

## 住宅改修を支援する制度(平成25年12月現在)

### (介護予防)住宅改修費

介護保険に基づく給付制度で、要支援1・2、要介護1～5と認定された方が、一定の住宅改修を実際に居住する住宅について行った場合に、所定の申請をすることで、給付を受けることができます。  
【窓口：各市町村の介護保険担当課】

### リフォーム減税制度

一定のバリアフリー改修を行った場合に、所定の申告手続きをすることで、所得税・固定資産税が軽減される制度です。【窓口：各税務署、各市町村固定資産税担当課】

### 生活福祉資金貸付制度(住宅改修費)

公的な貸付制度であり、住宅の増築・改築工事やバリアフリー工事等を行うために必要な経費を貸し付ける制度です(返済義務あり)。【窓口：各市町村社会福祉協議会】

※各制度とも、事前に上記窓口に確認の上ご利用ください。

※上記のほか、お住まいの市町村等で独自の助成制度や貸付制度を設けている場合があります。詳細は、お住まいの市町村や最寄りの地域包括支援センターまでご相談ください。

## バリアフリー改修の相談窓口

### 各市町村の介護保険担当課

介護保険に基づく給付制度(上記)などの相談に対応しています。

### 地域包括支援センター

各市町村が設置しており、高齢者をはじめとする地域住民の健康・生活などの支援を包括的に担う地域の中核機関です。

### 住まいのダイヤル ((公財)住宅リフォーム・紛争処理支援センター)

見積書・図面等の確認や、紛争・トラブル等に関する相談などができます。

☎0570-016-100 10:00～17:00  
(土・日・祝・休日を除く)



## 本手引きの内容についてさらに詳しく知りたい方へ

### 「高齢者向けのバリアフリー改修に関する手引書」(全39ページ)

本書のベースとなっている「高齢者向けのバリアフリー改修に関する手引書」を千葉県ホームページで公開しています。

#### ●主な記載内容●

- 住宅改修前にできる工夫(住まいの整理・暮らし方の見直し)の具体例
- 福祉用具の種類・利用上の留意点
- 部屋別・部位別の改修のポイント
- 改修の事例(費用含む)
- バリアフリー改修を支援する制度・相談窓口

下記URLで御覧(入手)いただくことが可能です。

<http://www.pref.chiba.lg.jp/koufuku/sumai/sutebiki.html>



編集・発行／千葉県健康福祉部高齢者福祉課

電話・住所／☎043-223-2342

〒260-8667 千葉県千葉市中央区市場町1-1

千葉県マスコットキャラクター  
チーバくん



# 高齢者のための バリアフリー改修の手引き

～住み慣れた自宅でより安全・快適に暮らす為に～

こんなことがありますか？



- ・膝が痛くて立ち上がれない
- ・ちょっとした敷物などでつまずきそうになる
- ・階段の昇り降りがつらく、不安を感じる
- ・車椅子での移動が大変



バリアフリー改修をすることにより  
安全・快適に暮らし続けることが  
可能になります



- 転倒などの家庭内事故の防止や介護予防につながります。
- 家中での移動や動作が楽になり、安全で快適な生活を送り続けることが可能になります。
- 家族の介護負担の軽減にもつながり、また、家族の生活の安全・安心にもつながります。
- バリアフリー改修を行う前のステップとして、住まいの整理や生活の工夫を行うことも、安全性の確保の観点から非常に有効です。



トイレの時、膝が痛くて、  
立ち上がるのがつらかったけど、  
楽に立ち上がれるようになりました。

車いすでも、トイレや洗面所に  
入りやすくなりました。



平成26年3月 千葉県

千葉県マスコットキャラクター  
チーバくん

# パリアフリー改修の前にもできる工夫

家の中の整理や暮らし方などの見直し・工夫をすることにより、安全性や暮らしやすさが向上します。

## 居間・廊下など

### 整理・整頓する

- ・家財などが多いと、歩行の邪魔になったり、つまずく危険などがあります
- ・わずかな段差(カーペットの端など)や電気コードなども、転倒の原因となります

- ・こまめに片づけ、特に普段よく歩く動線には物を置かないようにしましょう
- ・使わない家具などは、収納スペースにしまいましょう

### 地震の対策をする

タンスの上などに物を置くと地震の際など非常に危険です

家具が倒れる危険があるので、しっかり固定しましょう



## 寝室など

### ベッドを利用する

- ・ベッドを利用すると、立ち上がりなど、就寝時や起床時の動作が楽になります
- ・布団の上げ下ろしの必要もなくなります

### 位置を移動する

寝室が2階にある場合、1階に移すことにより、階段の昇り降りの負担や転落などの危険を減らすことができます

### フットライトをつける

人感センサー付きなどのフットライトをつけると、夜間にトイレに行く時などに便利で安全です

### 生活様式の変更

いすに座る生活に変更すると、立ち上がりの動作が楽になります



## あなたの住まいは大丈夫？

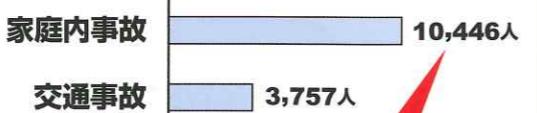
### ～自宅における事故～

生活の拠点である住まいでは、多くの事故が発生しています。住まいを安全に改修することにより、事故の危険を減らすことができます。

加齢に伴い、身体機能の衰えなどから、家庭内事故のリスクが徐々に高まるので、一層の注意が必要です。

住まいでの事故の特徴 ●居室や階段での転倒・転落が多い ●浴室での死亡事故が多い

### ■事故による死者数(65歳以上)



交通事故よりも家の中の事故で多くの高齢者が亡くなっています。

※「平成20年度人口動態統計(確定数)」、「人口動態統計特殊報告 不慮の事故 死亡統計(平成21年度)」をもとに作成。

※介護ベッドの導入に当たり、介護保険の給付対象となる場合がありますので、事前に最寄りの市町村の介護保険担当課、地域包括支援センターなどに御相談ください。

# パリアフリー改修

## 失敗しないためのポイント

- 本人と家族で、十分な話し合いをした上で進めましょう。
- 経験豊かな専門家と相談しながら進めることが大切です。
- 専門家に任せきりではなく、本人・家族の意向を正確に伝えた上で、一緒に検討しましょう。
- 現在の身体状況への対応ばかりではなく、将来の変化を予測した改修を心がけることが大切です。

### 「教科書的」な工事が必ずしも最適とは限りません

例えば、手すりをつける場合、使う人の身長や手の大きさなどにより、適切な取付位置・形が異なります

## 専門家の例・期待できるアドバイス

### 理学療法士・作業療法士など(医療分野)

身体機能の評価、将来予測などに基づいて、身体の状況にあったアドバイスが期待できます  
ケアマネジャーなど(福祉分野)

本人の希望やこれまでの生活状況などを考慮した上で、介護保険などの助成制度や介護サービスの提供、地域で利用できる生活支援サービスなどのアドバイスが期待できます  
建築士・工務店など(建築分野)

建築の専門的見地から、住宅の構造などに応じた工事などのアドバイスが期待できます

## 改修の具体例と効果・留意点

### トイレ



#### ■和式から洋式への変更

- 立ち座りが楽になります
- 和式便器にかぶせる簡易タイプもあります
- 温水洗浄機能や暖房便座が付いているものになると、快適に使用できます

#### ■手すりの設置

- 立ち座りの動作が楽になり、身体も安定します

#### トイレでの介護が必要な場合や車いす利用の場合

- 出入り口まわりやトイレ内部の広さの検討も必要です
- ドアはなるべく引き戸にしましょう  
(やむをえず開き戸にする場合は外開きに)

### 浴室



#### ■床の変更

- 浴室は通常の状態でも滑りやすいため、滑りにくく、足触りがよいものにしましょう

#### ■安全なドアへの変更

- 車いすでの出入りや転倒時を考慮し、引き戸にしましょう
- 強化ガラスや合成樹脂など頑丈な素材とすることにより、安全性が高まります

#### ■浴室と脱衣場の温度差の減少

- 暖房器具などの設置により、温度変化による血圧の急変、心疾患や脳血管疾患のリスクを軽減できます

※改修などの内容によって、介護保険の給付対象となる場合がありますので、事前に最寄りの市町村の介護保険担当課、地域包括支援センターなどに御相談ください。