

## 段差の解消

今回のテーマである浴室、玄関は、必ず段差があります。マンションの構造上、段差の解消は難しい場合が多く、別の方法でバリアフリー対策が求められます。又、段差を少なくする場合、0.5～1 cm程度の小さな段差を残すと事故の原因にもなりますし、スロープを付けても滑りやすくお勧め出来ません。浴室内の動作（浴槽に入る、体を洗う等）や玄関での動作（靴を履く等）を本人の動作に合わせて、対策を講じることが重要です。

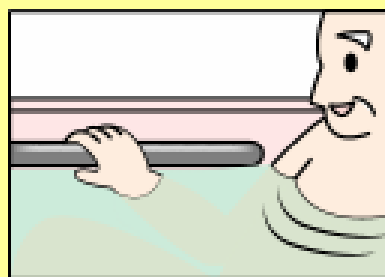
## 部屋別のポイント

### 【浴室】

#### 手すりの取り付け

#### 浴槽立ち座りのための手すり

- ・本人の動作や身体状況に合わせて取り付ける。
- ・横手すり、縦手すりを組み合わせて取り付ける。



#### 浴室出入口の為の手すり

- ・ドアの開閉方向（折れ戸、引き戸、内開き等）に合わせて取り付ける。

#### 浴室又は浴槽に腰掛けを置く

#### 浴室に腰掛けを設置する

- ・浴槽の出入りに体が安定し、本人が安心するよう形状を決める。
- ・腰掛けの高さを浴槽の縁に合わせる。



#### 浴槽の中に腰掛けを置く

- ・腰掛けはガタつきがなく、安定したものにする。
- ・腰掛けの表面は濡れていても滑りにくいものとする。
- ・腰掛けの高さは実際に浴槽の出入りを試行して決める。

#### その他

- ・浴室内の床が滑らないよう、滑り止めマットを敷きつめる。
- ・浴室内が寒くないよう、浴室暖房を取り付ける。等々

### 【玄関】

#### 手すりの取り付け

- ・靴が立位のまま履けるのか、座位で履く必要があるのかで検討内容が異なります。
- ・立位の場合は、段差を降りながら靴を履くことになるので、両方を兼用出来る位置に手すりを設置します。
- ・座位で靴を履く場合、立ち上がり時に利用する手すりが必要です。腰掛け台の設置も検討しましょう。



手すりの取り付けは、高齢者に限らず便利なものです。

「高齢者向け」にこだわらず、設置を検討してみてもいいかもしれません。