

ニュースレター 3月

2026. 3. 1発行



今月は高齢者向け賃貸住宅に学ぶ 介護リフォームのポイントについてお届けします。



HPのお問合せはこちらから

高齢者向け賃貸住宅は、介護や医療と連携したバリアフリー住宅で、我が家の介護リフォームに大いに参考になります、そのポイントをご紹介します。

1、最新設備満載のサービス付き高齢者向け住宅



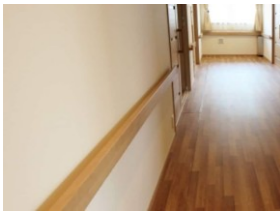
サービス付き高齢者向け住宅、介護リフォームの参考になるアイデアがたくさんある。

サ高住とは、介護や医療と連携し高齢者を支援するサービスが付いたバリアフリー住宅のこと。高齢者向けに特化された住宅のため、設備建材の選び方や配置など、我が家の介護リフォームの際に大いに参考になります。

サ高住にもいくつかのタイプがあり、こちらは入居一時金が不要の賃貸タイプで、月額料金は約18.74～19.22万円。1室18.38～21.86平方メートルの20室で全室個室です。訪問介護や機能訓練を受けられる小規模多機能型居宅介護を併設しているため、24時間サポートを受けることができ、高齢者が安心して暮らせます。

賃貸住宅ですから賃借権があり、利用権の老人ホームとは形態が異なります。また、賃貸契約時にかかる敷金3か月分の経費が必要で、月額料金にはサービス費、食費などが含まれています。

2、段差解消と手すりの取り付けで、行動範囲が広がる介護リフォームのポイント-1



こちらのサ高住では、床は段差無くフラットで、ドアは全て引き戸、各所に手すりが取り付けられていて、住人が屋内どこでもスムーズに移動できるようになっています。加えて、屋外の駐車場から玄関までも段差が無く、自力で外出しやすい工夫がされています。

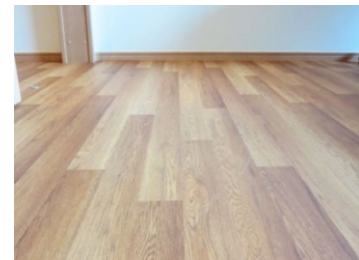


家の中の段差を無くし、手すりの取り付けリフォームをしたら、自力でできることが増えた例は数多くあります。また家の中から屋外への段差を解消しておけば、屋外への出入りがしやすくなり、行動範囲が広がります。

出入りは玄関だけに限定する必要はありません。寝室やリビングからつながる庭にウッドデッキを取り付ければ、段差無くスムーズに庭に出ることができ、またそこから駐車場までスロープを作れば外出がしやすくなります。

介護する側もされる側も楽に、そして要介護者ができるだけ自立できるよう、家の中だけに留まらず、屋外へのつながりも考えたリフォームの工夫をしていきましょう。

3、見た目はフローリング、掃除がしやすい塩ビの床材介護リフォームのポイント-2



床の仕上げはフローリング柄の塩ビシート張りで、モップでのごしごし掃除ができるようになっています。また室内ドアは上吊式の引き戸が取り付けられているので、車いすでも移動しやすく、床に下枠や溝が無いのが特徴です。

床の塩ビシートにはいくつか種類があり、施設などで使われる「重歩行用」と呼ばれる土足で歩けるタイプなら、杖や車いすにも強く丈夫です。介護する人もされる人もできるだけ手間なく暮らせるよう、メンテナンス性の優れた建材を選んでリフォームしましょう。

フローリング柄の塩ビシート。樹脂化粧シート張りの室内ドアは上吊式の引き戸で下枠や溝が無い。

4、トイレが自立の鍵、ベッドから最短距離で計画介護リフォームのポイント-3



トイレに自分で行けるかどうかは、自立の継続にあたって重要なポイントになります。左の写真はサ高住の各個室についてトイレの様子です。ベッドからトイレまでは直線ですぐの位置に、ドアは3枚の引き違いでどちら側からも開閉できます。

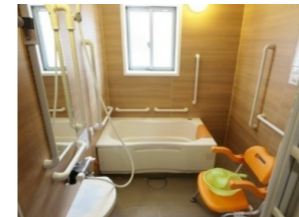
手すりや洋式便器の取り付けリフォームをしたら、トイレに自分で行けるようになったと喜ばれた例もあります。



最近では、大掛かりな工事をしなくても取り付け可能な「ベッドサイド水洗トイレ」もあり、2015年4月の介護保険法改正により介護保険特定福祉用具購入の対象となっています。

高齢になれば、トイレが近くなるので、まずはベッドからトイレまでの移動距離が重要なポイントです。寝室からトイレまでの距離を短く、それからドアの開閉、便座への着席、立ち上がりまでの一連の動きがスムーズにできるようなリフォームを考えてみましょう。

5、広めの浴室に手すりや介助椅子、車いすで使える洗面台介護リフォームのポイント-4



サ高住では共用の浴室があります。入口は3枚引き戸、手すりが付き、介護者が頭側から身体を支えやすい浴槽の片側が空いています。

介助者と一緒に入る浴室の広さは1坪程度が目安です。

浴槽ふちに取り付ける手すりや入浴用いす、床の段差を解消し滑りにくくする浴室内すのこなどは、介護保険を利用して購入やレンタルができる福祉用具があります。また高齢者の場合は、ヒートショック現象を防ぐために冬に暖かい浴室にしておくことも必要です。

断熱や浴室暖房器の設置リフォームなどもあわせて検討していきましょう。



洗面台は足元がくりぬかれていて、車いすでも使いやすい形状になっています。このような形状の洗面台は、車いすでなくとも椅子に座りながら使うことができるため、高齢者にとって使いやすい洗面台になります。

6、介護保険で福祉用具が購入、レンタルできる介護リフォームのポイント-5

要支援、要介護認定を受けている人が、介護保険を使って購入やレンタルができる福祉用具には以下のようなものがあります。

【介護保険で購入できる福祉用具の例】

ポータブルトイレ 水洗ポータブルトイレ

入浴用椅子 浴槽用手すり

浴槽内椅子 浴槽内すのこ など

【介護保険でレンタルできる福祉用具の例】

車いす、特殊寝台、スロープ、歩行器、歩行補助杖

など介護保険でリフォームもできます。

要介護または要支援の認定を受けた人が自宅をリフォームする場合、手すりの取り付けや段差解消などを行った場合に、費用の一部が支給されます。

詳細はお住まいの市町村窓口にご相談下さい。

土木建築リフォーム

株式会社 渡辺組

本社 海津市海津町高須町720-1
0584-53-0174

E-mail: info@watanabegumi-kaizu.com
URL: http://www.watanabegumi-kaizu.com/

*毎月皆様の暮らしのお役立ち情報をお届けしています。何かお気付きの事や知りたい事などございましたらいつでもご遠慮なくお申し付け下さい。皆様のご意見感想を元にお役に立てれば幸いです。