

# 『長寿への願いを込めて - 住宅改修と手すり -』

市民  
リポーター  
だより No.2

バリアフリー住宅という言葉が最近よく耳にします。気になってはいるけれど「多額の費用が必要だし、どんなふうにしたら良いのか？ 誰に相談したら良いのか？」分からずにためらっているというかたも多いのではないのでしょうか。

今回の市民リポーターだよりでは、手すりを中心とした住環境づくりについてお伝えします。私自身の介護生活の中で感じたことをレポートすることで、多くの人にもっとバリアフリーを身近に考えてもらえたら...と思います。



リポーターの田村紀代子さん  
(有浦2丁目)



中野さんご夫婦  
(天下町2区)

皆さんは手すりに対してどんなイメージをお持ちでしょうか。「まだ若いから必要ない」というかたも多いでしょうし、「最近、ひざが痛くなってきたけれど、手すりなんて大げさ」と感じるかたもいらっしゃるのではないでしょうか。私自身は、96歳の祖母と同居している実生活の中で、手すりの必要性を感じました。

半年ほど前、足腰の弱っていた祖母は、部屋の中をはって移動する生活をしていました。我が家には手すりが一切なく、洗面などの際は、近くの物に手をかけながら、なんとか立ち上がるという具合でした。祖母も初めは見守りだけで自立していましたが、次第に、体を支えてあげなければバランスを崩し転んでしまうことが多くなりました。私は建築設計の仕事をしていますがそのころは住宅改修に関する知識がなく、「手すりがあるといいのかも...」と漠然と考えてはいましたが、具体的にどうしたら良いのか分からずにいました。それから間もなく、祖母はとうとう足を骨折してしまいました。自分にとっては、何てことない動作なのに、祖母はこんなにも大変な思いをしているのか」と、私もこのとき初めて、住環境整備の大切

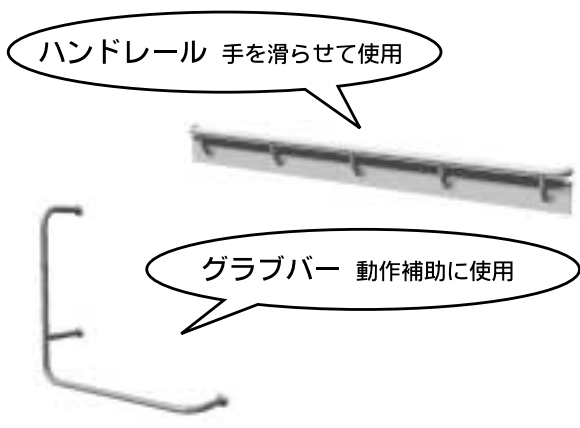
さを肌で実感しました。「もし、手すりがあったら」と、悔やまれ、すぐに行動に移せなかったことを、今でも残念に思っています。

手すりは特別な福祉用具ではなく、私たち誰もが使ったことのあるものです。自分の体が自由に動くうちは、住宅内の不便さを意識する機会も少ないと思います。しかし、もしも住みにくさを感じながら毎日の生活を続けているようでしたら、ぜひ解決案として手すりを考えてみてください。

**手すりの2つの働き**

さすりを肌で実感しました。「もし、手すりがあったら」と、悔やまれ、すぐに行動に移せなかったことを、今でも残念に思っています。

手すりは特別な福祉用具ではなく、私たち誰もが使ったことのあるものです。自分の体が自由に動くうちは、住宅内の不便さを意識する機会も少ないと思います。しかし、もしも住みにくさを感じながら毎日の生活を続けているようでしたら、ぜひ解決案として手すりを考えてみてください。



手すりは普段の生活のなかで、とても身近なものです。