

# 日本の高齢化社会

## How to Deal with Japan's Aging Population

高齢者のために

リフォームした私の家の内装

### How My Family Renovated the House for My Grandmother

Department of Global Exchange Studies

Junios

By SETO Natsumi

## 玄関 The entrance hall

手すりが段差に応じて、  
両端についています。  
また、車いすでも入ること  
ができるように広めの玄関  
になっています。

We added grab bars  
on the walls of both  
sides of the entrance  
hall so she could  
bring herself up with  
her own strength. (A  
little exercise like  
that is very  
important!)

Notice that a  
wheelchair can also  
enter the entrance  
hall because it is wide.





## ドア The door

段差はなく、開け閉めのしやすいようにスライドドアになっています。

The floor is flat and flexes for wheelchair access. Compare to a swing door, a sliding door is easier for her to open and close by herself, even on a wheelchair.

## 廊下 Hallway

手すりが続きます。幅も広めになっています、

Notice the grab bars covering the entire width of the wall. The hallway is also wide for her wheelchair.



## 廊下 Hallway

段差もなく、先ほどと同様に手すりが続きます。

The floor is flat, with no obstacles. Please notice the grab bars Here as well.



## トイレ Toilet

ここにも手すりがあり、トイレと廊下への段差も全くありません。また、トイレのドアもスライドドアになっています。

Here is a grab bar as well. The floor is flat and easily accessible for my grandmother. The door is a sliding door.



## 風呂場 Bathroom

This is a barrier free shower seat. It is made of molded plastic and feature drain holes to reduce water retention for easy cleaning. Barrier free shower seat comes with padding and armrests.





風呂場には、L字型の手すりが  
あります。この手すりには、滑り  
止めもついています。

When my grandmother  
uses a bathtub, she grabs  
this L-shaped grab bar  
and gets in and out the  
tub. These grab bars are  
anti-slippery.



浴槽には、段差があり、高齢者の座りやすいようになっています。また、手すりもついています。浴槽にも足元が滑らないように滑り止めがついています。

The bathtub has a unique design that allows my grandmother to sit easily while getting in. There are of course grab bars. The floor is covered with anti slip seals.



## 脱衣所 Dressing room

脱衣所にも、短いながら手すりがついています。脱衣所では、特に片足で立ったりと高齢者にとってきつい体勢をとることになるので、少しのことにも配慮しています。

After getting out of the bathroom, the grandmother puts on her clothes here. You'll see a short grab bar right next to the door, which is designed for her to keep balance while standing on one leg, for example.





## 階段 Stairs

階段にも手すりがついています。

階段の段差はリフォーム前と変わらず、高齢者にとって急な段差になっていますが、完全なリフォームをするより、少しのリハビリ運動になって、結果としては良かったと考えます。

Of course there is a long grab bar here. The steps remain rather steep, but my family decided not to renovate the stairs because a little extra exercise is good for her rehabilitation. We believe that the barrier-free home should also give senior people "room" to do a little exercise while moving around . My grandmother agrees !