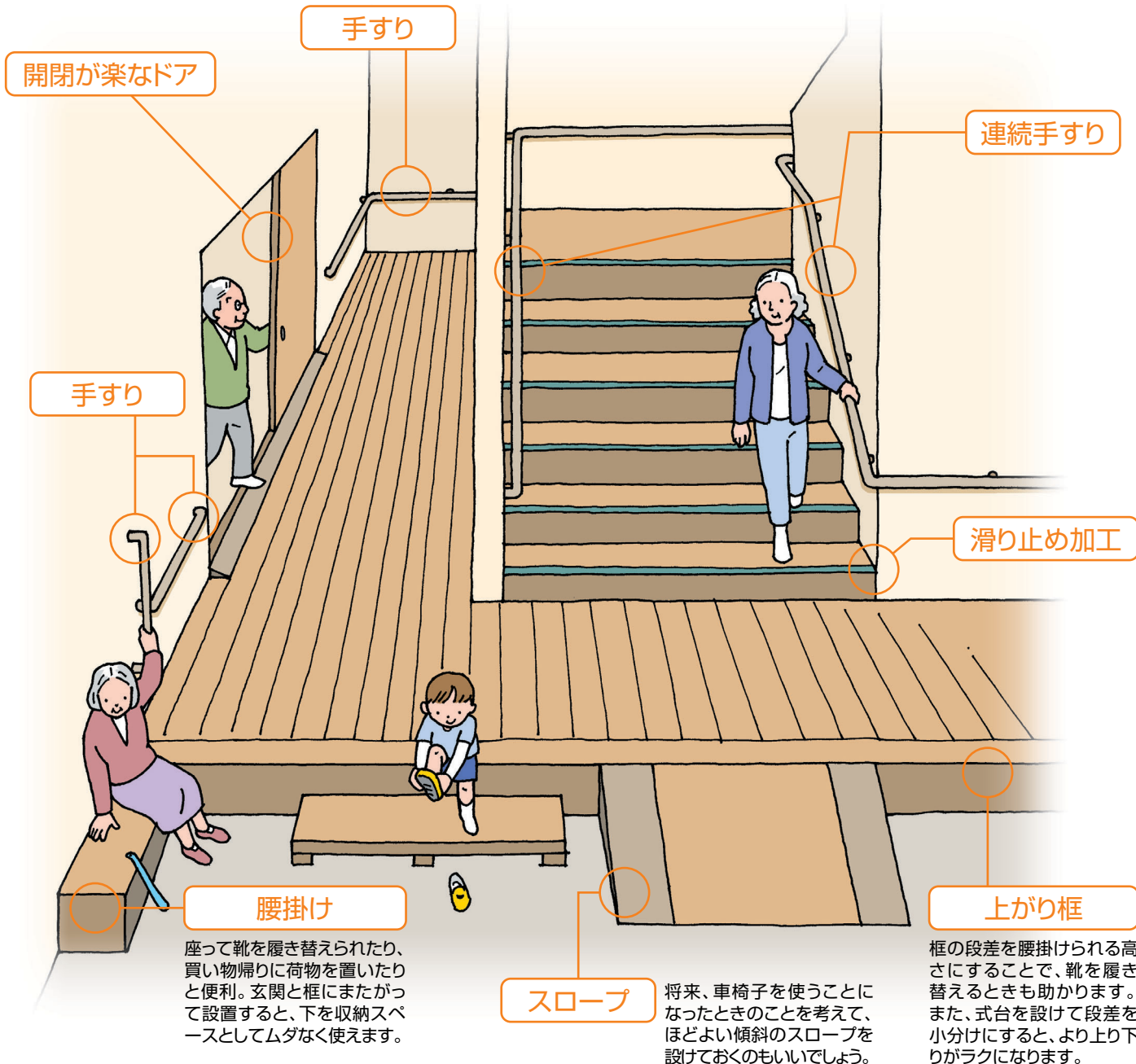
01 高齢

人は足元から弱ってきます!

玄関・廊下・階段・ドア

ちょっとした工夫で、毎日が楽しくなります。

たとえば、階段の上り下りや玄関の出入り。日本家屋の特長ともいえる段差でつまずいてしまうことはありませんか?そんな暮らしの中でのちょっとした不安が、大きな心配事になってしまうことだってあります。毎日を楽しく、豊かに過ごしていくために、まずは玄関や廊下、階段の不安を解消しましょう。



腰掛け
座って靴を履き替えられたり、買い物帰りに荷物を置いたり便利。玄関と框にまたがって設置すると、下を収納スペースとしてムダなく使えます。

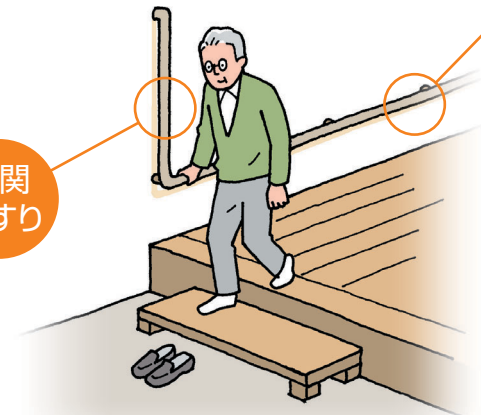
スロープ
将来、車椅子を使うことになったときのことを考えて、ほどよい傾斜のスロープを設けておくのもいいでしょう。

上がり框
框の段差を腰掛けられる高さにする事で、靴を履き替えるときも助かります。また、式台を設けて段差を小分けにすると、より上り下りがラクになります。

玄関・廊下のリフォームポイント

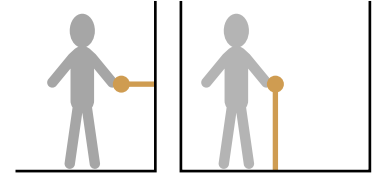
玄関を上り下りするときは、どうしても片足立ちになって姿勢を崩しがち。手すりを設けることで体重を支え、動作を助けます。

玄関手すり



廊下手すり

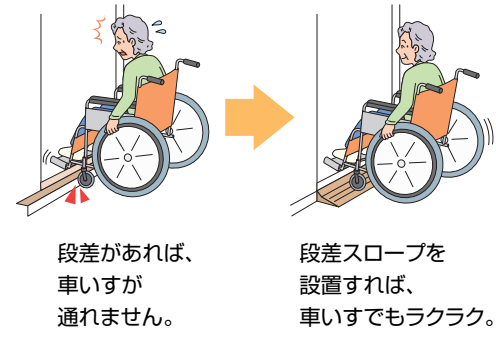
袖口の引っ掛けにも配慮し、廊下幅や使う人に合わせて手すりを設置することで、廊下でのスムーズな移動ができます。



出入口のリフォームポイント

ふいのつまずきや転倒をなくすために段差を解消し、フルフラットにすると、足元に気をとられずに行き来できます。

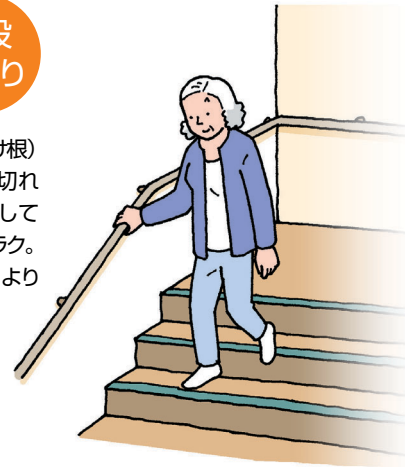
フルフラット



階段のリフォームポイント

階段手すり

腰下あたり(大腿骨の付け根)の高さに、握りやすく、切れ目のない手すりを設置しておくで階段の上り下りがラク。階段の両方向にあるとより一層安全です。



滑り止め

階段でつまずいたり、滑ったりしないために、滑りにくいノンスリップ塗装や2本溝加工を施し、階段の安全性を確保します。



高齢者のリフォームポイント

あえて段差をつけ、暮らしの手助けに。

段差は、つねにやっかいな存在ではありません。立ち上がりの補助として有効な手立てになります。



和室

和室と洋室の間にある段差。ほんの少しだとつまずきや転倒の原因になりますが、15~30cmほどの段差をあえてつくることで、腰掛けや立ち上がりの補助としての役割を果たします。