

## シニアのための住宅チェックシート（マンション住戸編）

□青：「楽に楽しく」 △赤：「体が弱っても住み続けられる」 ○黒：「両方に共通」の項目

課題のある項目を●■▲に塗りつぶす

A：早めに改善 B：必要な対応を確認 C：特に対応しない

|   |               |
|---|---------------|
| 1) 玄関から道路までの通路を楽に移動できますか？   | A --- B --- C |
| <p>マンションではこの部分は共用部分になります。<br/>住戸の玄関ドアからマンションの玄関までが、いわゆるバリアフリーになっているか、理事会などで確認してみましょう。</p>   |               |
| 2) 浴室、洗面所が快適で安心ですか？ 掃除も楽ですか？  | A --- B --- C |
| <p>○浴室、浴槽の出入りに不安がありませんか<br/>○浴室、洗面所に寒さ対策がありますか<br/>○浴室の掃除が楽ですか</p> <p>○洗面所は健康管理や美容に十分明るいですか<br/>□入浴を楽しむ工夫をしていますか<br/>△自立度が落ちてでも一人で入浴できますか</p>             |               |
| 3) トイレは快適で、いつまでも使いやすくなっていますか？   | A --- B --- C |
| <p>○冬、寒くありませんか<br/>○掃除が負担になっていませんか<br/>○小物などの収納スペースがありますか</p> <p>△自立度が落ちてでも一人で用をたせそうですか<br/>△介助を受けながらトイレを使えますか</p>  |               |
| 4) 段差やドアの開け閉めに不安なことはありませんか？   | A --- B --- C |
| <p>○電気コードなどが床をはっていませんか<br/>○玄関、階段に手摺がありますか</p> <p>△敷居や敷物など小さな段差がありませんか<br/>△扉の開け閉めで体が不安定になりませんか</p>   |               |
| 5) 部屋の中にモノがあふれていませんか？   | A --- B --- C |
| <p>○暖房器具などが一年中出でていませんか<br/>○収納場所がなく床置きしていませんか</p> <p>○よく探し物をしていませんか<br/>△押入の高い低い場所の利用が辛くありませんか</p>  |               |
| 6) 家の中の薄暗さや臭いが気になりませんか？   | A --- B --- C |
| <p>○家の臭いやカビが気になりませんか<br/>○廊下、階段の足元が暗くありませんか<br/>○新聞や本が読みづらくありませんか</p> <p>□カーペットや壁紙が日焼け、汚れていませんか<br/>□同じカーテンは長い間使っていませんか</p>                               |               |
| 7) 夏・冬に家の中の温度差が気になりませんか？  | A --- B --- C |
| <p>○冷暖房が効きにくいと感じませんか<br/>○部屋の窓際が冬寒く、夏暑く感じませんか</p> <p>○屋外の騒音が気になりませんか</p>  |               |
| 8) キッチンで楽に楽しく調理ができますか？  | A --- B --- C |
| <p>○コンロの消し忘れの心配がありませんか<br/>○カウンター下の収納が使いにくい<br/>○調理の手元が明るく、コンセントもありますか</p> <p>○シンク、換気扇の掃除が辛くありませんか<br/>□家族・友達と一緒に調理ができますか<br/>□電気器具や食品ストックの置き場所がありますか</p> |               |
| 9) ゆとりのスペースがありますか？ 活かしていますか？  | A --- B --- C |
| <p>○夫婦それぞれの個室がありますか<br/>○ペットで家の中の汚れが気になりませんか</p> <p>□友達とゆっくり過ごす場所がありますか<br/>□空いた部屋を趣味の場などに使っていますか</p>   |               |
| 10) 在宅で介護になった時の想像ができますか？  | A --- B --- C |
| <p>△介護居室はトイレと近いですか<br/>△介護居室の気配は家族に分かりますか</p> <p>△入浴時、座って着替え介助が受けられますか<br/>△介護ヘルパーが家の中で動きやすそうですか</p>  |               |