

住宅改修・福祉用具の活用

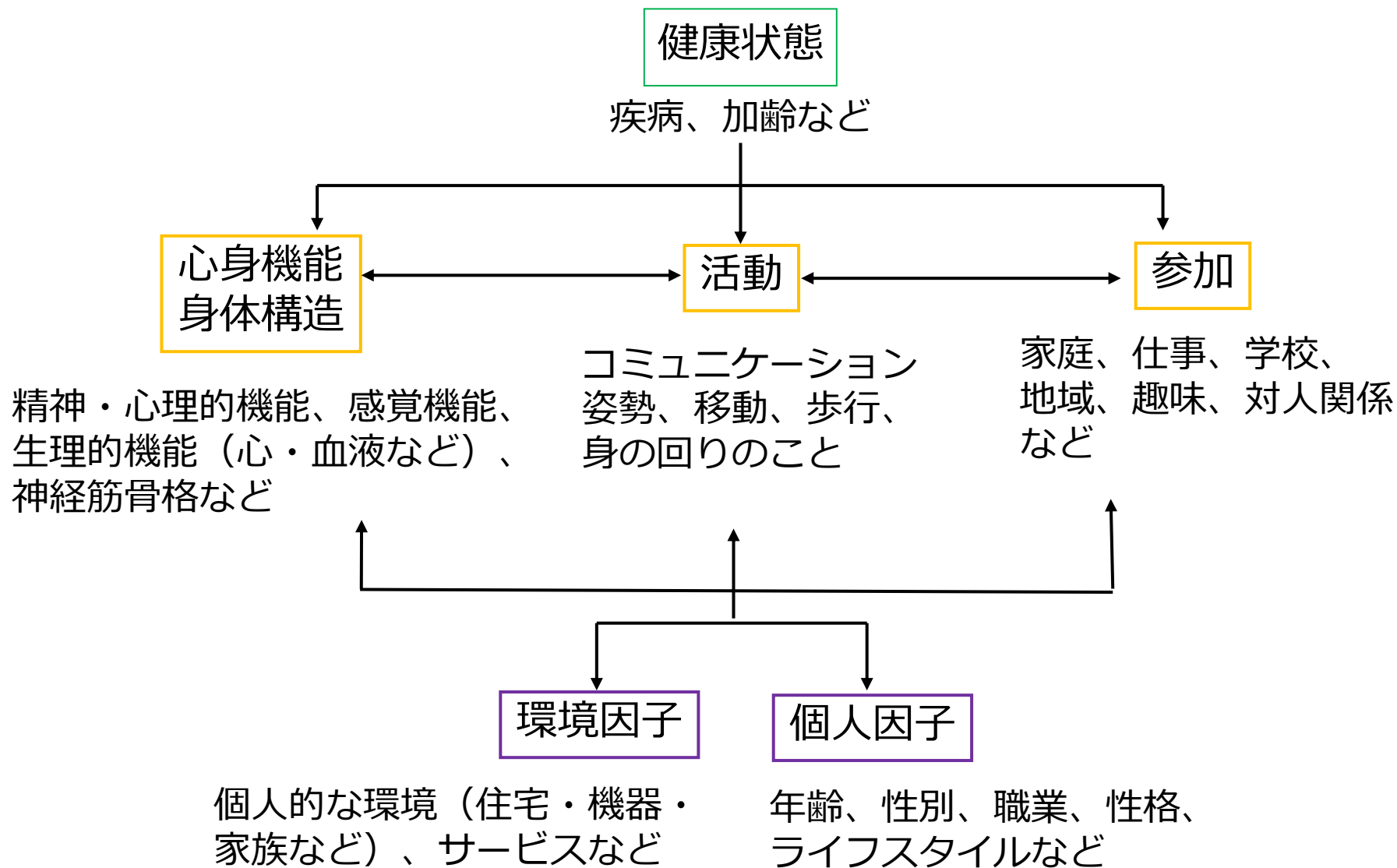
(一般財団法人) 神戸在宅医療・介護推進財団

本日の内容

- I . 住宅改修の基礎知識
- II . 基本的な知識
手すり、各所の特徴
- III . 事例紹介

I . 住宅改修の基礎知識

国際生活機能分類 (ICF)



対象者のとらえ方(ICF)

変形性膝関節症

膝が痛い
膝を曲げる×
下肢筋力×

段差△
トイレで
立ち座り△
風呂を跨ぐ×

旅行×
友人に会う×
老人会×

住宅改修
福祉用具

玄関に手すりが無い
和式トイレ
浴槽が高い

頑固
高齢
年金生活

社会的背景

- 在宅での生活期間延長・高齢の在宅生活者の増加
- 家庭内での介護力の低下(核家族化・老々介護)
- 在宅での事故の増加
- 寝たきり高齢者の増加



住宅改修

現状の問題に対する解決方法の一つ
生活の質を向上
『在宅生活』を少しでも安心して過ごす

住宅改修（環境調整）の目的

- より安全な生活を送る援助
- 身体機能の補助、自立度向上
(出来ることを増やす)
- 介護者の負担軽減
- 痛みや苦痛の除去、二次的障害の予防
(変形・褥瘡)
- QOL向上

住宅改修の流れ

① 生活から問題点を抽出
→本人・家族のニーズの確認

医学的情報・ADL・介護力
1日の過ごし方
経済面・家屋の状態

② 住環境調整の基本方針の検討

→生活での問題点を
明確化する

③ 施工の実施

改修案の検討
●住宅改修
●福祉用具の活用

④ 工事完成後のチェック

⑤ フォローアップ

住宅改修における連携

医療分野

医師・看護師・作業療法士
理学療法士など

建築分野

建築士・大工など

本人・家族



福祉分野

介護支援専門員（ケアマネージャー）・介護福祉士など

福祉用具分野

福祉用具専門相談員
福祉用具プランナーなど

専門職間の垣根を越えて協働することがとても重要

能力に合わせた住環境調整①



屋外歩行

フリーハンド or 杖など使用
エレベーターの有無
階段昇降
靴の脱ぎ履き



屋内歩行

伝い歩き or 杖など
歩行状態の変化（夜間・日中）
入浴・トイレなど介助の有無
敷居などでの転倒リスク



車いす移動

自走 or 介助
玄関の出入り
廊下やドアの幅
床材の検討
介助スペースの確保

能力に合わせた住環境調整②



座位移動

(這って移動・いざり寄るなど)

排泄・入浴方法の検討
段差解消 床材の検討



寝たきり

ベッド周囲の環境
ベッド・マットレスなど

その人がどのように移動しているかによって
環境調整が変わる

生活動線の把握が重要

介護保険が適用される住宅改修



1. 手すりの取付

トイレ・浴室・洗面所・廊下
玄関まわり・階段など



2. 床段差の解消

玄関・廊下・居間・トイレなど



3. すべりの防止

階段・浴室
玄関まわり・和室など



4. 引き戸等への取り替え

トイレ・浴室など



5. 洋式便器等への取り替え

トイレ



6. 付帯して必要な工事

トイレ手すり設置のための下地工事など

介護保険で可能なこと(福祉用具)

●福祉用具の貸与

1. 車いす
2. 車いすの付属品
3. 特殊寝台
4. 特殊寝台付属品
5. 褥瘡予防用具
6. 体位変換器
7. 自動排泄処理装置
8. 手すり(取り付け工事を伴わない)
9. スロープ
10. 歩行器
11. 歩行補助
12. 認知症老人徘徊感知器
13. 移乗用リフト(吊り具の部分を除く)

●福祉用具の購入

1. 腰掛け便座
2. 自動排泄処理装置の
交換可能部品
3. 入浴補助用具
4. 簡易浴槽
5. 移乗用リフトの吊り具の部分

Ⅱ． 基本的な知識 ～手すり～

手すり

横手すり



平行移動

縦手すり



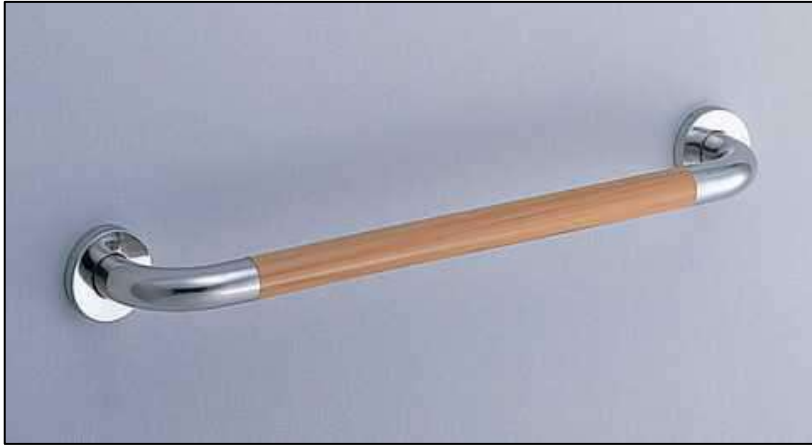
段差解消・立ち上がり
立位保持

斜め手すり



階段昇降

屋内手すり



I 型



L 型

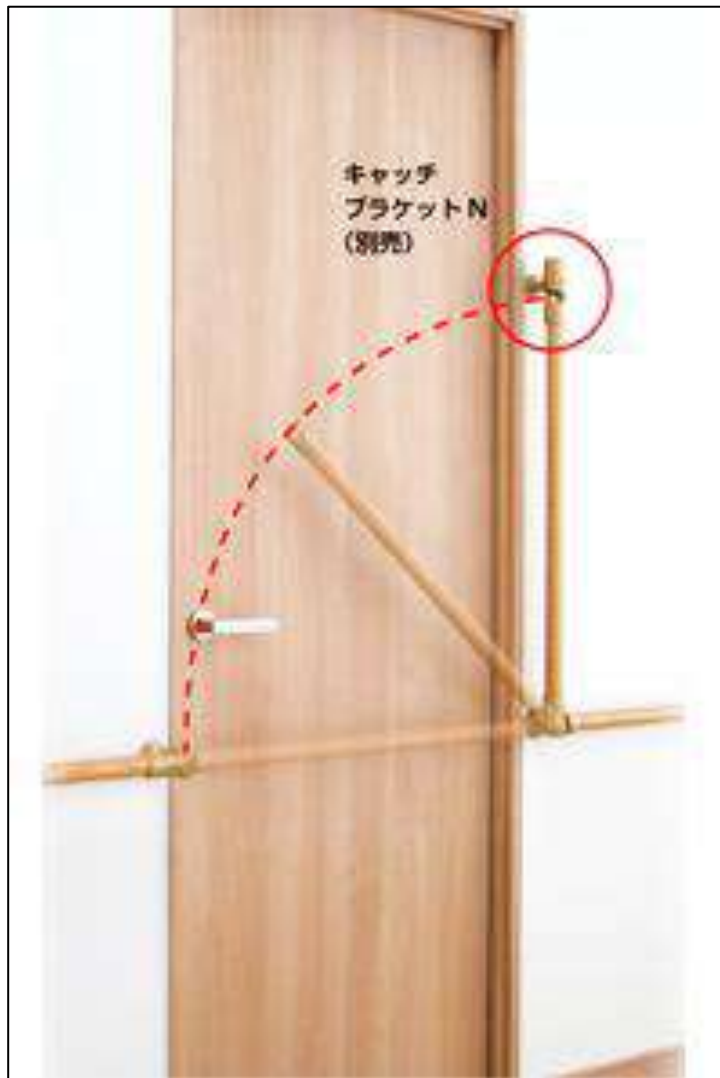


角付け型

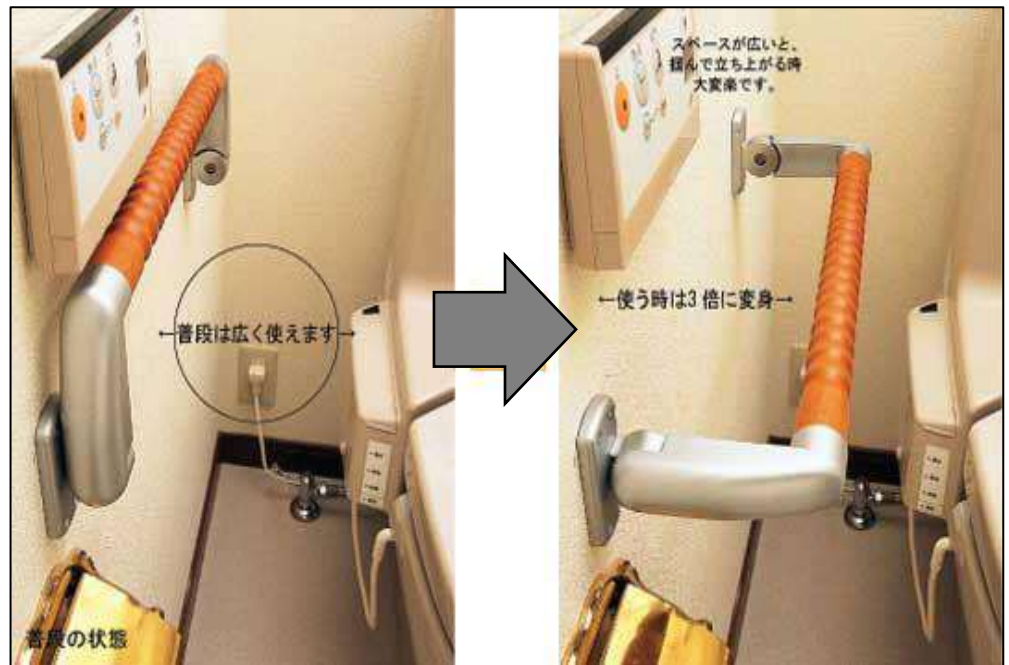


オフセット型

屋内手すり



跳ね上げ型



折りたたみ型

屋外手すり



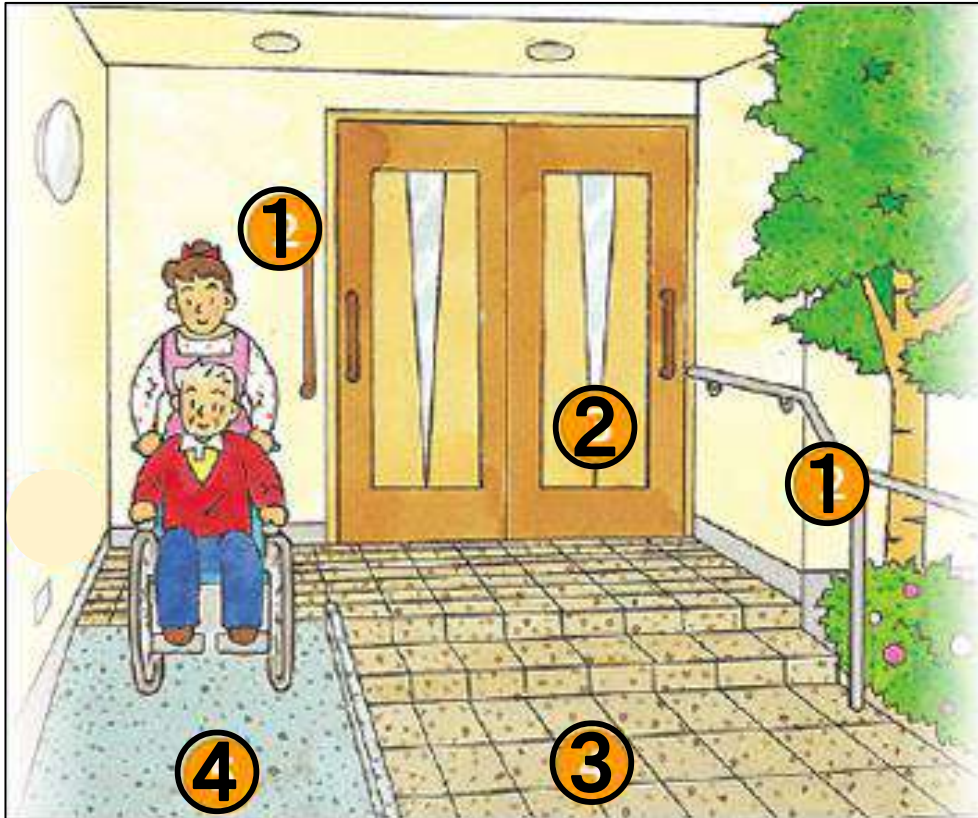
立ち上げ型



壁固定型

跳ね上げ型

～玄関～



- ① 外壁に手すり取り付け
- ② 玄関ドアを引き違い戸に取替え
- ③ 滑りにくいタイルに取替え
(介護保険優先)
- ④ 移動用スロープの設置

- スロープの勾配

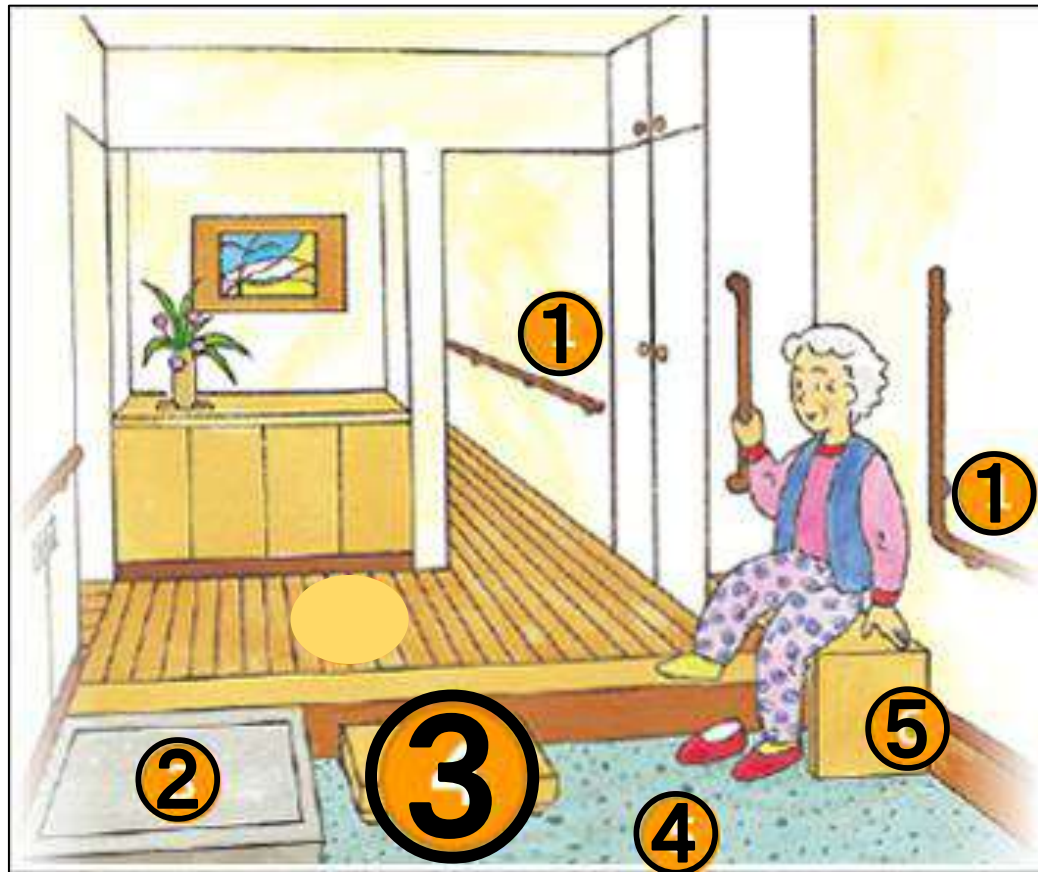
自走：1/12～1/15*

介助：1/8程度

- 移動の邪魔になる場合はプランター場所の変更や植栽の撤去なども検討

- 場合によっては勝手口や庭からのアプローチも検討

*東京商工会議所 編：福祉住環境コーディネーター検定試験 2級公式テキスト、2011.



- ① 手すりの取り付け
- ② 段差解消機設置
- ③ 踏み台設置
- ④ 玄関土間を滑りにくい床材に変更
(介護保険優先)
- ⑤ 折りたたみ腰掛台設置

- 外出の頻度, 誰と, どのように行くのか等を確認
- 下駄箱も活用
(スペースが必要な場合は場所替えも検討)
- 外出の前後で歩行状態に変動はないか (疲労等)

上がり框の段差解消①

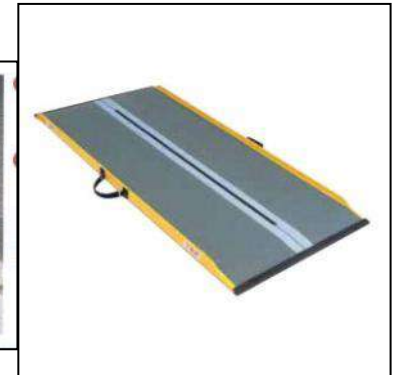
1. 踏み台

本人が昇降可能な高さ
固定式 or 据え置き式



2. スロープ

スペースが必要
固定式 or 携帯式



3. 段差昇降機

上がり框段差が大きい
固定式 or 据え置き式

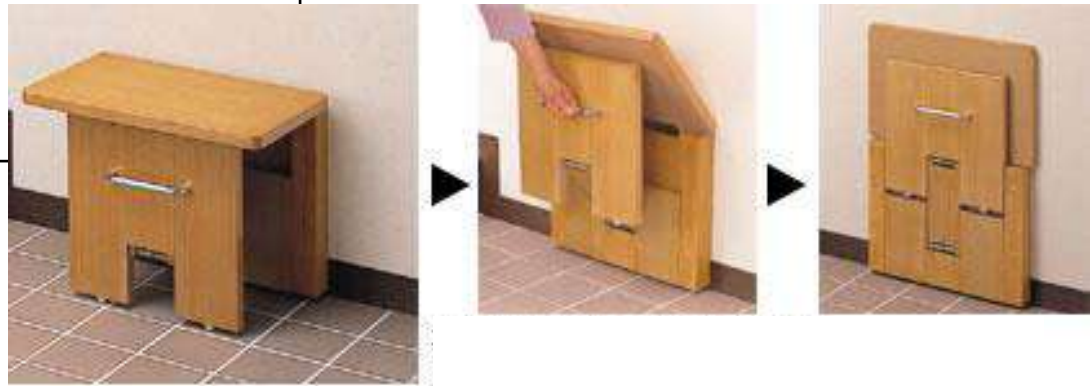


上がり框の段差解消②

4. 折りたたみ腰掛け台

上がり框の段差が低い場合

椅子でも代用可能



5. 手すり

本人の動作に合わせた
タイプの手すりを検討



～トイ～

トイレで配慮すること

- トイレ内とトイレまでの動線を整備
— 夜間は特に転倒リスクあり
- 安全 = ポータブルで済ませる？
— 環境整備をすればトイレで出来るかも

本人の尊厳
介助者の負担



トイレでの立ち坐り

- 立ち上がり方
身体状況によって動作の違いがある

縦手すり



上から下に
引っ張る

前方手すり



前方から引っ張る

横手すり



両手で押す

排尿便動作

● どうしたら力みやすいか？

安定した姿勢を保つことと力みやすい環境

ー横手すりを把持して姿勢安定

ー足がしっかりとつくように便器の高さ
(補高便座・便器変更など)



拭き取り

● どういった拭き方で拭いているのか？ (前・後・横など)

ー拭き取り時の姿勢の安定性

ー介助で拭くための介助スペース



ウォシュレットで介助負担軽減

排泄関連用品

- オムツ・パッド
- 失禁パンツ・オムツカバー類
- 手持ち式収尿器
- 差し込み便器
- 男性用装着型収尿器
- 自動採尿器
- ポータブルトイレ：標準型、木製椅子型、
金属性コモード型、
ベッドサイドポータブル
- 便座類：補高便座、据置き式便座

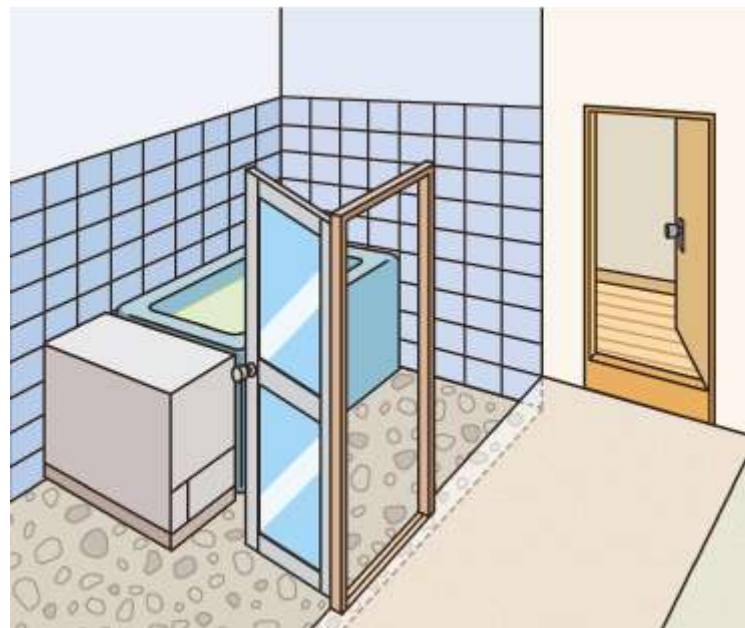
～浴室・洗面所～

浴室・洗面で配慮すること

心身ともにリフレッシュできる場所

危険を伴う場所

対象者・介助者の
身体状況、
動作パターンを
しっかり確認する



●洗面所（脱衣所）～浴室をどう移動するか
歩行？ シャワーキャリー？

●どこに段差があるか

廊下と洗面所の間？ 洗面所から洗い場？
浴槽のマタギ？ 立って跨ぐ？ 座って跨ぐ？
⇒シャワーチェアや浴槽台が必要か

●スペースはあるか

洗い場移動するスペースは？
介助に必要なスペースは？
⇒折れ戸へ変更や物の配置を変えるか

浴槽跨ぎ

● 立ちまたぎ

後ろまたぎ

前またぎ

正面またぎ

横またぎ



体重をかけて
もたれながら

● 座りまたぎ



立ち座り

●どうするほうが立ちやすく、座りやすいのか？

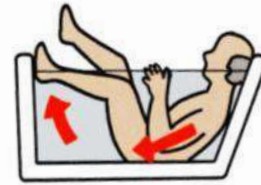
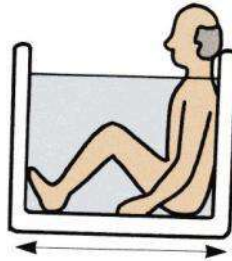


浴槽内での坐位

● 浴槽の種類

一和式浴槽	80~120cm	60cm
一和洋折衷浴槽	100~160cm	50cm
一洋式浴槽	120~180cm	45cm

● 浴槽内の座位



傾斜がきついと危険なことも！

手すり



浴槽台



入浴関連用品

- 浴槽：一般浴槽（和式・和洋折衷・洋式）、特殊浴槽、ポータブル浴槽
- 入浴移動用具：入浴担架、入浴専用リフト
- 入浴用チェア：バスボード、浴槽台、シャワーチェア、トイレ兼用シャワーチェア
- 入浴用支援用具：浴室内用すのこ、浴槽用簡易手すり
- 浴室用水栓・シャワーヘッド
- 部分浴用品
- 滑り止め用品
- 洗体自助具



シャワーチェア



浴槽台



シャワーキャリー

シャワーキャリー

- 大きさ（座面高、幅）
- 座面（材質、形状）
- タイヤ
- 用途（トイレ兼用）
- 片付け



～リフト～

移乗用リフト

全面介助移乗（座位が不安定でなおかつ体重の重い人）

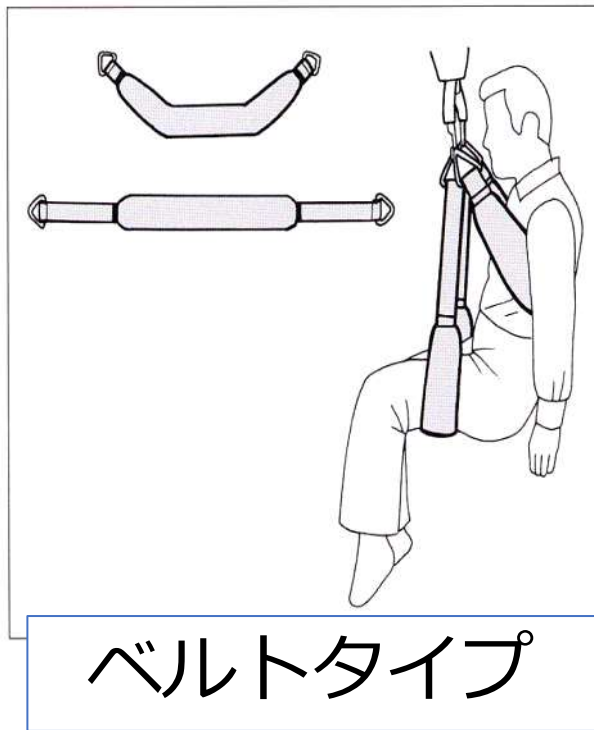


用具：移乗用リフト（レンタル）
スリングシート（購入）

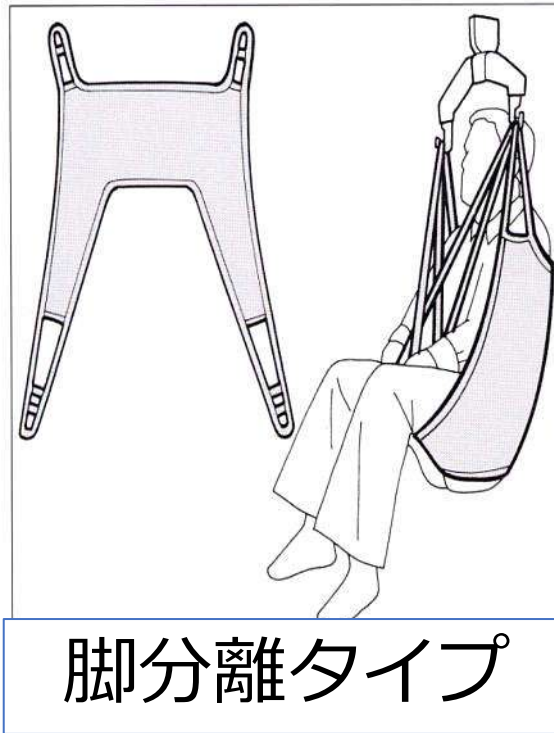


スリングシートの種類

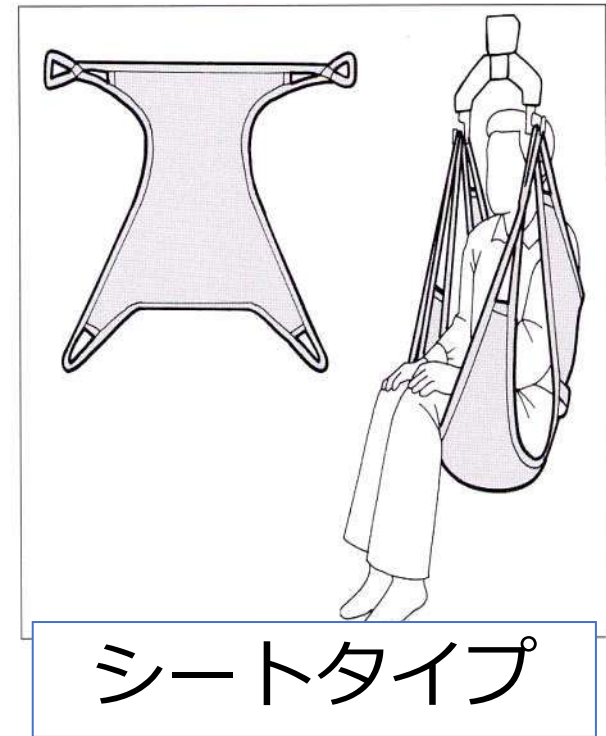
被介護者を包み込み、介護リフトで持ち上げるための福祉用具



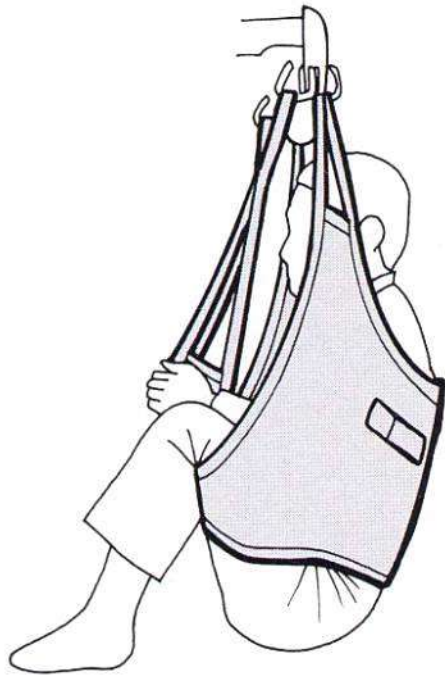
- ・装着が簡単
- ・支持面が小さく
対象者が限られる



- ・座位で装着可能
- ・日常の移乗・入浴
など幅広く使用可能

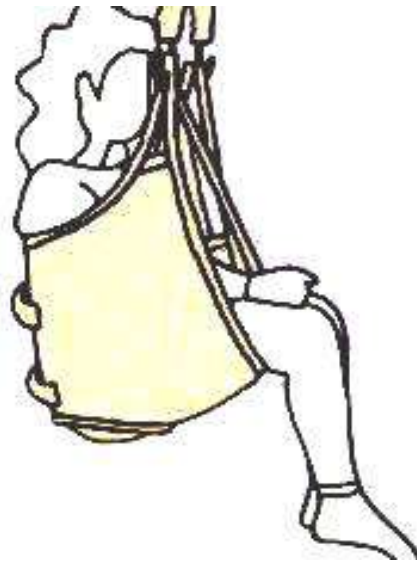
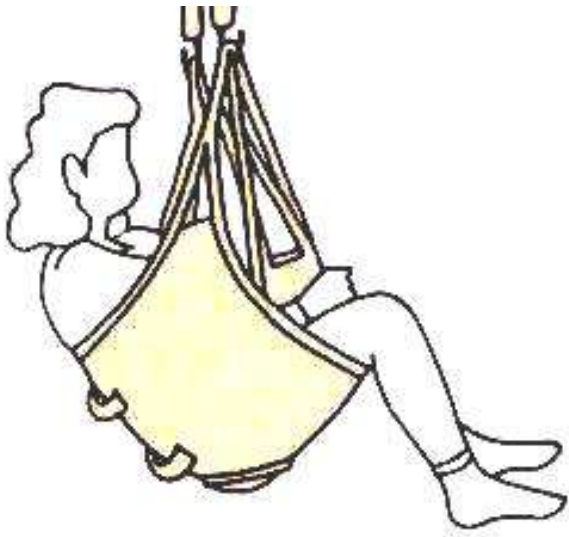


- ・背臥位で装着
- ・最も安定した吊り
姿勢を維持できる



臀部が落下した姿勢は危険

紐の長さによる姿勢の調整



Ⅲ. 事例紹介

事例紹介①

80歳代 女性 胸椎圧迫骨折(コルセット着用) 要支援 2

身体機能：右下肢軽度鈍麻・しびれ (+)

全身的な筋力低下

右肩関節中等度可動域制限 (+)

住居：市営住宅 独居

移動：(屋内)つたい歩き (屋外)T-cane歩行

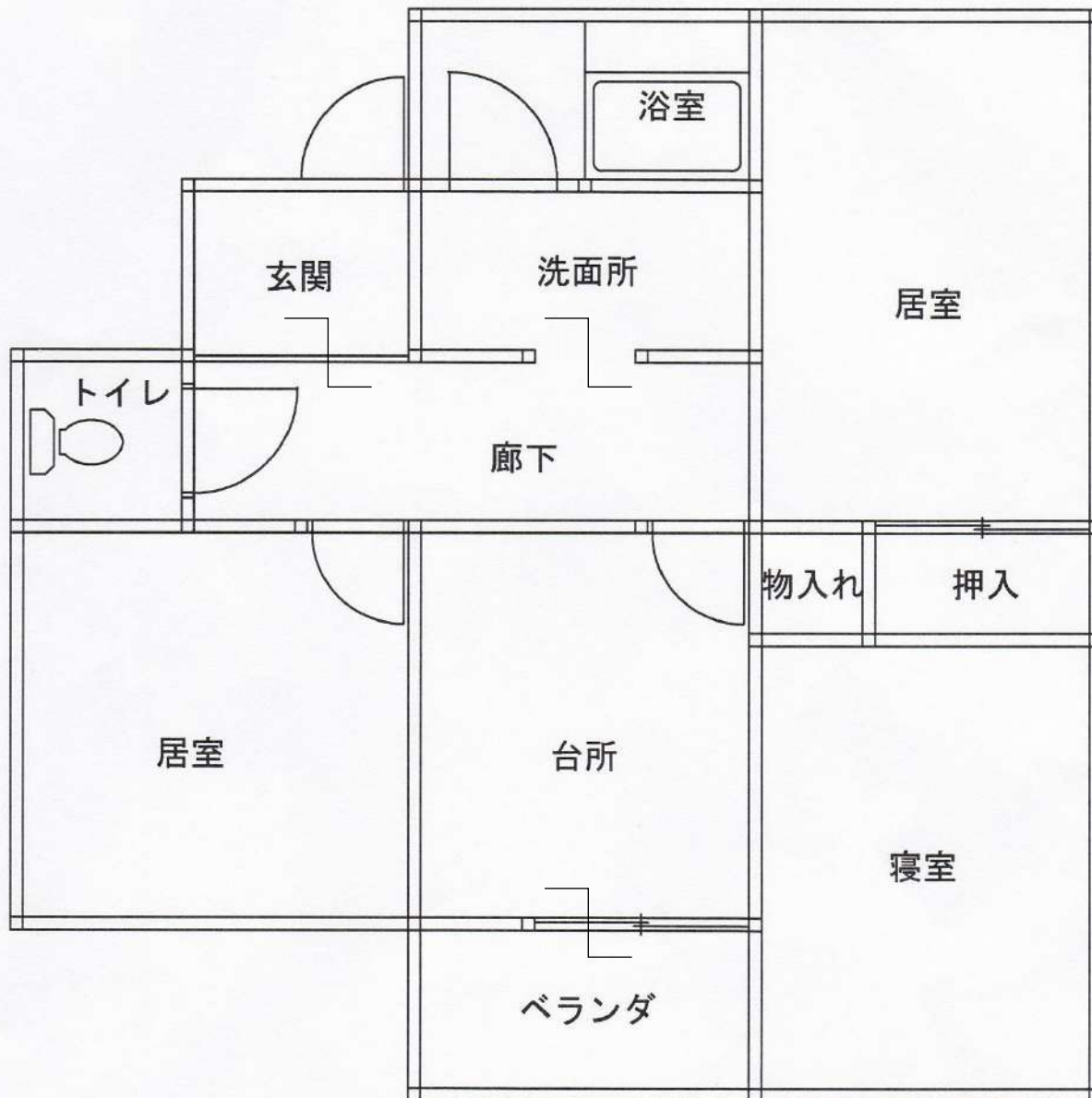
ADL：食事・整容・トイレ・更衣 自立

入浴 アプローチ 軽介助、洗体 自立

改修希望箇所

- 移動の手すりがほしい
- お風呂を跨ぎやすくしてほしい
- 浴室の扉が片開き戸のため洗い場で動きにくく、滑りそうで怖い
- トイレに手すりがなく動作がしにくい
- 玄関に靴着脱と框昇降の為の手すりがほしい

住宅環境



浴室・洗面

- ・浴槽が60cmで高い
- ・内開き戸
- ・既存手すりが使いにくい
- ・洗面所の入り口段差が9cmで高い

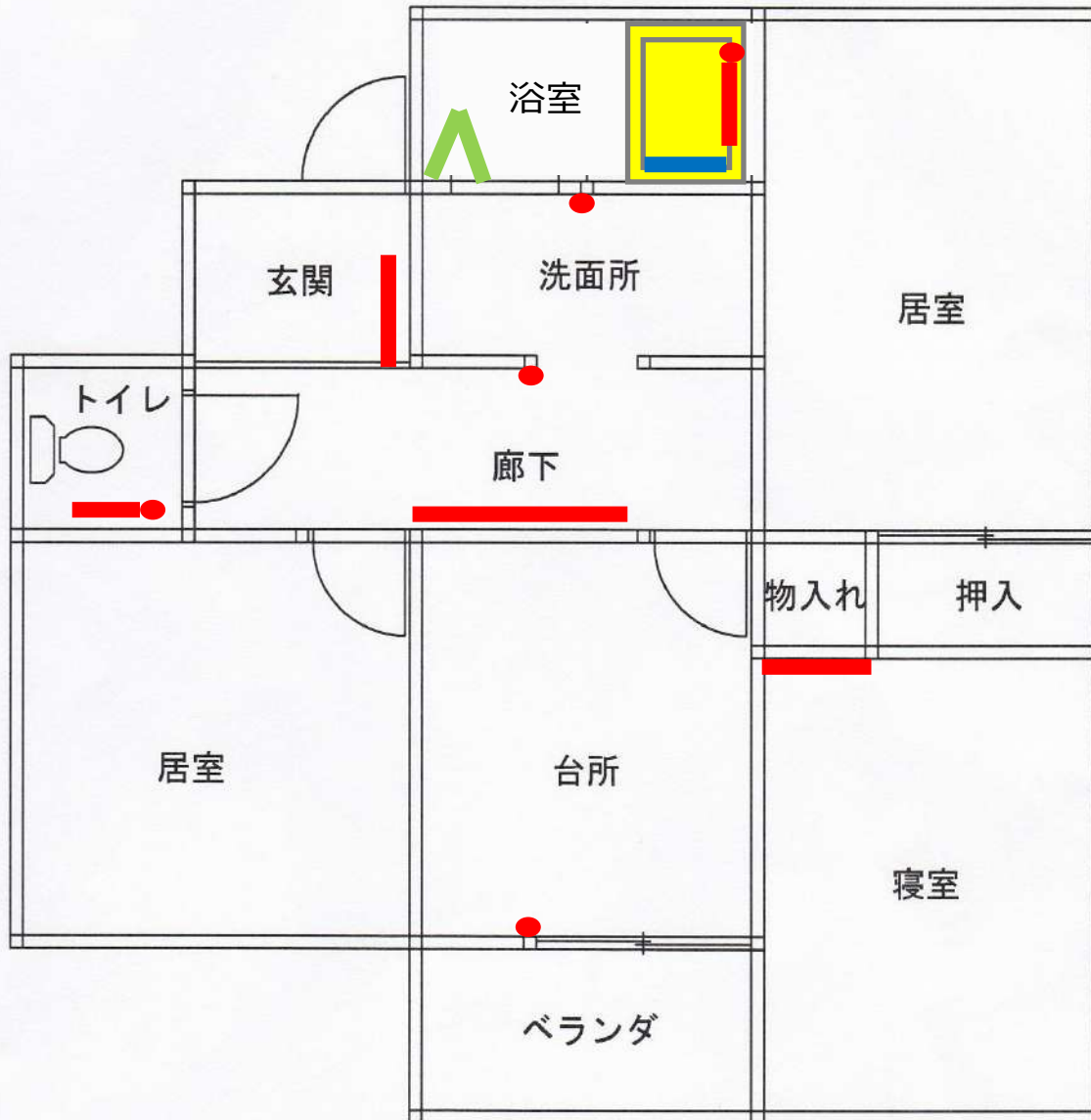
トイレ、玄関、廊下、居室

- ・支持物がない

台所

- ・ベランダへの出入りの段差が高い

改修計画



浴室・洗面

- ・浅型浴槽(50cm)へ変更
- ・折れ戸へ変更
- ・既存手すり移設
- ・浴槽立ち座り用L字手すり設置
- ・浴室・洗面所の各入り口に
オフセット型縦手すり設置

トイレ

- ・L字手すり設置

玄関、廊下、居室

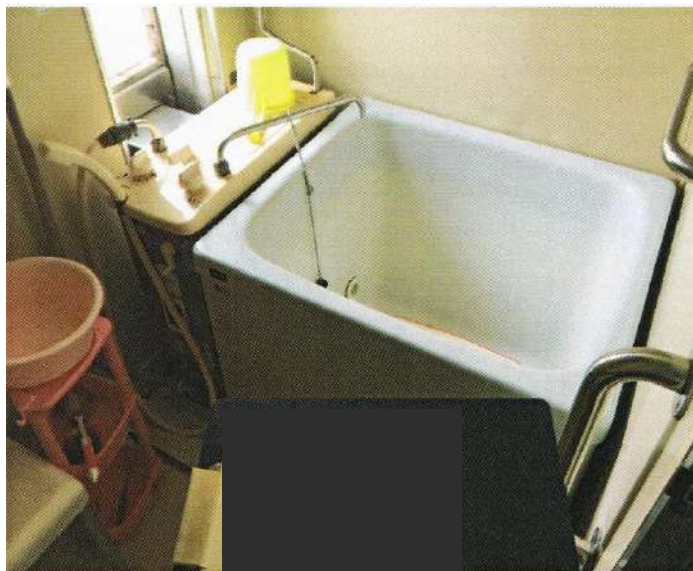
- ・横手すり設置

台所

- ・角付け縦手すり設置

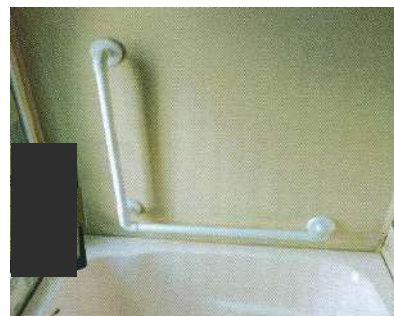
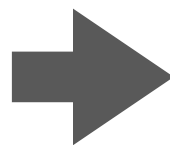
改修案紹介（浴室）

①浴室内



改修前

- ・ 浴槽が深くまたぎ難い
- ・ 手すりが不十分

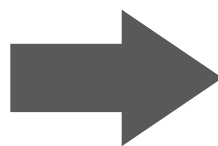


改修後

- ・ 浅型浴槽でまたぎが容易
- ・ 立ち座り、またぎの際の手すりを設置

改修案紹介 (浴室)

②浴室入口



改修前

- ・扉が内開きで洗い場で扉を避けるための移動が怖い
- ・段差が大きい

改修後

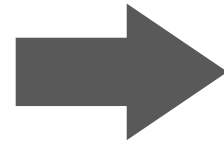
- ・折れ戸で洗い場スペースを確保
- ・オフセット手すりで出入り口の安全性向上

改修案紹介 (トイレ)



改修前

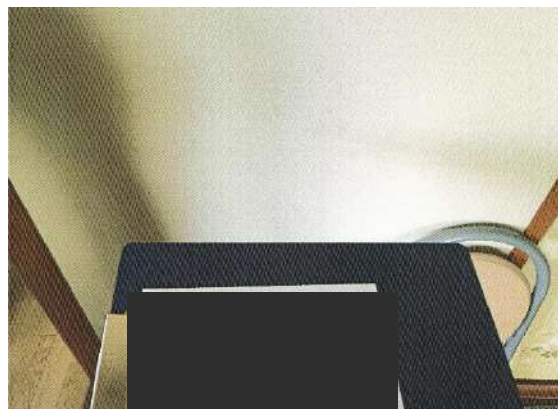
- ・ 手すりが無い



改修後

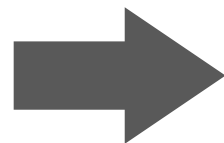
- ・ 便座への立ち座りが容易

改修案紹介（玄関・居室）



改修前

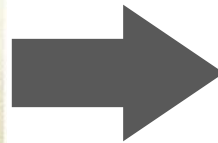
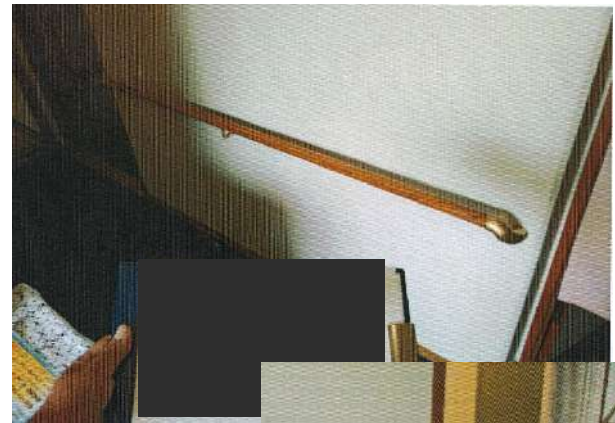
- ・ 手すりが無い



改修後

- ・ 横手すりので伝い歩きが安定

改修案紹介 (廊下)



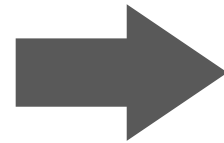
改修前

- ・手すりが無い

改修後

- ・横手すりで伝い歩きが安定
- ・洗面所⇔廊下の段差昇降をオフセット手すりで安全性向上

改修案紹介 (台所)



改修前

- ・ 手すりが無い

改修後

- ・ 台所⇔ベランダの段差昇降を角付手すりで安全性向上

事例①のまとめ

- 屋内の移動は伝い歩きで、立ち上がりやまたぎ動作は努力的であったため、手すりを設置し動作の安定性を図った
- 洗濯物も自分でしていたため、ベランダの出入りも含めて計画した

事例紹介②

70歳代 女性 パーキンソン病 要支援2

身体機能：体幹軽度・下肢中等度筋力低下
両上下肢軽度関節可動域制限、腰痛

住居：戸建て（日中1階で過ごし、寝室は2階）
夫と二人暮らし

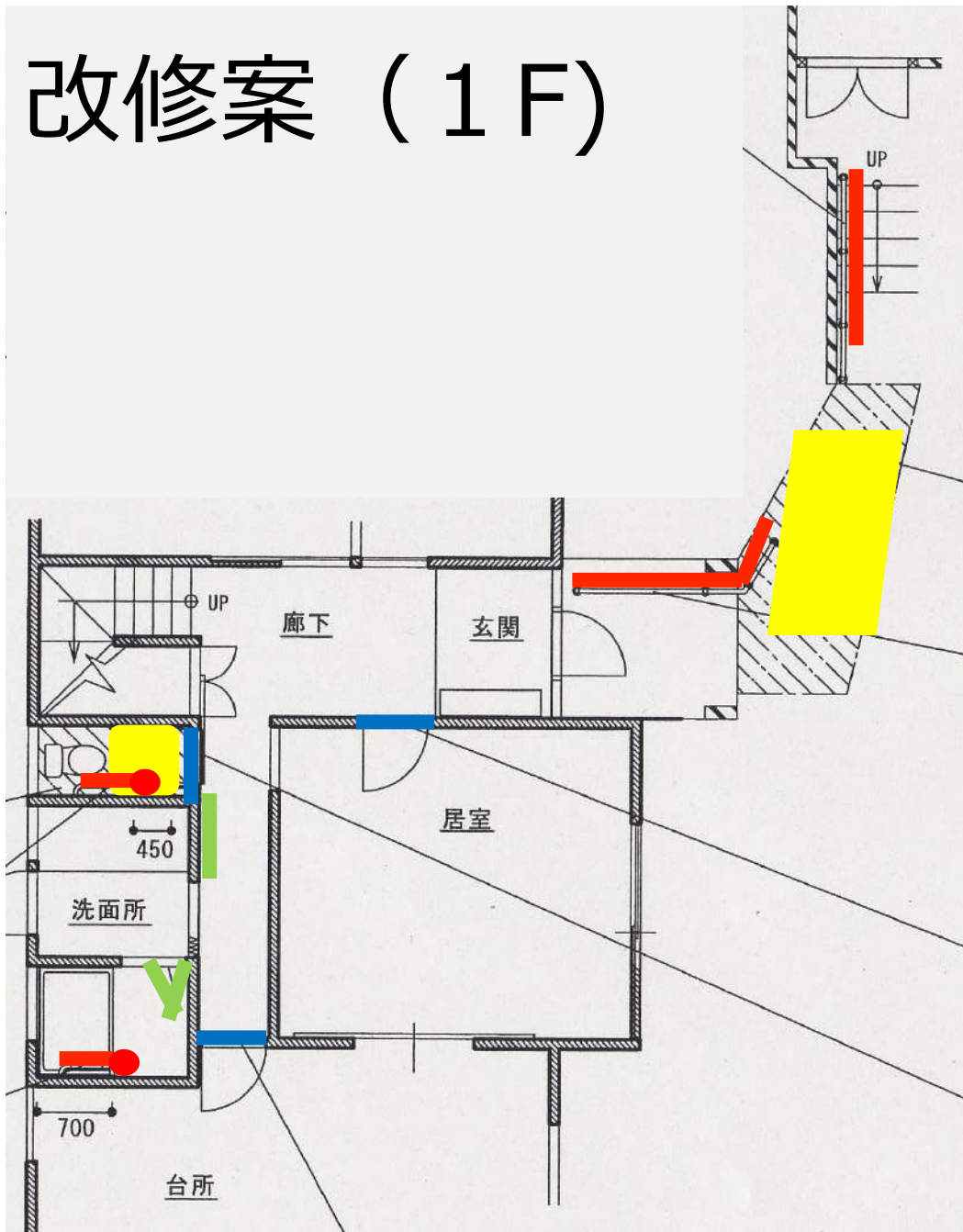
移動：(屋内)つたい歩き すり足歩行
自宅での転倒歴（+） 日差変動（+）
(屋外)T-cane歩行 夫付き添い

ADL：食事・整容・トイレ・更衣 自立
入浴 アプローチ 監視 洗体 自立

改修希望箇所

- 浴槽がまたぎづらい
- トイレの敷居が高い
- 外の階段に手すりがほしい
- 廊下・階段に手すりがほしい、すべりそうで怖い

改修案 (1F)



浴室・洗面

- ・折れ戸へ変更
- ・浴槽またぎ用L字手すり設置

トイレ

- ・L字手すり設置
- ・敷居撤去
- ・開き戸→引き戸へ変更
- ・床かさ上げ

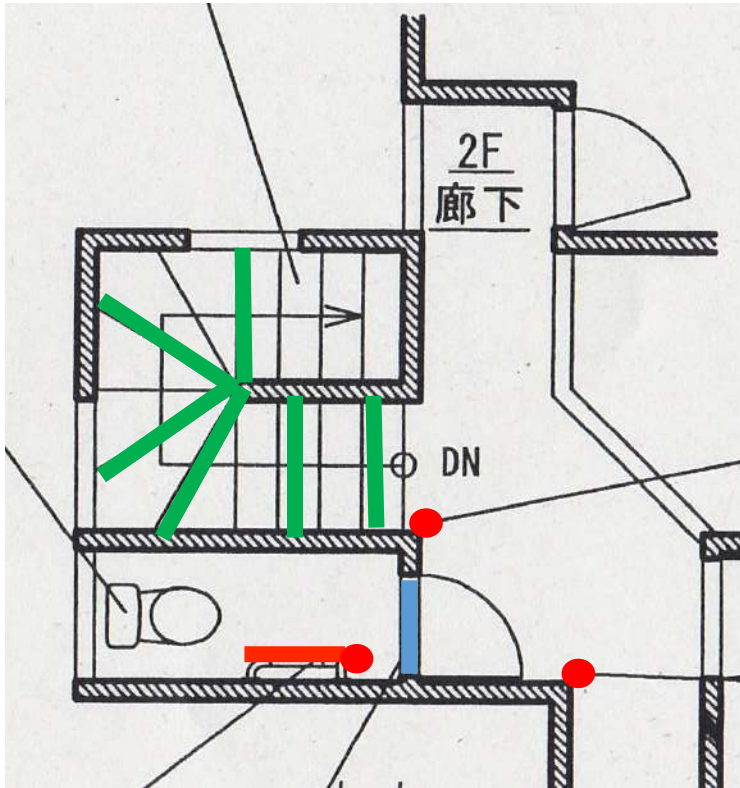
玄関

- ・立ち上げ手すり設置
- ・整地

居室・台所

- ・敷居撤去

改修案 (2F)



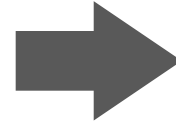
トイレ

- ・L字手すり設置
- ・敷居撤去

廊下・階段

- ・縦手すり設置
- ・階段すべり止め設置

改修案紹介 (玄関)



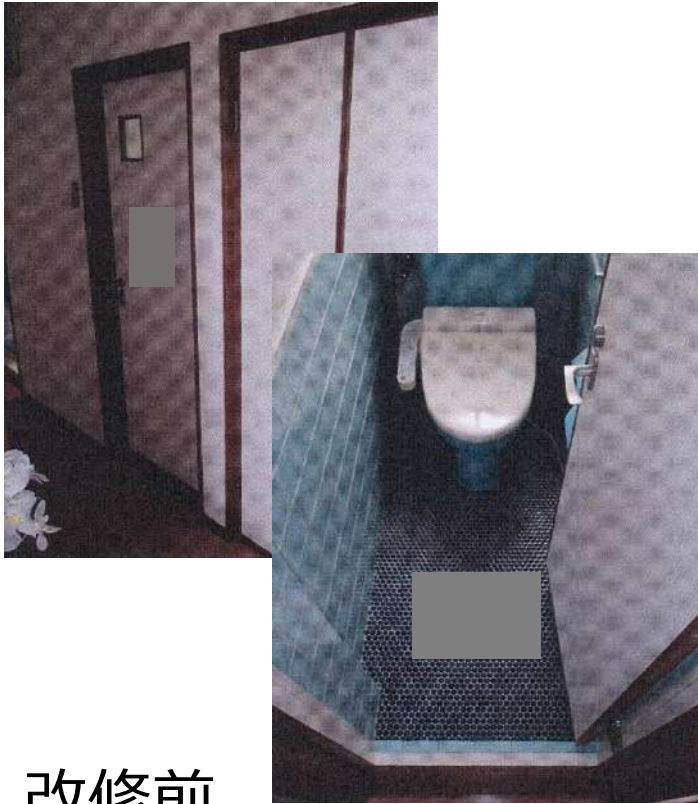
改修前

- ・ 飛び石
- ・ 階段、段差手すりなし

改修後

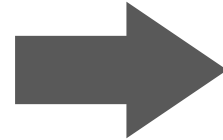
- ・ 整地され、つまづきにくい
- ・ 階段・段差に手すり設置

改修案紹介（トイレ1F）



改修前

- ・トイレ床が低い
- ・敷居が高い
- ・内開き戸
- ・手すり無し



改修後

- ・トイレ床をかさ上げ
- ・敷居撤去を行い段差解消
- ・引き戸で出入りしやすい
- ・便座への立ち座りしやすい

事例②のまとめ

- すり足歩行で転倒歴もあり、段差解消が必要
- 外玄関に段差が多く、移動手段の安定性向上のために整地と手すりを設置した
- 屋内の移動やトイレに行きやすいよう各所の敷居撤去と床かさ上げによる段差解消を行う
- 2階が寝室であったため、すべり止めによる階段の安全性向上と2階トイレの段差解消・手すり設置をした

事例紹介③

70歳代 女性 脳梗塞 要介護4

身体機能：左上下肢運動麻痺（BrsⅢ）

体幹・下肢中等度筋力低下

両上下肢中等度～重度関節可動域制限
腰痛

住居：戸建て 夫と二人暮らし

移動：屋内車いす介助 階段昇降 不可

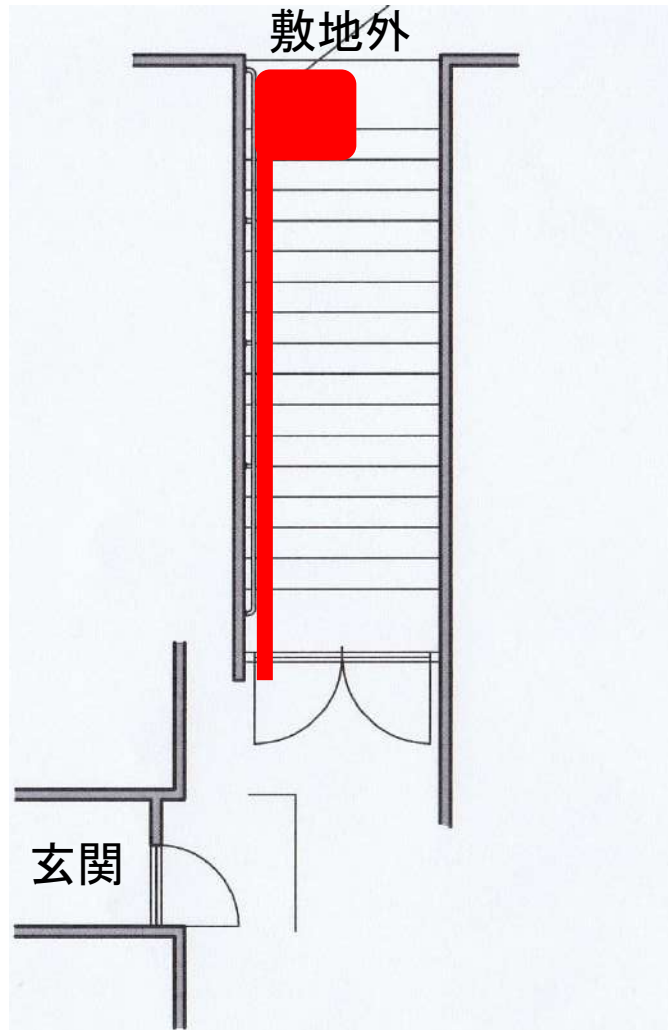
ADL：起居・移乗 中介助

入浴 訪問入浴サービス

改修希望箇所

- 玄関～敷地外への移動手段が欲しい
- 屋内は要支援の際の改修した

改修案（屋外のみ）



玄関

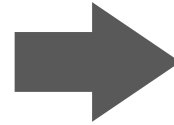
- ・既存手すり撤去
- ・階段昇降機設置

改修案紹介 (玄関)



改修前

- ・ 手すりがあるが昇降困難



改修後

- ・ 既存手すり撤去
- ・ 階段昇降機で外出が容易

事例③のまとめ

- 対象者は移乗動作中介助、車椅子移動介助レベル
- 外出するためには、階段昇降を行わないといけない状態であった
- 介助量軽減のために階段昇降機を設置した

住宅改修のまとめ

- 事例検討より、対象者・家族、サービス、生活・住居環境など各家庭で取り巻く環境は様々
- その中で、より住みやすい環境の選択肢の一つに住宅改修があると思います
- 対象者や家族に提供するサービスの一つとして神戸市住宅改修助成制度を検討してみてください