

高齢者や障がい者、みんなの快適すまいを考える

☆ケア・リフォームの専門店☆

エポック・ハウス <http://www.epochhouse.com>

ブログ <http://ehouse.air-nifty.com/ehouse/>

---

東京に久しぶりの雪が降った 21 日の土曜日は

町田市のケアマネージャ向け住宅改修研修会の第 2 回目。

NPO 法人として町田市から運営を委託され、スタッフとして参加しました。

朝から降り続く雪のため、電車のダイヤは乱れ、バスも遅れがち。

ケアマネージャさんも緊急事態への対応などに見舞われた模様で

参加率は約 45%と、前回の 90%からガタ落ちでした。

参加できなかった方は誠に残念でしたが

人数が少ない分、参加されたケアマネさんたちにとっては

議論の時間も多く取れて、充実した研修になったと思います。

---

< 今回の INDEX >

- あなたの住まいの耐震性は？
  - 手すりの取り付け その5
  - 介護保険の改正で福祉用具の範囲が変わる
- 

★地震に強い住まいとは・・・★

- あなたの住まいの耐震性は？
- 

昨年のマンション構造偽装事件をきっかけに

住宅の耐震性に対する関心が高まっています。

いつ起こるかも知れない大地震で、いったい自分の生命は守られるのか？

簡単にわかる戸建住宅のチェックポイントがあります。

次の項目を、イエス・ノーで答えてみてください。

<大地震で、あなたの家は大丈夫？>

- もともと地盤が悪い
- 昭和 56 年以前に建築されている
- 1階が店舗や駐車場
- 壁が少なく、窓などの開口部が多い

- 1階と2階の部屋の位置、柱の位置がずれている
- 車が通るとゆれる
- 外壁や土台にあちこちヒビが入っている

このうちの一つでもイエスがあれば、耐震性に疑問を持ったほうがいいでしょう。お住まいの自治体で耐震診断の助成制度などを設けているところがありますので一度問い合わせてみることをお勧めします。

耐震性に問題があるとされた場合には耐震補強が必要になりますが壁に構造用の合板を貼り付けて行う方法が比較的lowコストで行えます。一カ所で20万円弱。どの程度補強するかで総額は異なりますが数十万円～100万円程度が標準的な耐震補強費用となります。基礎や土台、柱の木材が老朽化して腐っていたりするとさらに大規模な改修が必要な場合があります。

東京建設業協会では、ホームページで簡単な耐震診断が行えます。

<http://www.token.or.jp/taishin/>

---

### ★住宅改修の初歩★

#### ■手すりの取り付け その5(トイレ編)

---

在宅で日常生活を送るために、見落とすことができないがトイレです。自立した生活を続けるためにも、自分でトイレへ行ってできるだけひとりで排泄したいというのが多くの高齢者の希望です。

住宅改修によってこのニーズを可能にするにはトイレの場所と使い勝手を検討することになります。

寝室や日中生活するリビングなどからトイレが離れている場合はトイレの位置がそのままでもいいのかを検討する必要があります。押入れをトイレに改造したり、移動したりする改修が必要な場合があります。夜間だけはポータブルトイレを使用するという選択もあります。

トイレの位置の次には、トイレの使い勝手を考えます。木造住宅の場合、ほとんどが約90cm(3尺)の幅でトイレが造られています。中で動きにくいだけでなく、ドアの幅も60cm程度と狭くなっています。

出入りの際の姿勢の安定と、便器前での体の動き便座への腰掛けや立ち上がりなどのために、手すりや昇降便座を検討します。

一般的には、便座横へL型の手すりを取り付けるケースが多いようです。  
その場合、横のバーは姿勢の保持や立ち上がりのプッシュアップが目的です。  
縦のバーは、体を引っ張って立ち上がる動作を助けます。  
便座の正面の壁に横手すりを設けて、つかまって立ち上がる場合もあります。

膝や腰に痛みがある場合は、昇降便座の利用がベストです。  
ちなみに昇降便座とはこんなものです。

→ TOTO トイレリフト <http://www.toto-raku2plan.com/catalog/toilet/seat/seat01.html>

もちろん必要な手すりなどの改修は、ひとり一人のニーズを調査して  
さまざまな提案の中から選択することとなりますが  
住宅改修によってできなかったトイレができるようになるのです。

次回は、手すりの取り付け 浴室編 です。

手すりについてのご質問やご意見などお待ちしております。

↓ ↓ ↓

[ehouse13@yahoo.co.jp](mailto:ehouse13@yahoo.co.jp)

---

★利用できる福祉用具が少なくなる！？★

■ 介護保険の改正で福祉用具の範囲が変わる

---

4月から介護保険制度が大きく改正されます。  
予防介護への移行や介護報酬の見直しなどもありますが  
現在でも詳細が不明な部分も多く現場も混乱しているようです。

住宅改修は、事前申請制度が導入されるようですが  
関連する福祉用具の貸与や販売についても改正が行われます。

厚生労働省の資料によると

『要支援・要介護1などの軽症者に対しては、  
現行の「福祉用具の選定の判断基準」を踏まえつつ  
使用が想定しにくい品目については一定の例外を除き保険給付の対象外とする。』  
ということで、利用者によっては今まで利用していたベッドや車椅子が  
保険対象外となり利用できなくなる可能性があります。

利用する福祉用具の範囲が変わってくると  
住宅改修にも影響が出てくるのかもしれない。

介護保険の改正については、ワムネットで詳しく公開されています。

→ <http://www.wam.go.jp/>

---

■編集後記■

ホームページで住宅改修事例を紹介しようとずっと思っていたのですがページを造るのが面倒で遅れ遅れになっていました。

まとめてページを造る前に、現在試験的というか日記的にブログのほうで事例の一部をご紹介します。

まあ、恥ずかしい失敗もあつたりしますが、一度覗いてみてください。

↓ ↓ ↓

ehouse <http://ehouse.air-nifty.com/ehouse/>

ご意見やご感想をお待ちしています。

【宛て先は】[ehouse13@yahoo.co.jp](mailto:ehouse13@yahoo.co.jp)

---

■『イーハウス通信』 vol.10(2006/1/25号) 毎月2回(第2・4水曜)発行  
メールマガジン担当 伊佐明夫

【ご意見・お問い合わせ、登録の解除は】

[ehouse13@yahoo.co.jp](mailto:ehouse13@yahoo.co.jp)

発行: 有限会社エポック・ハウス 二級建築士事務所

Copyright(c)2005 Epoch House.inc All Rights Reserved.

---