

では実際に手すりの取り付けがされた中野さんのお宅をご紹介します。左半身にまひがあるという「ご主人のため、住み心地」「使い心地」を良くする工夫が、家の中のあちこちに見られます。

簡単な間取り図で手すりの場所を示しました。一般的に住宅内で障壁（バリア）を感じる人が多い場所でもあります。

トイレドアわきの縦手すり

ドアわきの柱に縦手すりが取り付けられています。建具の開け閉め特に関き戸の場合には「身体のバランスを保ち」ながら、なおかつ「建具の開け閉めをする」という動作が加わりますので、しっかりと体を支



えなければなりません。部屋の中であれば家具などに手をついて体を支えることもできますが、トイレのように家具を置けない場所では、手すりなどでしっかりとつかまる場所を作っておけることが大切です。

上がりかまちの縦手すりと式台

玄関内に入ると、上がりかまちのところに縦手すりや式台が設置されています。上がりかまちの高さは22cmあり、このくらいの段差になると、ご主人が自分で上り下りするのは難しいとのことでした。

そのため式台を利用し、上がりかまちをおよそ半分の高さになるようにしています。玄関ドアわきの壁には縦手すりを設置し、しっかりと握る

ことで身体を安定させ、靴の脱ぎ履きなどの上下の動作を補助してくれます。



風除室の手すり

玄関戸の手前に10cmの段差があります。左半身にまひのあるご主人にとって、段差は身体のバランスを崩しやすい場所です。ここには段差を配慮した斜めの形をした手すりが取り付けられています。

玄関周りを安全な環境に整えることは外出の際の不安感を軽減することにつながります。庭に出たり散歩

に出掛けたりすることは、気分転換にもなりますし、ぜひ手すりを利用したい場所の一つです。

