家の中には、危険な要素がいっぱい。
安心・安全の秘訣は「高齢者を思う」ことです。

障壁（バリア）を解消するのがバリアフリー。例えば小さな段差でも高齢者にとっては転倒の原因になったりと、自宅でも危険な要素はたくさんあります。バリアをそのまま放置してしまうと行動範囲が狭くなり、健康を害する結果に。バリアを改修することで、介助者への負担も大きく軽減されます。

Ⅰ 階段 P102

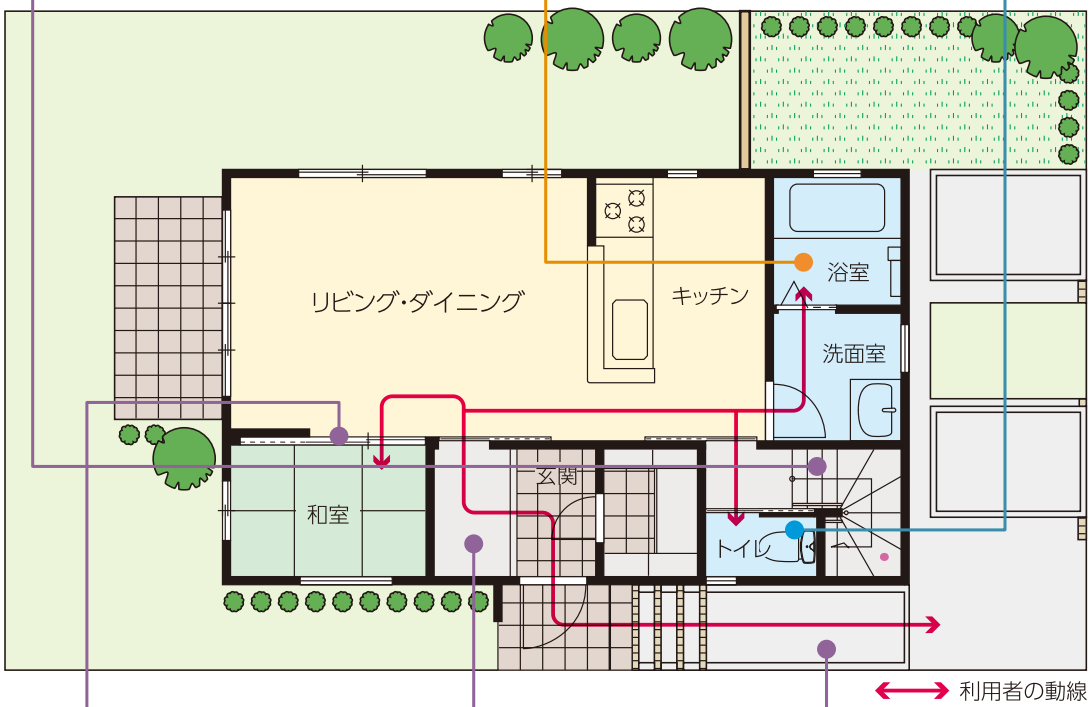
足腰の弱い高齢者にとって、階段はとても大変です。手すりを設置することで昇降運動がラクに行えます。すべり止めマットなどを併用して、転倒を未然に防ぐ工夫も大切です。

Ⅱ 浴室まわり P103～104

入浴中に安定座位がとれず、溺れる危険性がある場合には、浴槽に沿う壁に手すりの設置をおすすめします。浴室の床はすべりやすいため、各所に転倒防止手すりを設置するのが安心です。

Ⅲ トイレまわり P105～106

かがんだり立ち上がる動作は、高齢者にとって大変です。動作を補助する手すりを設置するなどの対策をしましょう。また、用便中の緊急事態に備え、非常通報装置を設置しておくと安心です。



Ⅰ 部屋の出入り口 P102

敷居などの小さな段差でも高齢者にとっては事故の元。段差を解消するスロープなどを設置することで転倒事故を防止できます。また、車いす利用者も活動的に過ごすことができます。

Ⅰ 玄関 P102

段差が多く介助者の負担も多い玄関まわり。上がりかまちの段差を解消する踏み台や手すりの設置のほか、車いす利用者のための昇降機を取り付けるなどして改善をしましょう。

Ⅰ 玄関アプローチ P102

玄関アプローチにある多くの段差は外出意欲を失わせる要因となります。連続手すりの設置、車いすや歩行補助用具を使用しても安心して昇降できるスロープの設置をおすすめします。