

住まいのバリアフリー化で 家事故を防ごう！

高齢者疑似体験スーツで
80歳の自分を体験！



ポビーの高齢者体験
ムービー公開中！



佐賀県 県土整備部 建築住宅課

〒840-8570 佐賀市城内1-1-59
TEL. 0952-25-7165 FAX. 0952-25-7316
kenchikujuutaku@pref.saga.lg.jp

佐賀県 住宅相談 検索



ストップ家事故！啓発キャラクター ポビー・ジュード

住まいのバリアフリー化 ガイドブック



住まいのバリアフリー化で 家庭内事故を防ごう!

あなたの住まいは安全で暮らしやすい住まいとなっていますか？
今はまだ大丈夫だと思っても、歳を重ねるにつれて
身体・知覚の衰えは進行し、家庭内での事故が起きやすくなります。
事故が起きてしまう前に、将来も安心して暮らすための
大切な“備え”として住まいのバリアフリー化へ取り組んでいきましょう。
バリアフリー化を検討する際の参考として、このガイドブックを
多くの県民の皆さんに利用していただくことを期待しています。

contents

1 家庭内事故の発生状況	03
2 住まいのバリアフリー化に取り組もう	05
STEP 1	07
STEP 2	09
STEP 3	11
3 上手なリフォームの進め方	13
4 リフォームに役立つ情報	15

※バリアフリーとは、障害者や高齢者の生活の中にある障害(バリア)を解消し、
誰もが暮らしやすい社会環境を整備するという考え方のことです





家庭内事故の発生状況

安らげるはずの家庭で、高齢者が転落、転倒する事故が多発しています。過去の事故事例をもとに、自宅の危険な場所を把握しましょう。

家庭内事故は高齢になるにつれて急増！

医療機関ネットワークへ報告された高齢者の事故情報は、平成22年12月から平成30年8月末までに全国で3,964件寄せられており、そのうち、転倒・転落事故が1,766件と最も多くなっています。事故の発生場所をみると、高齢者の事故の約8割が家庭内で起きていることがわかります。家庭内で起きる不慮の事故で亡くなる方は、交通事故で亡くなる方の3倍近くもいるんです。

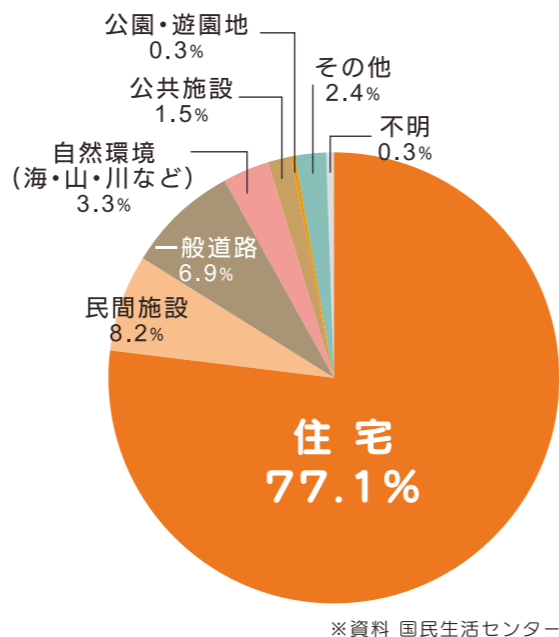
家庭内における不慮の事故による死亡者数



交通事故による死亡者数



65歳以上の事故発生場所(全国)



事故の発生場所(屋内)

- No.1 居室 [45.0%]
- No.2 階段 [18.7%]
- No.3 台所・食堂 [17.0%]

事故のきっかけ

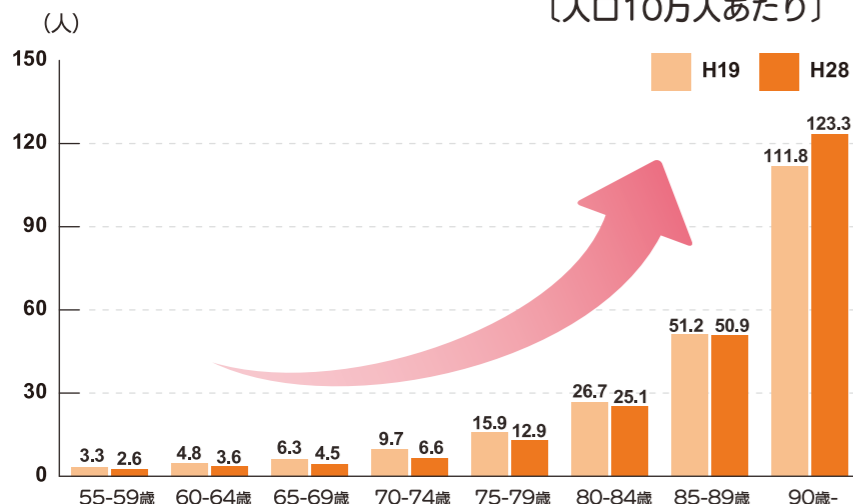
- 転落 [30.4%]
- 転倒 [22.1%]

階段などの段差でつまずき、転落する、足がもつれて家具にぶつかる、ベッドから降りるときに転落する、靴下が引っかかって転倒する、バスマットやじゅうたん、毛布などに足をとられて転倒するなど、ちょっとしたことが転落・転倒の原因になっています。

※資料 国民生活センター

家庭内の「転倒・転落」による死亡者数

(人口10万人あたり)



※資料 人口動態調査

75歳以上になると5歳年齢が上がるごとにほぼ倍増する傾向

高齢者の家庭内での転倒・転落事故による死亡者数を年代別に人口10万人当たりで見ると、年代が上がるにつれて増加することがわかります。

こんな事故が起きています！



事例1 階段から転落

自宅の階段12段目から転落した。頭部及び下腿部から出血。急性硬膜下血腫で入院。

●事故発生年月 平成30年4月(80代男性)



事例2 段差で転倒

自宅玄関でつまずき、転倒した。頭部に4cmの切り傷ができ、大腿骨を骨折した。

●事故発生年月 平成29年7月(70代男性)



事例3 浴室で転倒

孫をお風呂に入れていた際、転倒し、プラスチック製の椅子で腹部を打撲した。自宅にて様子を見ていたが、転倒から7~8時間後、不穏な状態が出現したため、救急要請。心肺停止で病院搬入。左腎損傷、脾損傷、後腹膜血腫、腸間膜血腫があり死亡。

●事故発生年月 平成30年5月(60代女性)

家庭内事故の傾向

- 転倒・転落事故は高齢者の日常生活でも発生し、死亡に至るおそれがある
- 65歳から事故が発生しやすくなっている
- 後期高齢者にあたる75歳以上になると死亡者数も増えている

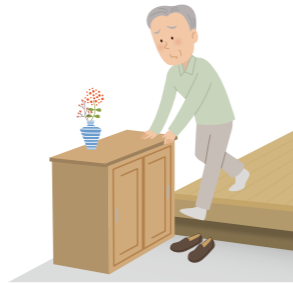
バリアフリーは、これからも安心して暮らしていくための大切な「備え」です。
 早めの対策で家事故をしっかり防ぎましょう。

まずは危険箇所を“知る”ことから

家の中のどういうところに事故の危険が潜んでいるか、
 チェックリストで確認してみましょう。

チェック！
あなたの家に危険な場所はありませんか？

玄関の段差の昇り降りに不安はありませんか？



階段から落ちそうになったことはありませんか？



敷居や段差につまづいたことはありませんか？



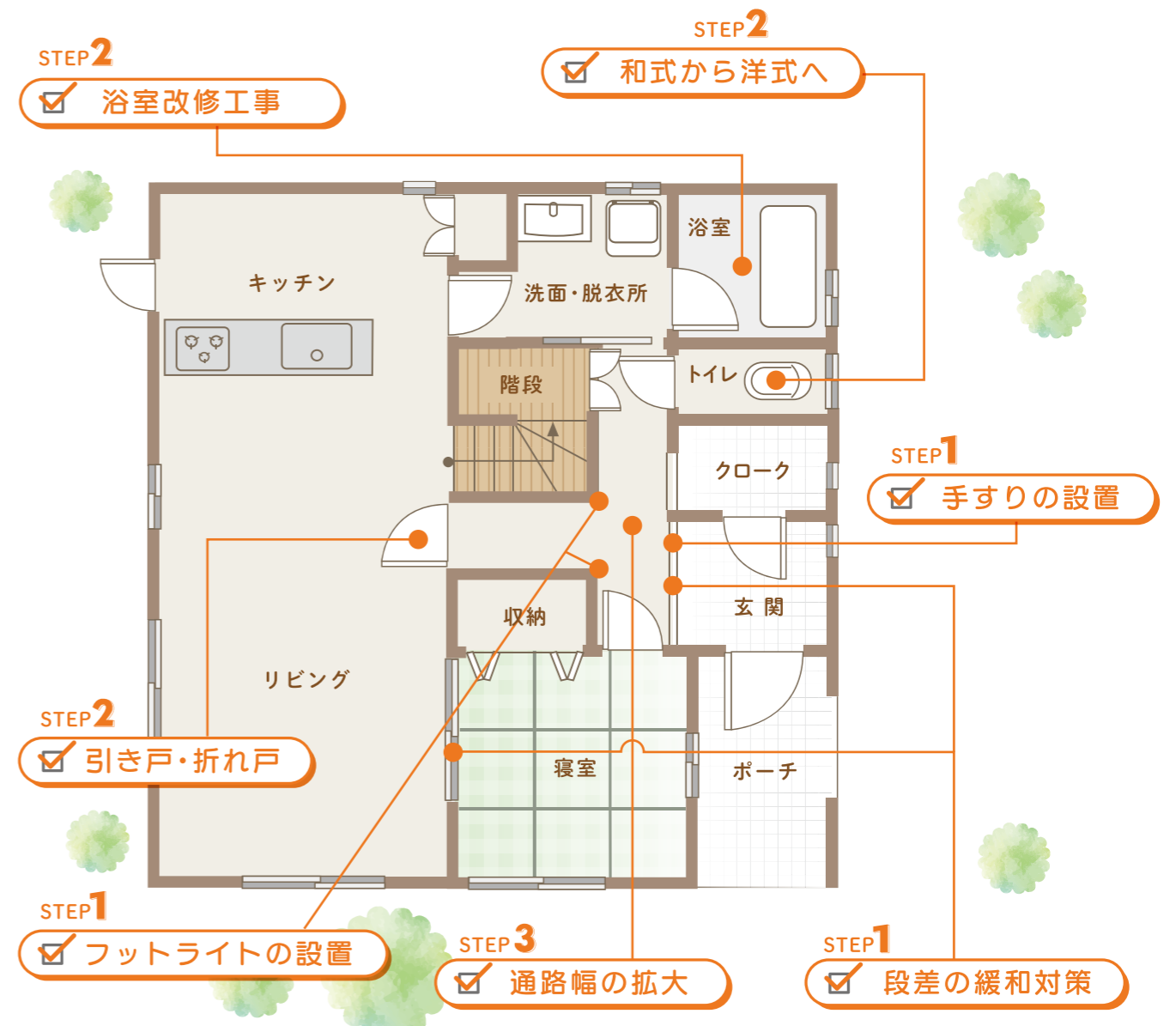
お風呂で滑って転びそうになったことはありませんか？



住み慣れた家でも危険がいっぱい！
 どんな対策をしたらいいの？

家族みんなが安心して暮らせるバリアフリーのヒント

各家庭でできる対策や改修工事、大掛かりな改修工事までバリアフリー化はさまざま。
 次ページから自分にあったバリアフリー化を見つけるための**3ステップ**を紹介します！



STEP 1

DIYで手軽にできるバリアフリー対策

いざと言う時に困らぬよう、将来の様々な状況に対応できる準備をしておくことが重要です。大掛かりな工事を行う本格的なバリアフリー化もありますが、まずはホームセンターで手に入る材料を使って家庭でも手軽にできるバリアフリー対策からはじめませんか？

✓ 手すりの設置



改修内容
玄関、階段、廊下、浴室など転倒しやすいところや昇り降りするところに手すりを設置する。

- アドバイス**
- 暗いところでも誘導の助けになる
 - 取付位置や強度などに注意すれば、DIYでも設置可能

✓ 段差の緩和対策



改修内容
敷居などの段差に段差解消用スロープを置いて、つまずき・転倒を防ぐ。

- アドバイス**
- 手軽に設置することができるが滑らないようにしっかりと固定すること

✓ 玄関上がりかまちの段差緩和



改修内容
踏台を置き、玄関の段差の昇り降りをしやすくする。

- アドバイス**
- 靴の脱ぎ・履きがしやすいように椅子（腰掛け）を置いておくのもよい

✓ フットライトの設置



改修内容
暗い中でも移動しやすくするために、廊下などにフットライト（足元灯）を設置する。

- アドバイス**
- 人感センサーや暗くなったら自動点灯する機能がついたものがよい
 - コンセントに差し込むだけで使用できるものもあり、手軽に設置できる

✓ 滑りにくい床材

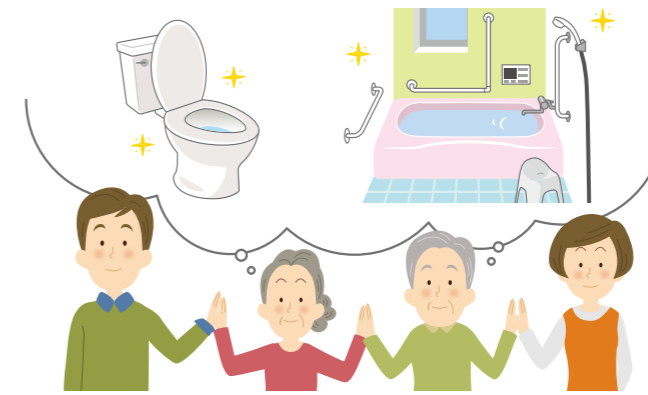


改修内容
滑りにくい加工が施されたマットやコルクマットなどを敷く。

- アドバイス**
- カーペットの端に引っかかり転倒しないよう専用の滑り止めテープなどでしっかりと固定する
 - クッション性のある床材にすると、転倒したときの衝撃を緩和できる

バリアフリーリフォームで家庭内事故防止

その家に住む家族全員が暮らしやすいようにリフォームすることで家事故を確実に防止しましょう。
その時になって困らないよう、色々なパターンを想定し将来のための準備をしておきましょう。



✓ 浴室改修工事



改修内容

- ①またぎ高さが低い浴槽にする
- ②バリアフリー対応のユニットバスへの改修
- ③滑りにくい床材・手すりの設置

アドバイス

- ヒートショックへの対策として浴室・脱衣所に暖房機能を付けることも大切

※ヒートショックとは、室内間の温度差から血圧が急激に上昇・下降すること

✓ トイレ改修工事



改修内容

- ①立ち座りがしやすく、足腰への負担が少ない洋式便器への改修
- ②立ち上がりを助ける手すりの設置

アドバイス

- 車椅子の方でも自力で開閉しやすいよう引き戸に
- 座面の位置が高い便器に交換すると立ち上がりやすくなる

✓ 建具の取り替え



改修内容

開閉時にスペースをとらず、開閉しやすい引き戸や折れ戸などへ取り替える。

アドバイス

- 開け閉めのとき、自動でブレーキがかかり、ゆっくりと動く戸はケガの防止に
- 扉の取っ手も使いやすい(つかみやすい)ものに

✓ 玄関スロープの設置



改修内容

玄関アプローチ(屋外)に歩きやすい角度や幅のスロープを設置。

アドバイス

- 雨でも滑りにくい素材を設置する
- 手すりを設けてケガ防止
- 車椅子でも通行ができるようにする

STEP 3

大規模な改修工事により安全な住まいへ

介護や車椅子が必要となった場合、住まいのバリアフリーは必須です。
バリアフリー設備はどんなものがあるのか事前に確認しておきましょう！

✓ 通路幅拡張



改修内容
車椅子でも生活しやすいよう通路や出入口などの幅を広げる。

アドバイス

- 車椅子での生活を想定した場合有効幅850mm以上は確保したい
- 室内のドアは引き戸や折れ戸にすることで、開閉が楽に

✓ 段差解消工事



改修内容
車椅子でも通行ができるよう、床の増し張りや敷居の撤去などで段差をなくす。

アドバイス

- 住まいすべての段差を解消することが望ましい
- 段差が大きい場合は、段差昇降機を設置することも考えられる

✓ 階段改修工事



改修内容
傾斜の急な階段を緩やかな勾配のものに取り替える。

アドバイス

- 座ったまま自動で昇降できる自動昇降機やホームエレベーターなどもある
(設置するときは専門家に要相談)

福祉用具を利用して生活をサポート！

バリアフリーMEMO

住宅改修工事と合わせて利用したい福祉用具

佐賀県在宅生活サポートセンター(詳しくはP17へ)では、約600点の福祉用具の展示や試用貸出、自己学習・研修のためのビデオの貸出も行っていきます。お気軽にお問い合わせください。

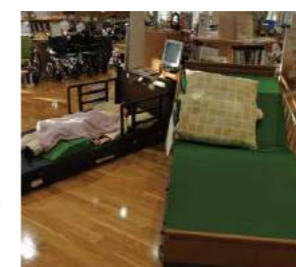
- その他、さまざまな福祉用具をご覧ください。



入浴補助用具



車椅子



特殊寝台(介護ベッド)



シャワーチェア



ポータブルトイレ(腰掛け便座)

住まいの不安や悩みを解決して心地よい住空間を実現するのがリフォームです。
せっかくのリフォームで失敗しないように、家族みんなで話し合って進めていきましょう。

1 イメージする

どんなリフォームをしたいか明らかにしましょう

- 要望を洗い出す、優先順位を整理しておく
- 建物診断による住まいの総点検
- 住まいの図面などを探しておく
- 気になることは早めに専門家に相談する

Point!

普段の住み心地としてすきま風や結露、建具の建てつけ、設備の劣化などについて家族でチェックするのも◎。住まいを総点検してみましょう。気になることがある場合には、専門家に建物状況調査(インスペクション)を依頼するのもよいでしょう。



2 費用の目安をたてる

どのくらいの費用が必要か検討しましょう

- 全体の予算を考える
- 助成制度なども有効に活用

Point!

費用の相場を把握し、自分たちでどのくらいの資金が確保できるかの見直しをつけておくことが重要です。



3 事業者を決定する

信頼できる業者を選びましょう

- 事業者の候補をリストアップする

Point!

信頼できる業者を選びましょう。迷ったら佐賀県安全住まいづくりサポートセンター(詳細はP18)に相談してください。



4 契約書を取り交わす

契約する内容をしっかり確認しましょう

- 必ず契約書を取り交わす
- 契約添付書類も重要

Point!

口約束だけだと後になってトラブルの原因にもなるので必ず書面で契約しましょう。



5 現場を確認する

工事が契約どおりに進んでいるか確認しましょう

- 家財の片付け、近所への挨拶など準備は万全に
- 契約どおりに進んでいるか確認する
- 追加や変更の工事は書面で確認する

Point!

近所への挨拶はもちろん、マンションの場合は管理組合に工事の了承を得ましょう。予定外の費用が発生する可能性もあるので、その場合は業者からきちんと説明を受けましょう。



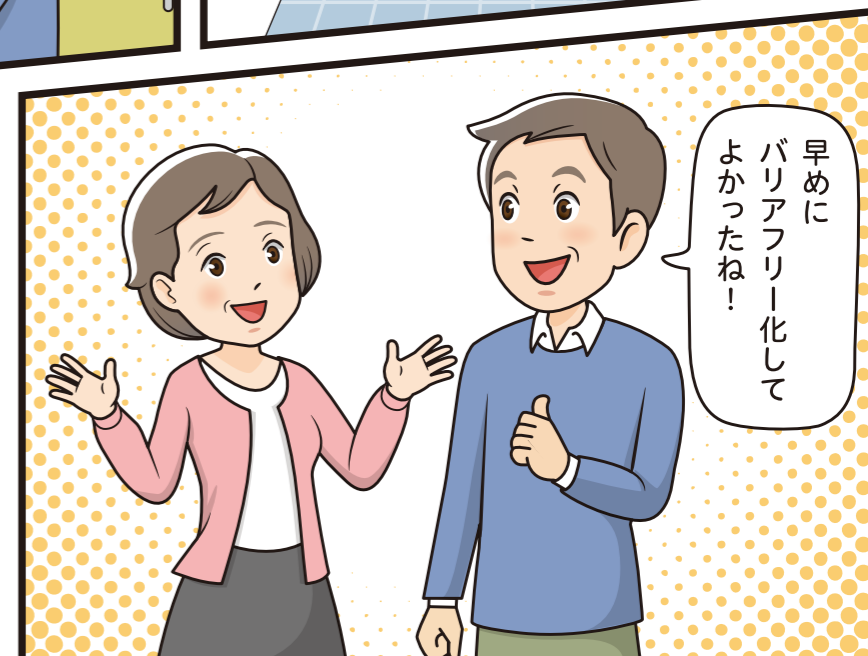
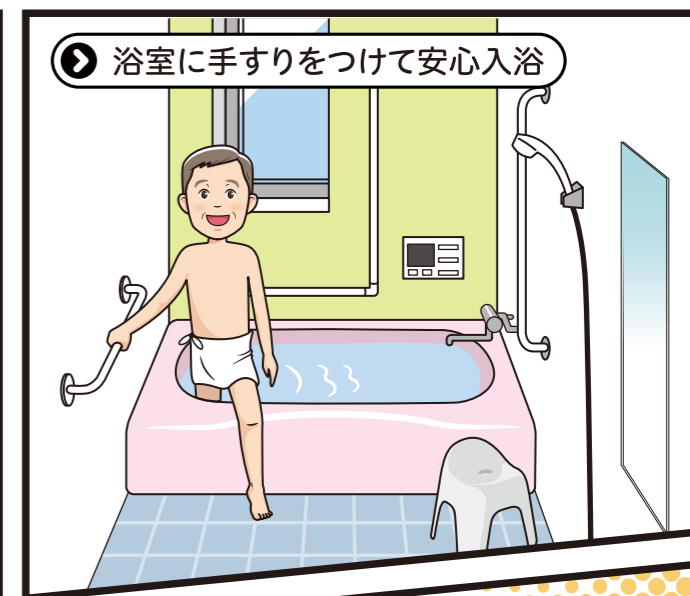
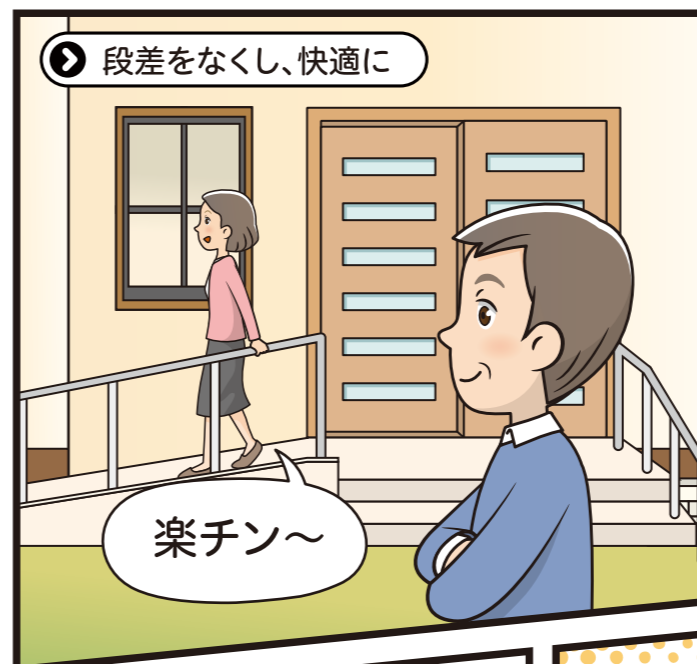
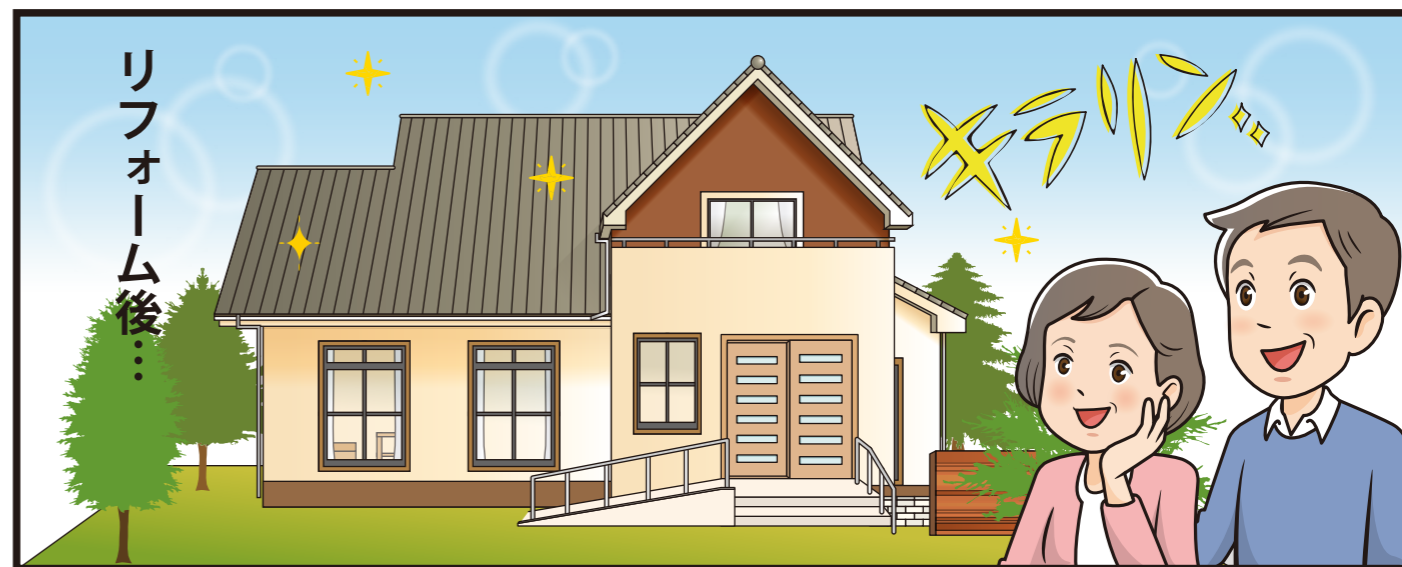
6 工事の最終確認をする

現場と書類の確認をしてリフォームの完了です

- 事業者と現場の最終確認を行う
- 引き渡しの手続きを行う
- 書類を確認して保管する
- 完成後のメンテナンスも重要

Point!

依頼どおりの仕上がりになっているか、工事担当者と一緒にチェックします。また、アフターサービスの範囲や入居後のメンテナンスの目安などについても相談しておくといでしょう。





リフォームに役立つ情報

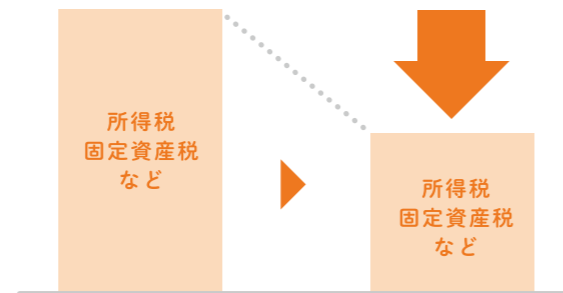
リフォーム工事費用の負担を軽減する制度などが充実しています。これらの制度をうまく利用して快適であなたらしい暮らしを実現させましょう。

知っておきたい、助成制度

皆さんはご存知でしょうか？リフォームをする際、国や自治体からさまざまな補助を受けることができます。制度を利用することでバリアフリーリフォームをより手軽に行えるので、ぜひ活用しましょう！

バリアフリーリフォームで利用できる減税制度

一定の要件を満たした改修工事を行うことで、所得税の控除・固定資産税の減額措置が受けられます。対象となる工事や要件など詳しくは、お住まいの地域の税務署、市町担当窓口、リフォーム工事を依頼した業者などへご相談ください。



玄関の段差と部屋の入口の段差が気になるな

トイレは便座の位置を高くして立ち座りを楽にしたい！

浴室はすべりやすいから手すりがほしいな

所得税(ローン型減税) (5年以上10年未満のローン) 最大減税額 62.5万円 〔5年〕	所得税(投資型減税) (5年未満のローン・自己資金) 最大減税額 20万円 〔1年〕	固定資産税 減額 家屋にかかる固定資産税の 1/3 を軽減
---	--	---

■問い合わせ先

所得税:お住まいの地域の税務署 固定資産税:お住まいの市町の担当窓口

■リフォーム減税の概要や証明書などについてはコチラ

国土交通省ホームページ [国土交通省 リフォーム減税](#) 検索

■リフォーム融資(満60歳以上の方を対象としたリフォームローン)

独立行政法人 住宅金融支援機構 お客様コールセンター TEL. 0120-0860-35〔9:00~17:00受付(祝日・年末年始を除く)〕

※法律や制度は毎年変わります。最新の情報は各情報機関、各地方公共団体にお問い合わせください。

介護保険から、住宅改修費の費用が支給されます

要支援や要介護の認定を受けている方は、介護保険で住宅改修を行うことができます。対象となる工事については、工事にかかった費用を利用者がいったん全額支払い、必要な書類をそろえて市町へ申請すると20万円を限度に費用の9割が支給されます。

問い合わせ先 お住まいの市町の地域包括支援センター

国や県、市町の助成制度を活用できるか事前に確認しましょう

工事を始める前に申請が必要な場合があるので、必ずリフォームをする前に確認しましょう。詳しくは、各地方公共団体にお問い合わせください。

地方公共団体が実施する住宅リフォーム支援制度を検索できます。

一般社団法人 住宅リフォーム推進協議会 [地方公共団体 リフォーム支援](#) 検索

信頼できる業者を選びましょう！

業者を選ぶときのポイント

- 希望するリフォームと業務内容が合っているか
- 実績のある業者か
- 事業者団体に加盟しているか
- 建設業許可等を受けているか
- 自宅からあまり遠くないか など

さまざまな観点から検討！

(一社)住宅かし担保責任保険協会のホームページでリフォームかし保険に登録している優良な事業者を住所から検索することができます。

[住宅かし保険](#) [登録事業者](#) 検索 http://search_kashihoken.jp

※リフォームかし保険は、リフォーム工事の検査と保証がセットになった保険です。工事にかし(欠陥)があった場合には、補修費用が保険金で支払われるので安心です。

うちにも
バリアフリー化は必要？

何から始めれば
いい？

手すりって
どうやって
取り付けるの？

今の家で
将来も安全に
暮らせるかな...

こんな疑問やお悩みがある方はこちら！

建築士による 無料住宅相談のご案内

バリアフリーといっても必要なリフォームは家庭によって様々です。
家庭に合ったバリアフリー化ができるよう、まずは相談してみませんか。
バリアフリー化に関わらず、住宅に関することなら何でも、窓口または電話で
相談を受け付けています。お気軽にお問い合わせください。

相談窓口

TEL. **0952-30-2055**

佐賀県 住宅相談 検索

場所 佐賀県在宅生活サポートセンター

佐賀県在宅生活サポートセンターのご案内

バリアフリー住宅の改修事例を実際に見て、触れて体験できます。

● 開館時間 / 9:00~17:00 休館日 / 毎週月曜日・祝日・年末年始

モデル住宅で
バリアフリー化を体験！



〒840-0804 佐賀市神野東2-6-1 (さがサポセンターいきいき館内)

TEL. **0952-31-8655** / FAX. **0952-30-2591**

✉ ikiikikan@saga-zaitaku-seikatu.jp

<http://saga-zaitaku-seikatu.jp>

佐賀県在宅生活サポートセンター 検索

リフォームに役立つ相談窓口

現地で住宅相談をしたい

お近くのサポーター登録建築士が現地に出向いて、無料で相談に応じます。

- 住まいの安全について、相談や目視による診断
- 工事内容や見積書の見方など住まいづくりをアドバイス

佐賀県安全住まいづくりサポートセンター

(一社)佐賀県建築士会(事務局)

TEL. **0952-26-2198**

(一社)佐賀県建築士事務所協会

TEL. **0952-22-3541**

佐賀県 安全 住まい 検索

リフォームについて詳しく聞きたい・相談したい

公益財団法人 住宅リフォーム・紛争処理支援センター



- リフォームや住宅に関する情報
- トラブルなどに関する弁護士及び建築士による専門家相談
- リフォーム見積もりチェックサービスについて

TEL. **0570-016-100** (ナビダイヤル)

受付時間: 10:00~17:00(土・日・祝休日、年末年始を除く)

※PHSや一部のIP電話をご利用の方は TEL. 03-3556-5147

住まいるダイヤル 検索