

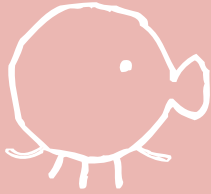
あんしん住宅改修

住宅改修

介護保険における 住宅改修のすすめ方とポイント



み



ん



な



イ



キ



イ

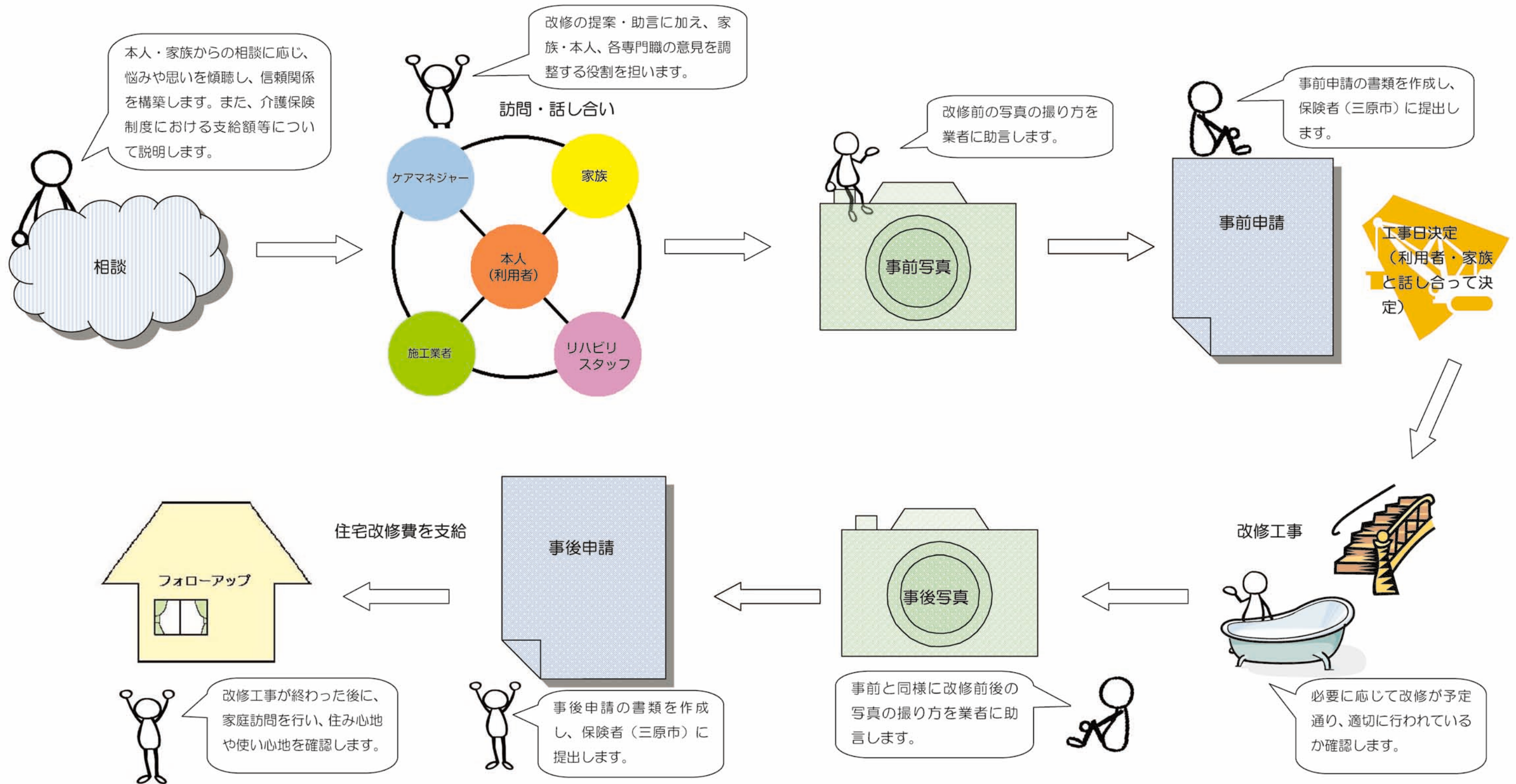


キ

瀬戸内海で獲れるタコと三原名物タルマを、この冊子のシンボルキャラクターとして市民の皆さんに親しんでいただこうと登場させました。

住宅改修の流れ

ここでは、住宅改修の流れと、各段階でのケアマネジャーの役割を紹介します。



目次

ページ数

はじめに	2
1. 相談	6
2. 訪問・話し合い	10
3. 事前写真	13
4. 事前申請	14
5. 改修工事	
1) 手すり	18
2) 扉&戸	22
3) 取っ手	24
4) トイレ	25
5) 浴室	29
6) 玄関内	33
7) 玄関外	36
8) 廊下	40
9) 階段	42
6. 高齢者および代表的疾患の住宅改修のポイント	44
1) 廃用症候群	45
2) 脳血管疾患	46
3) 関節リウマチ	47
4) パーキンソン病	48
5) 認知症	48
7. 事後写真	50
8. 事後申請	51
9. フォローアップ	52
10. 事例	53
11. 用語集	65
12. 申請書類	67
13. 参考文献	75
14. 相談先	76
おわりに	77

※本書でいうケアマネジャーとは、地域包括支援センターの職員も含んでいます。

※本文中で破線のついた用語については、11.用語集(P65)にて説明しています。



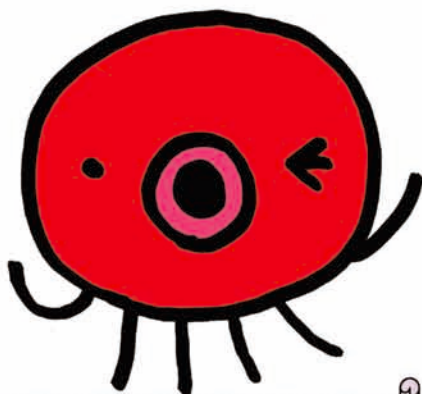
はじめに

我が国における65歳以上人口の割合は、平成17年に20.2%でしたが、平成42年には31.8%になることが見込まれており、人口の高齢化が一層進むことが予想されています。同様に、三原市においても高齢化が進んでおり、平成22年には総人口の27.9%、つまり住民の3.6人に1人が高齢者となっています。これに伴い介護保険による住宅改修の実施件数は、平成18年に484件だったものが、平成21年には852件に増加しています。この住宅改修が適正なものになるよう助言する大切な役割を担うのがケアマネジャーであり、今後その活躍が期待されています。

そこで今回、ケアマネジャーの方に改めて住宅改修のすすめ方とポイントを理解および確認していただくことを主な目的としてこのマニュアルを発行することとなりました。内容としては、段差を解消したり、手すりを取り付けたりする技法を紹介するのではなく、介護保険を利用して住宅改修を進める際にどのような点を考慮する必要があるかに重点が置かれています。構成は申請から住宅改修を行いフォローアップするまでの一連の流れに沿った章立てとなっています。そして、この流れがより理解できるように事例を掲載しています。また、代表的な疾患について、住宅改修を進めていく上で配慮すべき点についても記載しています。更に、利用者本人、家族や施工業者の方に介護保険制度や手続きの説明をする際にこのマニュアルを使用して頂くことを視野にいれ、住宅改修の対象範囲、写真の撮り方や書類作成の要領についても掲載しています。

一人でも多くの高齢者、障害者とその家族がより安全で安楽な生活を送るための住環境整備に、このマニュアルを役立てていただければ幸いです。

ぼく、タコの
ポルちゃんです



イタリア語で『ポルポ』はタコの意。

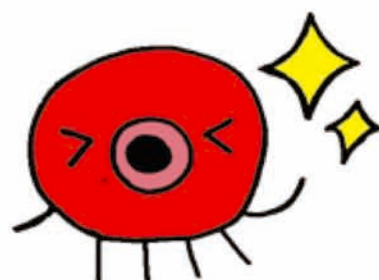
私、だるまの神明（しんめい）です
よろしくおねがいします



三原市の祭り『神明市（しんめいいち）』は
『だるま』で有名。

住宅改修の大切なポイント

- ★ 住む人の思いや価値観を大切にする
- ★ 家族のことを考える
- ★ 今までの生活との繋がりを考える
- ★ 動線に沿って考える
- ★ 将来を考える
- ★ 福祉用具との兼ね合いを考える
- ★ 経済面を考える
- ★ プライバシーを考える
- ★ 連携を考える





9つのポイントをわたくし神明がもう少し詳しく説明します



Q:住む人の思いや価値観を大切にするってどういうこと？



A:シャワーだけでなく浴槽につかること、ポータブルトイレではなくトイレで排泄すること、勝手口ではなく玄関から出入りすること、外出頻度を増やすことなど人の望む生活は多様です。住む人の思いや価値観を大切にして住宅改修を行うことが大切です。



Q:家族に対してどんな配慮をするべき？



A:家族と本人と一緒に暮らしている場合は、家族の意見も大切です。例えば手すりを取り付けることでスペースが狭くなり介助しにくくなる場合があります。また、本人が暮らしやすくても、家族が住みにくいと感じる場合があるので、家族の意見を聞き、本人との意見の違いを調整していくことが大切です。



Q:今までの生活との繋がりってどういうこと？



A:長年住まれていた家には、そこに住む人の歴史があり、特有の生活スタイルがあります。本人が家の中で住宅改修をした手すりや扉などを使いたいと思ってもらうために、今までと近い形での生活を行えるように住宅改修を行うことが大切です。



Q:動線に沿って考えるってどういうこと？



A:本人の日常生活を実際に観察したり、話を聞いたりして、家の中での生活動作や動線を知り、それに沿った住宅改修を心がけます。居間を中心とし、トイレや浴室に行くときに、どこを通りどのように移動するかを知ることで、住宅改修を行う必要がある箇所が分かります。



Q:本人の将来についても考えて住宅改修するの？



A:身体状況も、年齢を重ねるごとに変化し、疾病によっては進行性のものもあります。そのため、本人の将来像を考えながら数ヵ月後、数年後を考慮してどの箇所を改修していくかを考えます。更に、介助者が加齢によって今できている介助をできなくなることも考えて改修方法を検討していきます。しかし、20万円の枠組みの中では何度も住宅改修が行えるので、必ずしも一度に住宅改修を行う必要はありません。

 Q:福祉用具との兼ね合いって何？

 A:四点杖をつく時の階段の踏み面の奥行きや、車いすが通る時の廊下や出入り口の幅を考慮します。福祉用具の浴槽用簡易手すりを用いた場合、浴槽に住宅改修で手すりを取り付けることは不要になることもあります。福祉用具を使用することによって、住宅改修を行わずにすみ、金銭的に負担をかけずにすむこともあります。

 Q:経済面にはどのような配慮が必要なの？

 A:介護保険で支給される限度額の上限は20万円の9割（18万円）です。また、20万円を超えた額は自己負担になることを十分に説明したうえで、本人の経済状況や家庭の状況に応じて住宅改修の規模を考えていきます。また、金銭面の問題で住宅改修を行うことが難しい場合には、他に生活をしやすいするための方法や、福祉用具についての情報を提供します（9ページ参照）。

 Q:住宅改修にあたってプライバシーも考慮するべき？

 A:プライバシーの確保についての配慮は大切です。例として、トイレの扉をアコーディオンカーテンにすると、扉の開閉が容易になりますが、音や臭いが漏れ、プライバシーが十分には確保できません。

 Q:連携ってなに？

 A:住宅改修には、本人・家族、ケアマネジャー、施工業者、リハビリスタッフが関わることが理想であり、それによる連携が大切です。様々な立場や職種の人から意見を聞いて多面的に検討します。その際お互いの意思を尊重しあいながら、より良い選択ができるようにします。

 最後に住宅改修では一人一人に合わせる必要があります。実際の家の中を本人に動いてもらい、動線を確認します。その際、ケアマネジャーや施工業者が実際に本人と同じように動いて見ることによって、本人の視界が確認でき、手すりの位置などを把握しやすくなります。また動線だけでなく、外出頻度、ADL、趣味等を大切にする必要があります。一番大切なことは、本人と家族の考えを尊重することです。

1

相談



介護保険を利用して住宅改修を行う最初の段階は、相談を受けることです。相談は非常に大切で、住宅改修の成否を左右するといっても過言ではありません。ここでは、相談のポイントと制度の概要を述べます。

1. 相談のポイント

相談に応じる上での心構え

- ・ 中立的立場に努め、信頼関係を築く

相談の段階で大切なことは、信頼関係を築いていくことです。そのためには中立的な立場に立ち、現在何について困っていて、今後どのような生活をしていきたいか等の本人・家族の思いを聞くことが大切です。

- ・ 本人の自己決定

問題に対する解決の主体は本人です。専門職としての立場から、様々な情報を提供し、可能な限り本人が自己決定できるよう援助します。

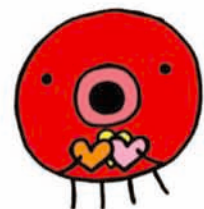
- ・ 個別化の視点を持ち、「できること」を重視する

本人や家族が抱える困難や、問題はどれだけ似ていても、人それぞれの問題であり、先入観で決めつけないようにします。

また、本人が自分の現在の生活をどのように受け止めているのか、本人の立場に立った視点が大切です。「できないこと」だけに目を向けるのではなく、「できること」や、長所にも目を向けて住宅改修を行うことが大切です。

- ・ 社会環境のなかで、対象者を捉える

人の生活はさまざまな社会関係の上に成り立っています。本人は複数の社会の中で相互に作用し合っています。住環境の変化は、本人の家族関係や社会関係に大きな影響を与えます。例えば、手すりを取り付けることによって本人の行動範囲に変化を及ぼします。また、外出しやすくする住宅改修を行えば、近所づきあいができる等の社会関係に影響を与えます。住宅改修によって単に動作ができるようになるだけでなく、人間関係や生活意欲に変化をもたらします。



相談の進め方

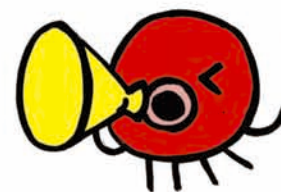
現在「何が起きているのか」を見極め、援助の方向性や目標を把握します。
特に以下の点については詳細に情報を収集します。

- ・現在の不安
- ・今後の希望・要望
- ・経済状況
- ・本人の身体状況
- ・住宅改修に求めること（どの箇所に困っており、改修したいか等）



ケアマネジャーは何を伝えるか

相談においては、住宅改修における注意点・情報を前もって伝える必要があります。住宅改修費の支給限度基準額の20万円を超過した分は全額自己負担となります。



例：改修費25万円かった場合の自己負担額の計算例

$$25\text{万円} - 20\text{万円} = 5\text{万円} \cdots \text{①}$$

$$20\text{万円} \times 1\text{割} = 2\text{万円} \cdots \text{②}$$

$$\text{①} 5\text{万円} + \text{②} 2\text{万円} = \underline{7\text{万円}} \text{（自己負担額）}$$

特に注意

- ・事前申請をする前に住宅改修をしても支給されない
- ＊申請する前に施工業者に頼んで住宅改修をしても、支給されないことを伝える
- ・住宅改修には、支給対象がありそれ以外の住宅改修は自己負担となる

2. 制度

介護保険における住宅改修の支給対象は、具体的には以下の6つです。

I. 手すりの取付け

転倒予防もしくは、移動・移乗動作を安全・安心に行えるようになることを目的として廊下、トイレ、浴室、玄関、玄関から道路までの通路等に手すりを取付けます。種類としては、二段式（L字型手すり等）、縦・横の手すりがあり、本人の生活・身体状況に合わせて適切な物を選びます。

II. 段差の解消

転倒、つまずきを防止することを目的として、居室、トイレ、廊下、浴室、玄関等や各室間の床の段差を解消します。具体的には、敷居を低くしたり、玄関外にスロープを設置する工事や、浴室の床のかさ上げをする工事です。

不可：取り外し可能なスロープ（福祉用具の対象）

III. 滑りの防止及び移動の円滑化等のための床又は通路面の材料の変更

居室等の畳からフローリング材への変更を行います。浴室・玄関等での転倒予防のために、滑りにくい床材への変更や、通路面においては滑りにくい舗装をします。

IV. 引き戸等への扉の取替え

開き戸を引き戸や、折れ戸、アコーディオンカーテン等に取り替えます。ドアノブの変更も行えます。扉の新設も対象になる場合があります。

不可：自動扉

V. 洋式便器等への便器の取替え

和式便器を洋式便器に取り替えることです。

不可：暖房機能、ウォシュレット機能を現在使用している便器に取り付けることや、水洗トイレに変更する場合の工事費用は対象外です。また、ポータブルトイレは住宅改修外で、福祉用具の対象です。

その他（I～Vの改修に付帯して必要となる住宅改修）

- ① 手すりの取付けの為に壁の下地補強
- ② 浴室の床の段差解消（浴室の床のかさ上げ）に伴う給排水設備工事
- ③ 床材の変更のための下地の補修や根太の補強または通路面の材料の変更のための路盤の整備
- ④ 扉の取替えに伴う壁または柱の改修工事
- ⑤ 便器の取替えに伴う給排水設備工事（水洗化または簡易水洗化に係わるものを除く）・床材の変更

3. 住宅改修の利用金額

支給限度額は要支援・要介護の区分に関わらず20万円です。
1割の自己負担が必要なので、18万円が介護保険によって支給されます。
また、同一住宅・同一対象者であれば18万円を分割して使うこともできます。



以下の場合には再度20万円の利用が可能です。

例外1：転居した場合

例外2：「要介護度」の段階が3段階以上上がった場合
(同一住宅・同一要介護者については1回が限度)



要介護1
20万円使用済



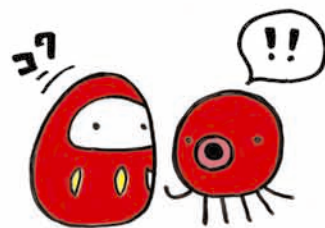
要介護4
再度20万円利用可能



床材、トイレの便器の変更等の住宅改修は、
支給限度基準額20万円を超えることが多いため
本人に20万円以上は自己負担となることを
きちんと伝えることが大切になります!!

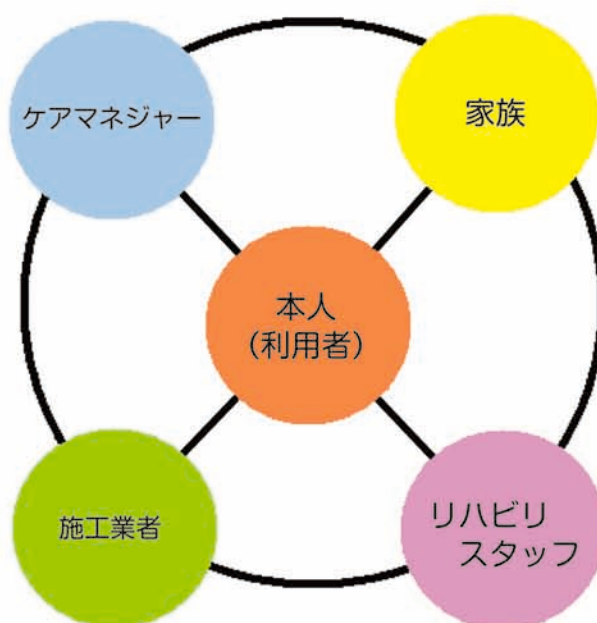
2

訪問・話し合い



ケアマネジャーの元に、本人や家族から「家が使いにくくなった」、「身体の状態が悪くなった」等の相談が寄せられ、住宅改修の手続きが開始されます。ケアマネジャーは、相談が寄せられると住宅改修に関する情報を集める必要があります。病院を訪問したり、本人や家族のもとを訪問する等して情報を集めます。その後、ケアマネジャーや本人、家族、施工業者、リハビリスタッフがチームとなり、家庭を訪問し本人に実際に動いてもらう事によって、より使いやすい環境を考えていきます。また、病院等を退院して自宅に帰ってくる場合は、退院前に家庭訪問をすることが望ましいです。本人や家族の意見を確認し、それぞれの職種がお互いに意見を出し合い、ケアマネジャーはそれぞれの意見をまとめる役目を担います。

本人を中心に、ケアマネジャー・施工業者・家族・リハビリスタッフが相互に協力することによって、より良い改修につなげることが可能になります。



住宅改修に関わる人の役割・働き

本人

高齢になるにつれ、下肢の筋力が低下し、ふらつきやすくなったり、転倒しやすくなってきます。それに伴い、以前に比べ思うような生活ができなくなることが生じてきます。また「本当は続けたいが、できないと諦めていること」があるかもしれません。それらの「できなくなったこと」や「これからも続けたいこと」等をケアマネジャーやリハビリスタッフに伝えることが大切です。

家族

本人と同じ家に住んでいる場合、同居家族の意見も大切です。共用のお風呂やトイレ等の改修を行う場合、家族の生活の妨げにならないようにする必要があります。住宅改修の目的には家族の介助負担の軽減も含まれているので、本人に望むことや、家族が本人にどのような生活を送ってほしいのか、家族が行える介助内容をケアマネジャーに伝えることが大切です。

ケアマネジャー

介護支援専門員。本人や家族に代わって、要介護認定の申請や、サービスの種類や内容等を定めた、ケアプランを作成する等のケアマネジメントを行います。また、要支援者、要介護者や家族に対して提供されるサービスが適切であるか、それぞれの職種が適切に運営されているかどうかの連絡・調整を行います。ケアマネジャーは、介護保険の制度等に対する専門知識を持ち、住宅改修がスムーズに行われるように取り組む必要があります。

施工業者

住宅改修において工事を行います。柱の位置等の、家の構造を建築的に考え、工法や工期を判断します。また、事前写真や事後写真を撮ったり、事前に見積もりを出し、本人や家族に了承を得る必要があります。

リハビリスタッフ

作業療法士（OT）：人－作業－環境という３つの側面から、その人の望む生活を妨げる要因を分析し解決策を提案します。それは日常生活だけでなく、本人の趣味の領域も含みます。本人や家族は本人が「できなくなったこと」や「これからも続けたいこと」等に対して諦めていることもあるので、思いを傾聴し、住宅改修や福祉用具によって改善できないかを検討することが大切です。必要に応じて手すりの位置などを示した簡単な図面を作成しケアマネジャーに渡します。

理学療法士（PT）：立ち上がり、歩行や移動等の動作を詳しく観察し、基本的動作の能力を評価します。その情報をもとに手すりや踏み台の高さなどについて検討し、自立を促す住宅改修になるよう意見を述べるのが大切です。必要に応じて、自宅や病院などでシミュレーションを行い動作能力を確認し、作業療法士やケアマネジャー等と協議します。また、身体機能の側面から今後の必要となる住宅改修についての意見を述べることも大切です。

住宅改修方法の決定までのプロセス

本人・家族、ケアマネジャー、施工業者、リハビリテーションスタッフとの話し合いの中で、本人・家族の意見を尊重しながら改修方法を決定します。その際、住宅改修以外の様々な解決策も検討する必要があり、まずは以下のように考えていくことが大切です。どのような場合も、安全性を第一に考えながら、家族の支障にならないように、簡易に設置できるものを選ぶほうが望ましいです。以下に改修までに至るプロセスを述べます。

- ① まず、ベッドや家具の配置換え・支障となる物を取り除く
↓
- ② 次に、自助具や福祉用具の使用を考える
↓
- ③ 最後に、手すりの取り付けや段差解消等の住宅改修

決定を行う際、ケアマネジャーは支給限度額が20万円であるということや、改修箇所が、内容に合っているかを家族・本人と再度確認したうえで、住宅改修の内容を最終確認しましょう。

以下のことが改修の際に考慮されているかチェックしましょう。

チェック欄

- ☐ 本人や家族の意見を反映しているか
- ☐ 本人の自立を促しているか
- ☐ 介助負担を軽減しているか
- ☐ 過度な改修になっていないか
- ☐ 経済状況について考えられているか



3

事前写真

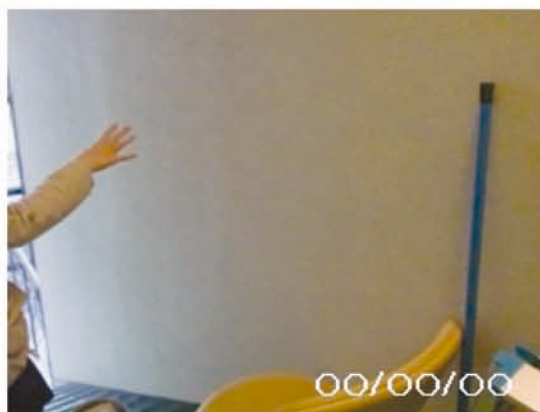


住宅改修をする前に撮る写真で、事前申請書類と一緒に提出します。以下の点に注意して撮る必要があります。

- ・全体像が把握できるように写真を撮る
- ・住宅改修の前後で比較しやすくするために、手すり・スロープ等改修する箇所に分かりやすい色で描き込む
- ・日付を入れる
- ・人やテレビ等極力工事と関係ないものは写らないように撮る

*右の写真だと、住宅のどの場所を撮ったのか、何を目的に撮ったのか分かりにくいです。また、余計なものが多く写りすぎています。

悪い例



良い例



全体を写しており、どのような手すりを設置するかが確認しやすい

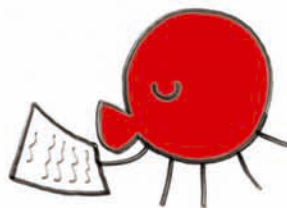
悪い例



壁しか写せておらず、手すりを階段のどの位置につけるかも確認できないため、全体像が掴めない

4

事前申請



本人や家族、施工業者との話し合いが終わった後、住宅改修に係る書類を保険者（三原市）に提出します。

***特に注意！！：改修を行う前に事前申請に必要な書類を提出しなければ、保険給付は認められないので注意が必要です。**

話し合いで聴取した本人の希望や改修項目をまとめ、理由書、平面図、工事費内訳書等を作成します。

【事前申請の流れ】

本人・
ケアマネジャー

提出

- 事前申請書（介護保険居宅介護（介護予防）住宅改修費支給に係る届出書）→68ページ参照
- 住宅所有者の承諾書（事前申請書の裏面）→69ページ参照
*住宅の所有者と当該被保険者が違う場合
- 住宅改修が必要な理由書→15, 16, 70, 71ページ参照
- 工事費内訳書及び住宅改修に要する費用の見積書→72ページ参照
*工事費内訳書の中に見積もった金額が入っていれば工事費見積書は不要
- 家屋の平面図→17ページ参照
- 事前写真→13ページ参照

保険者（三原市）

提出された書類を確認し、保険給付対象の改修かどうか確認する

本人・
ケアマネジャー

住宅改修費事前申請確認結果通知を受け取る

理由書

＊現在の本人の疾病・障害・高齢化等により、生活の中で生じている困難が、住宅改修をすることによってどのように改善できるかを記入します。以下は各項の記入ポイントです。

- ① 身体状況を踏まえて、日常生活で困っていること（家事困難、外出困難、転倒の危険性等）を記入します。
 - ・疼痛、拘縮、浮腫、しびれの有無、麻痺の程度とそれらが生じた理由
 - ・屋内、屋外での移動方法をそれぞれ記入（伝い歩き、歩行可能な距離、歩幅の大小、杖等の福祉用具を用いているか）
 - ・転倒の危険性
 - ・立ち上がり、バランス、筋力の低下
- ② 介助状況を、誰がどのような介助を行っているかを記入します。
 - ・主な介助者とその他の介助者の協力
 - ・訪問・通所サービスの利用
 - ・何を介助し（入浴等）、どの程度（一部介助等）介助が必要か

↳ 入浴、食事、掃除、排泄、衣服の着脱、移動など
- ③ 住宅改修により本人は日常生活をどう変えたいかを記入します。
 - ・生活を送る上で家のどの箇所に支障があるか現在の生活状況と困っていることを記入します。
 - ・住宅改修をすることによってどのように変化が起こるか、介助量の軽減、転倒予防、外出しやすくなるか等を記入する

良い例：玄関の上がり框が高く、下肢筋力低下のためふらつき、転倒の危険性があるため、手すりを取り付けることで安全に出入りができるようになる。

悪い例：「安全・安楽に生活できる」「トイレの利用が容易になる」＊抽象的で分かりにくい
- ④ 住宅改修をする前の使用している福祉用具と、住宅改修をした後に使用すると考えられる福祉用具を記入します。
 - ・その他には四角杖やＴ字杖等の記入をするとより詳しくなる

<総合的状況>		福祉用具の 改修後の想定		利用状況と 改修前 改修後	
利用者の身体状況	1				
介護状況 (主な介護者含む)	2				
住宅改修により、 利用者は日常生活を どう変えたいか	3				
		●車いす (車いす付属品を含む) ●特殊寝台 (特殊寝台付属品を含む) ●じょこ座防用具 ●体位変換器 ●手すり ●スロープ ●歩行器 ●歩行補助つえ ●痴呆性老人徘徊感知器 ●移動用リフト (つり具の部分を除く) ●腰掛便座 ●特殊尿器 ●入浴補助用具 ●簡易浴槽 ●移動用リフトのつり具部分 ●その他 () ()			

＊理由書の 1 枚目を踏まえたうえで、どんな住宅改修をしたら改善できるかを具体的に記入しましょう

⑤ 改善しようとしている動作にチェックを入れます。

⑥ ⑤でチェックした項目について問題点、生活動作の現状、介助の状況を具体的に記入します。

・「困難がある」という漠然とした表現にはしない。

良い例：トイレには掴まる物がないために、便座からの立ち上がりが難しい。

悪い例：トイレ動作の自立が困難である。

＊排泄、入浴、外出、その他に共通するトイレまでの移動、浴室までの移動、出入り口までの屋内移動について、その動線が同じようであれば、例えば「排泄」の欄のみに記入して、各活動の欄に重複して記入する必要はない。

⑦ 改修目的・期待する効果をチェックし、改修をすることで、何が改善できるか、期待効果を記入します（〇〇〇することで〇〇〇が改善できる等）。

例：トイレの壁に手すりを設置することで転倒を防止し、安全の確保ができる。

⑧ ・各活動の問題点を改善するために、行う改修箇所を記入します。

例：「手すりの設置」→玄関上がり框段差部、トイレ出入口柱等

・事前写真と照らし合わせて書くとわかりやすい

＜P1の「住宅改修により、日常生活をどう変えたいか」を踏まえて、①改善しようとしている動作②①の具体的な困難な状況③改修目的・期待効果をチェックした上で、改修の方針④改修項目を具体的に記入してください。＞

⑤ 改善しようとしている動作	⑥ ①の具体的な困難な状況（…なので困っている）を記入してください	⑦ 改修目的・期待効果をチェックした上で、改修の方針（…することで…が改善できる）を記入してください	⑧ 改修項目（改修箇所）
排泄 ☐ トイレまでの移動 ☐ トイレ出入口の出入（扉の開閉含む） ☐ 便座への着座・着いす等からの移動 ☐ 衣服の着脱 ☐ 排泄時の姿勢保持 ☐ 後始末 ☐ その他（ ）		☐ できなかったことをできるようにする ☐ 転倒等の防止、安全の確保 ☐ 動作の容易性の確保 ☐ 利用者の精神的負担や不安の軽減 ☐ 介護者の負担の軽減 ☐ その他	☐ 手すりの設置 （ ） （ ） （ ） （ ） （ ） （ ）
入浴 ☐ 浴室までの移動 ☐ 衣服の着脱 ☐ 浴槽出入口の出入（扉の開閉含む） ☐ 浴室内での移動 ☐ 浴槽の出入 ☐ 洗い場での姿勢保持（洗体・洗髪含む） ☐ 浴槽内での姿勢保持 ☐ その他（ ）		☐ できなかったことをできるようにする ☐ 転倒等の防止、安全の確保 ☐ 動作の容易性の確保 ☐ 利用者の精神的負担や不安の軽減 ☐ 介護者の負担の軽減 ☐ その他	☐ 段差の解消 （ ） （ ） （ ） （ ） （ ）
外出 ☐ 出入口までの屋内移動 ☐ 上がりかまちの昇降 ☐ 車いす等、寝具の搬送 ☐ 履物の着脱 ☐ 出入口の出入（扉の開閉含む） ☐ 出入口から敷地外までの屋外移動 ☐ その他（ ）		☐ できなかったことをできるようにする ☐ 転倒等の防止、安全の確保 ☐ 動作の容易性の確保 ☐ 利用者の精神的負担や不安の軽減 ☐ 介護者の負担の軽減 ☐ その他	☐ 引き戸等への扉の取替え （ ） （ ） （ ） （ ） （ ）
その他の行動動作 ☐		☐ できなかったことをできるようにする ☐ 転倒等の防止、安全の確保 ☐ 動作の容易性の確保 ☐ 利用者の精神的負担や不安の軽減 ☐ 介護者の負担の軽減 ☐ その他	☐ 滑り防止等のための床材の変更 （ ） （ ） （ ） （ ） （ ）

＊ 自己評価、改修後、効果のあったものにレ点チェックを入れる。

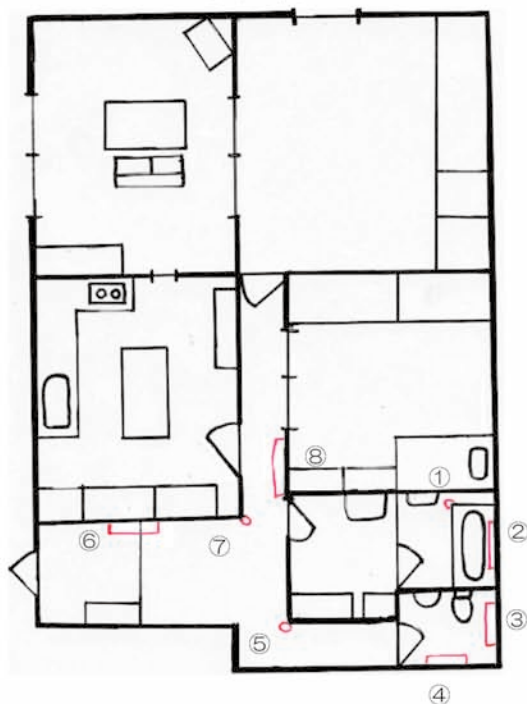


平面図

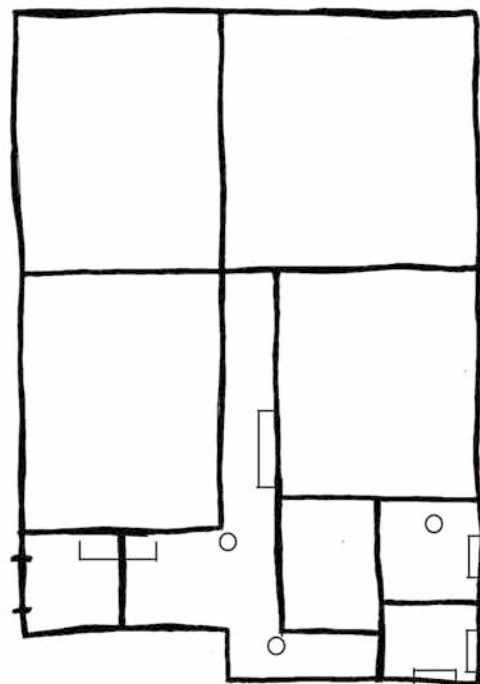
平面図は本人が屋内や屋外をどのように動いているかという動線を知るために用いられます。そのため、本人の日常生活をよく観察し、本人や家族からも聴取をして、動線上に手すりやスロープ、段差解消をする箇所を描き込みます。また、図面上に手すり等の改修を描き加えることで、浴槽や便器との位置関係も把握することができます。

- ・手書きでもよいが、定規を使う等して見やすい図面にします
- ・トイレや浴槽、洗面台や大きな家具を図面に書き込むと、実際の生活状況を把握しやすくなります
- ・手すり等の位置を図面に書き込むと、位置関係がわかりやすくなります
- ・窓を描くと、玄関以外の外出の方法が考えられます
- ・扉の位置や、種類（開き戸や引き戸等）を描き込むことで本人が困っている原因がわかりやすくなります
- ・改修箇所、見積り、事前写真を照合できるように番号をつけます

良い例



悪い例



5

改修工事

1. 手すり

移動する時や姿勢を保つ時、身体を安定させるために手すりが有効ですが、本人の身体の状態を考え、用途に合わせた形状の手すりを取り付けるように心がけなければいけません。

また、安全性も考慮して取り付けなければなりません。本人の体重を支えられるように耐久性を考え、頑丈な場所を選んで取り付ける必要もあります。

以下に手すりのタイプと用途を説明します。

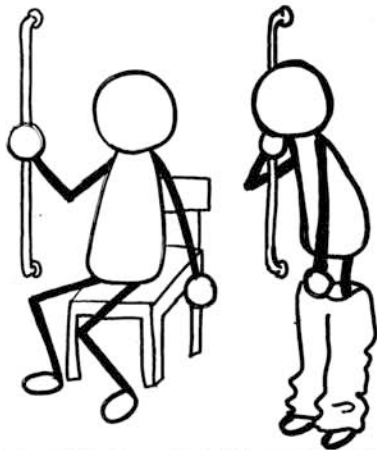
横手すり

《十分に手すりを握ることができる場合》 《十分に手すりを握れない場合》



横手すりは廊下や階段等、身体が床面を水平に移動する箇所に用いられます。手すりを十分に握ることができる場合、本人の腰よりも少し低い高さで取り付けます。また、十分に手すりを握れない場合は、肘から先の全体で身体が支えられるように高めに取付けることが望ましいです。

関節リウマチの方に対しては、上面が平たい手すりにして、肘から先の全体で身体が支えられるような手すりの形状にする場合があります。

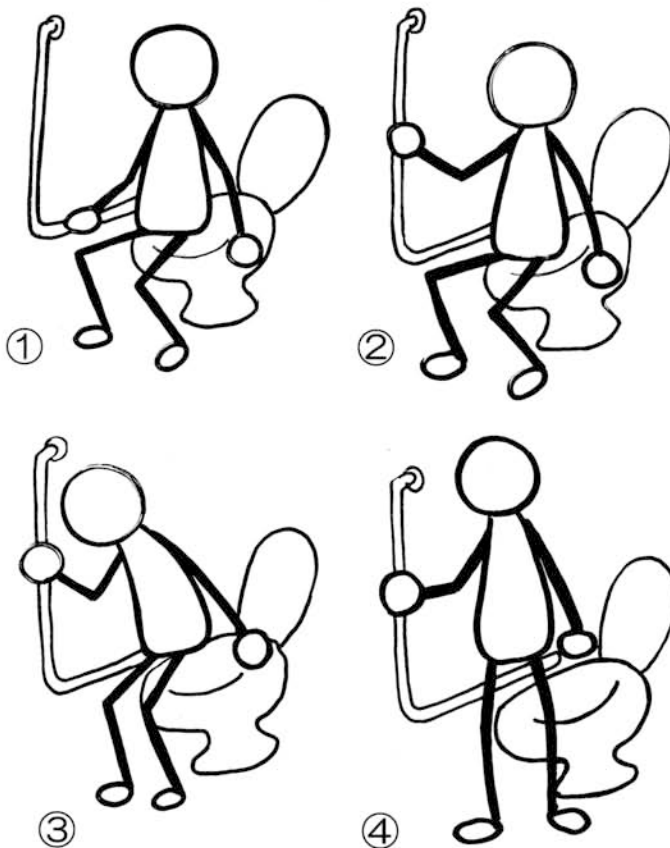


縦手すり

縦手すりはトイレ等での立ち上がる時や座る時、段差を上る時、身体が床面に対して垂直に動くときに用いられます。また衣服の着脱の際に抱え込むようにして使用することで、ふらつくことなく着替えることができます。

更に縦手すりを利用することで、安定して方向転換ができます。

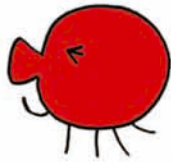
《立ち上がり》 《衣服の着脱時》



Ｌ字手すり

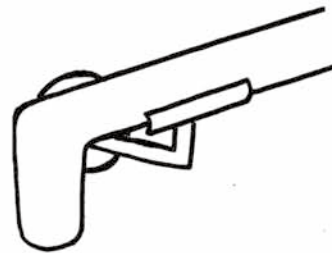
Ｌ字手すりは横手すりと縦手すり両方の利点を兼ね備えています。

左図はＬ字手すりを使ってのトイレからの立ち上がり動作の様子です。座っているときは姿勢の安定のために横の手すりを使用します。立ち上がる時は縦の手すりを使用します。

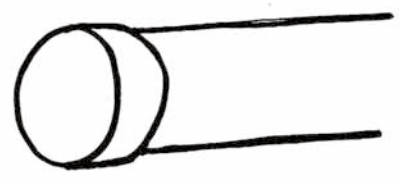
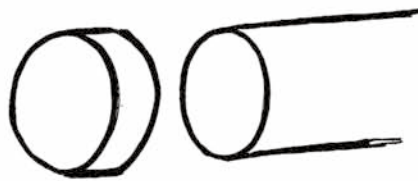


手すりの端部の工夫

廊下や階段等で使用する手すりは、衣服の袖口等を引っ掛けたり、身体をぶつけたりしないように端部の処理を工夫する必要があります。下図のように手すりの端部を壁側または床面へ曲げこむことが望ましいです。



手すりの端に下図のようなエンドキャップを取り付けるだけでは、衣服の袖口が引っかかり転倒する恐れがあります。特に階段では危険です。





代表的な改修例や特殊な改修例をちょっと紹介します

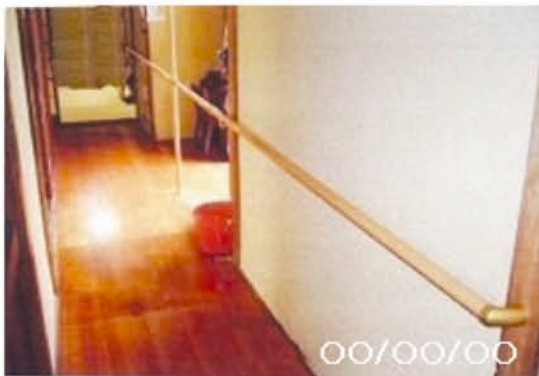
■廊下に手すりが設置された例。

渡し木を取り付けることで、壁面内の柱の位置や大きさの問題を回避できます。



■廊下の片側全てに手すりを設置した例。

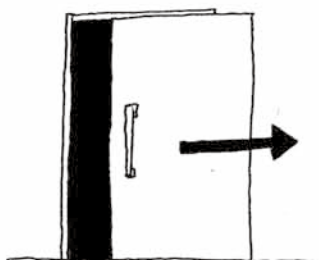
中央奥は、家族が屋外に出る扉があるため、跳ね上げ式の手すりが取り付けられています。



2. 扉&戸

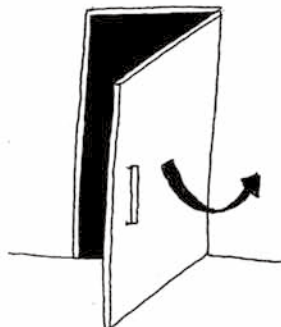
扉や戸は、主に下に示す 4 つのタイプがあります。これらは用途に合わせて取り付ける必要があります。

引き戸



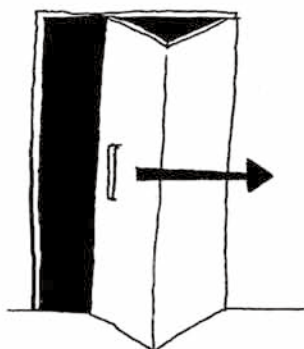
一般的に使いやすい形のものが引き戸です。開閉時に身体を移動させなくて良いため、車いすや杖を使用している方にも利用しやすい形です。しかし、戸を設置するのに横に開くため、扉 2 枚分のスペースが必要です。

開き戸（扉）



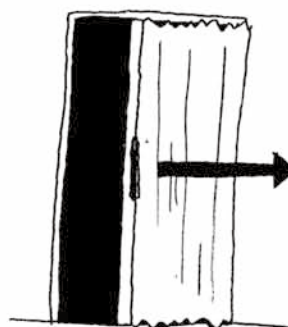
取り付けるのにスペースを取りませんが、扉を開けて中に入るまでの動作が多くなります。また、狭い部屋で内開きの場合、中のスペースがより狭くなってしまいます。

折れ戸（扉）



開くときの操作が難しく、密閉性が低いため使用できる場所が限られます。しかし、扉を開ける際に身体を移動させる必要がないため、扉を開いて中に入るまでの動作が容易です。

アコーディオンカーテン

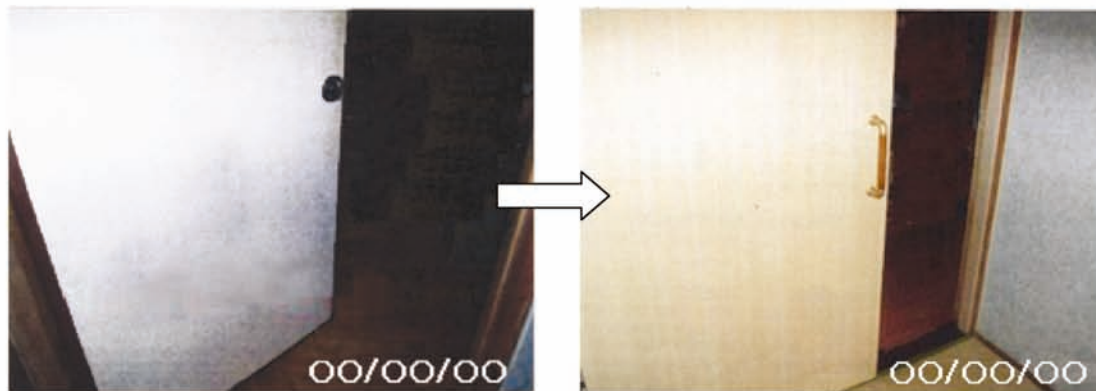


扉を開けることが難しい場合に多く用いられます。しかし、床面に隙間ができたり、音や臭いが伝わりやすく、プライバシーが十分に確保できません。



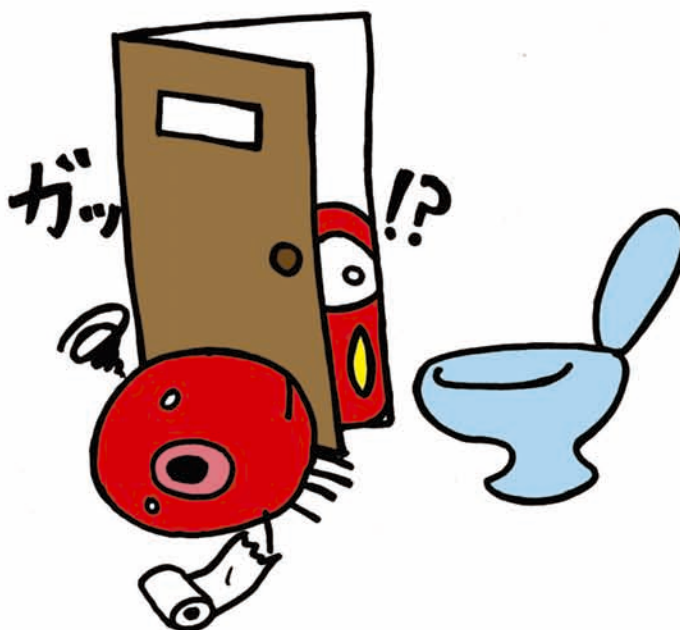
代表的な改修例をちょっと紹介します

■ 開き戸から引き戸へ変更されています。



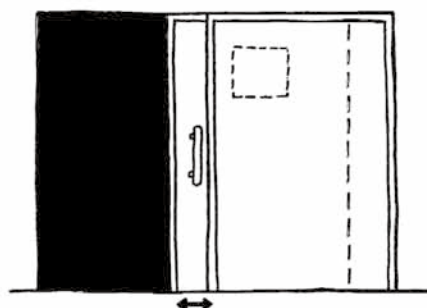
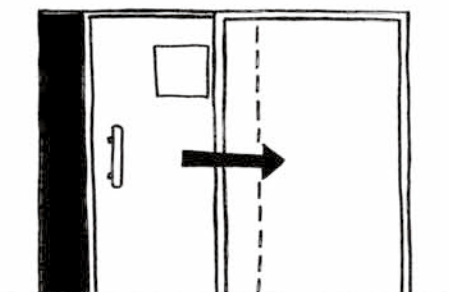
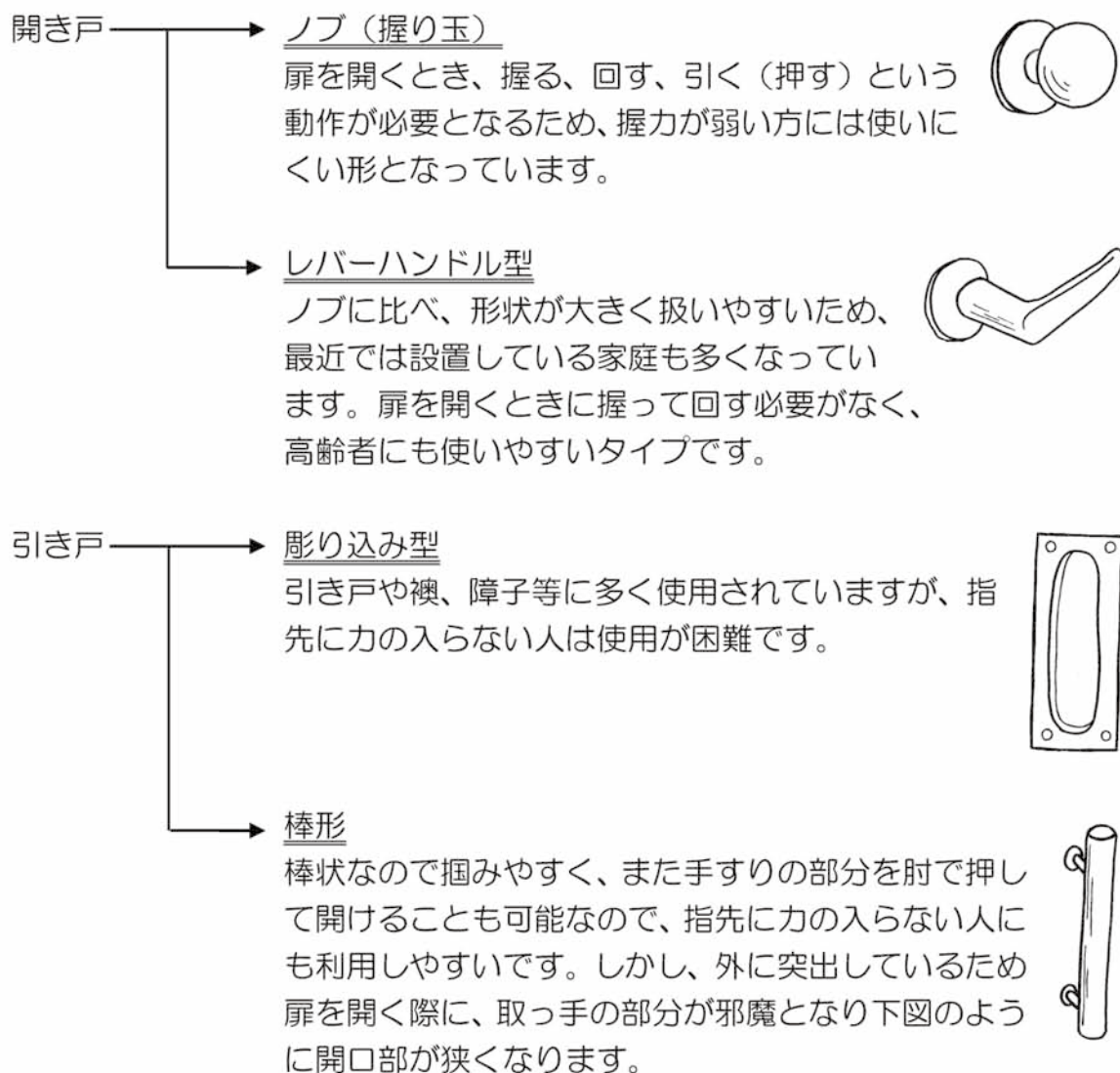
ポルちゃんブレイク

トイレ等の狭い部屋は、外開きや引き戸にすることが望ましいとされています。内開き戸だと人が倒れたとき、人に扉が当たってしまい、戸が開かないことがあり大変危険です。



3. 取っ手

扉や戸に取り付ける取っ手にも様々な種類があります。それぞれ操作方法が違いため、考慮して取り付ける必要があります。



4. トイレ

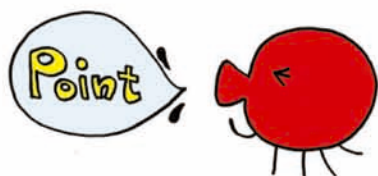
トイレでは、心理的な影響を考えなくてはなりません。プライバシーを尊重し、安全に安心して排泄行為ができる空間をつくることが大切です。

高齢になると、トイレで転倒する恐れがあるため、手すりの取付けやスペースの確保等、注意する点があります。

排泄の失敗を減らすために、寝室からトイレまでの距離を近くすることが望ましいとされています。また、距離が近くなることで排泄行為の自立を促すこともできます。

下図に代表的な改修例を示します。





動作別の改修ポイント

- ・立位で方向転換や衣服の着脱を容易にする → 縦手すりの設置
- ・車いすからの乗り移りを容易にする → 縦手すりの設置、スペースの確保*
ドアの開口部を広くする
- ・立ち座りを容易にする → 縦手すりの設置、便座を高くする
- ・便座に座って姿勢を保つ → 横またはL字手すりの設置
背もたれを取り付ける
- ・転倒を予防する → 敷居の段差をなくす、移動・乗り移りのための手すりの設置

*スペースの確保：車いす使用者ではできる限り便器に近づけるようスペースを確保します。それにより移動する距離が短くなり転倒の危険性が軽減されます。また、スペースがとれることにより、介助をすることが容易になります。

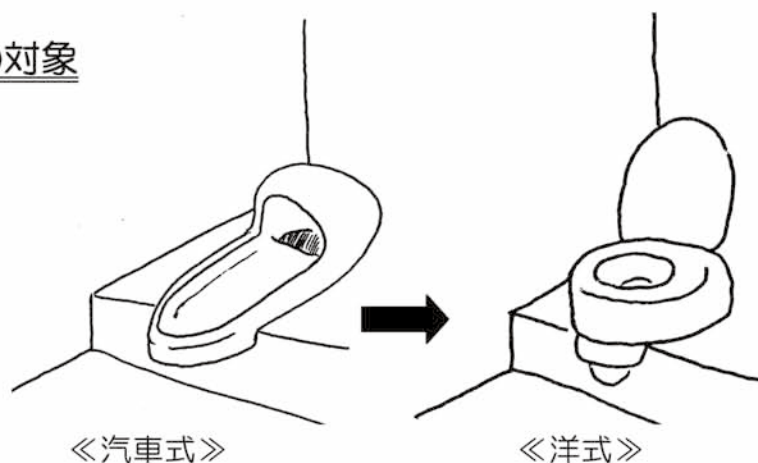
トイレのドアは中で人が倒れた時のことを考え、引き戸か外開き戸にする。
(内開き戸の場合、倒れた時や事故があったとき、扉が開かなくなり、救助しに入れなくなってしまう可能性があります。)



福祉用具等の対象

便座

右図のように、便器が汽車式の場合、洋式便座を被せて洋式にする方法もあります。これは介護保険での住宅改修の対象ではなく、特定福祉用具購入の支給対象となります。





代表的な改修例をちょっと紹介します

■ 和式便器から洋式便器に変更された例です。



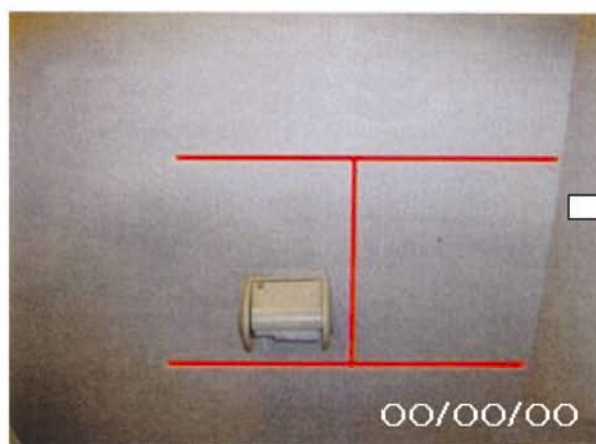
介護保険での支給対象外

住宅改修では、次の工事は対象になりません。

- × 自動扉への変更
- × 既にある洋式便器を暖房便座へ取り換える、洗浄機能の付加
- × 非水洗式から水洗式に変更する工事
- × 暖房機器設置

■ 手すりの設置をした例です。

本来ならＬ字手すりですが、Ｌ字手すりを設置する際に固定金具を留める壁に必要な柱がないためこの形となっています。



■ トイレの扉を三枚引き戸に変更した例です。

三枚扉にすることで開口部が広くとれます。

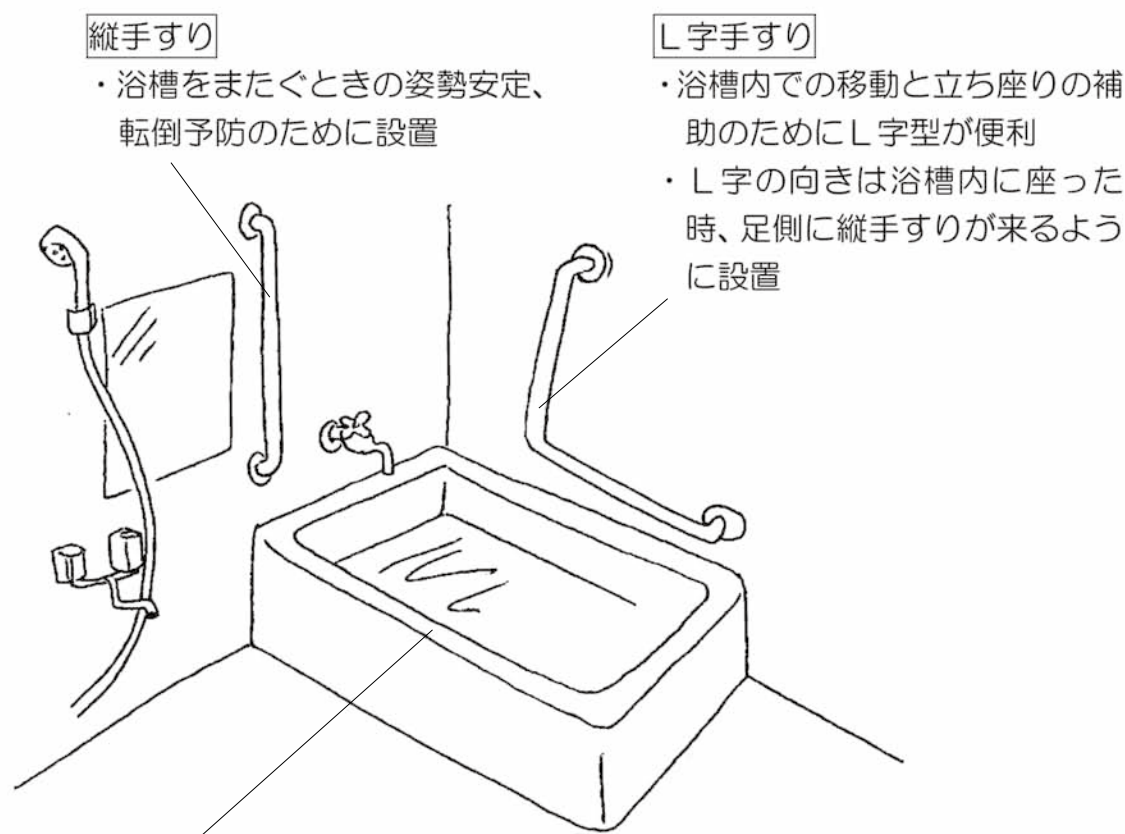


5. 浴室

入浴は1日の疲れを癒し、落ち着いてリラックスできる生活動作です。しかし、入浴は身体へ負担がかかり、介助者にも負担がかかります。また、浴室の床は滑りやすく、浴槽をまたいだり体を洗ったりするときにバランスを崩しやすく、危険を伴います。

浴室の改修は、出入り口の段差をなくし、滑りにくい床の工夫をして、転倒を予防したり安全に体を洗えるように考えることが大切です。

下図に代表的な改修箇所を示します。



縦手すり

- ・浴槽をまたぐときの姿勢安定、転倒予防のために設置

L字手すり

- ・浴槽内での移動と立ち座りの補助のためにL字型が便利
- ・L字の向きは浴槽内に座った時、足側に縦手すりが来るように設置

浴槽の取り換え

※理由によっては住宅改修の対象外となる場合があります。

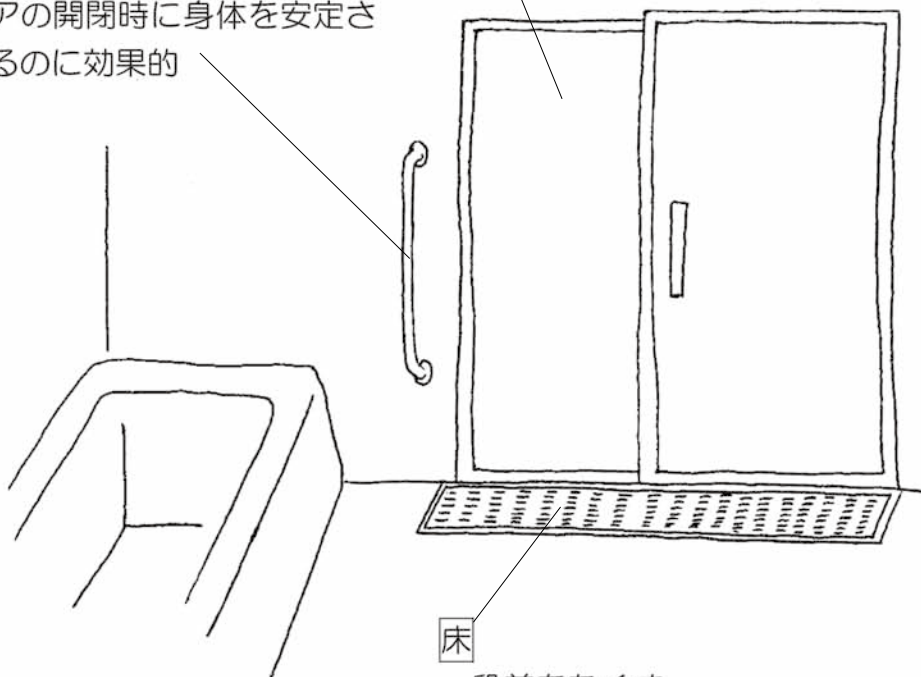
- ・立ったまままたは浴槽に入る場合、浴槽の縁はできるだけ低くする
- ・出入りや座った姿勢の安定には和洋折衷型が適している

手すり

- ・ 入口には方向転換をするための手すりを設置
- ・ ドアの開閉時に身体を安定させるのに効果的

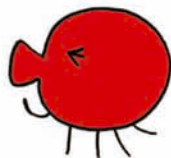
ドア

- ・ 開き戸を引き戸に変更



床

- ・ 段差をなくす
- ・ 水濡れによる転倒予防のために、滑りにくい床材への変更



動作別の改修ポイント

- ・ 転倒を予防する → 滑りにくい床材、浴室入り口や浴槽との段差の解消、移動のための横手すりの設置
- ・ 浴槽の出入りを容易にする → 縦手すりの設置
立って浴槽をまたぐ場合、浴槽の高さはなるべく低く、入浴台等の福祉用具を利用
- ・ 洗体介助を容易にする → 洗体介助の妨げになる手すりを設置しない
シャワーチェア等の福祉用具を利用
- ・ 移乗介助の負担を減らす → リフト等の福祉用具の利用
- ・ 介助が必要になったときのためにスペース確保（浴槽周りに3方向から介助できるスペース）



福祉用具等の対象



浴槽用簡易手すり

浴槽内に手すりが取り付けられない

い時浴槽の縁に取り付けられる



シャワーチェア

体を洗う時に腰かける。浴槽内に入るための移乗台としても利用できる



浴槽内いす・浴槽内すのこ

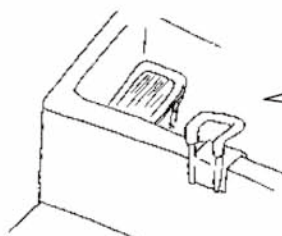
浴槽の出入りを楽にする。浴槽に沈めて足場や腰かけにする



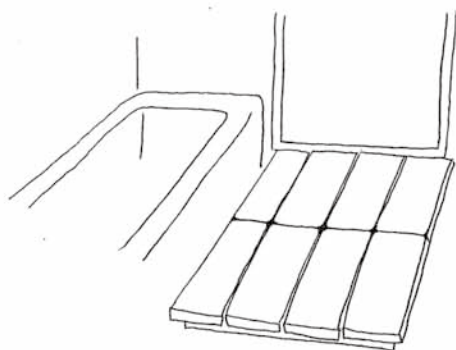
入浴台（バスボード）

浴槽の縁に橋渡しをして腰かけたまま体をずらして浴

槽に出入りするために使う

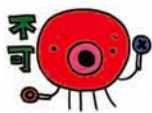


1人1人に応じて足の高さが調節できるものが便利



すのこ

- ・浴室と脱衣所の床の段差が大きい場合に用いる。
- ・浴室の床面を上げるだけでなく、浴槽のふちが高いときにも有効
- ・排水栓の掃除や干すことを考えてすのこは小さいものを組み合わせる



介護保険での支給対象外

次の工事は住宅改修の対象になりません。

- ×壁タイルの取り替え工事
- ×鏡の取り付け工事
- ×水栓金具の取り替え工事

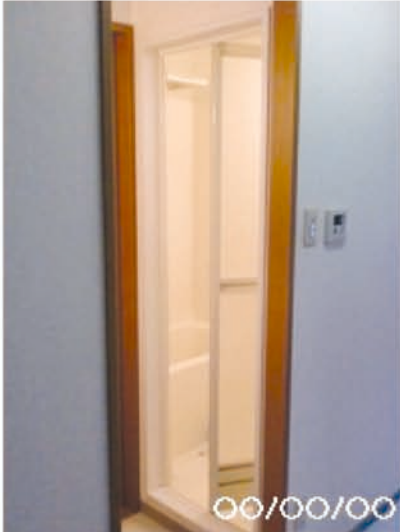


代表的な改修例をちょっと紹介します

- 浴槽の出入り、浴槽内での姿勢安定のためにL字手すりと横手すりが設置されています。



- 折り戸に変更し、開口部が広く取れるようにした例です。

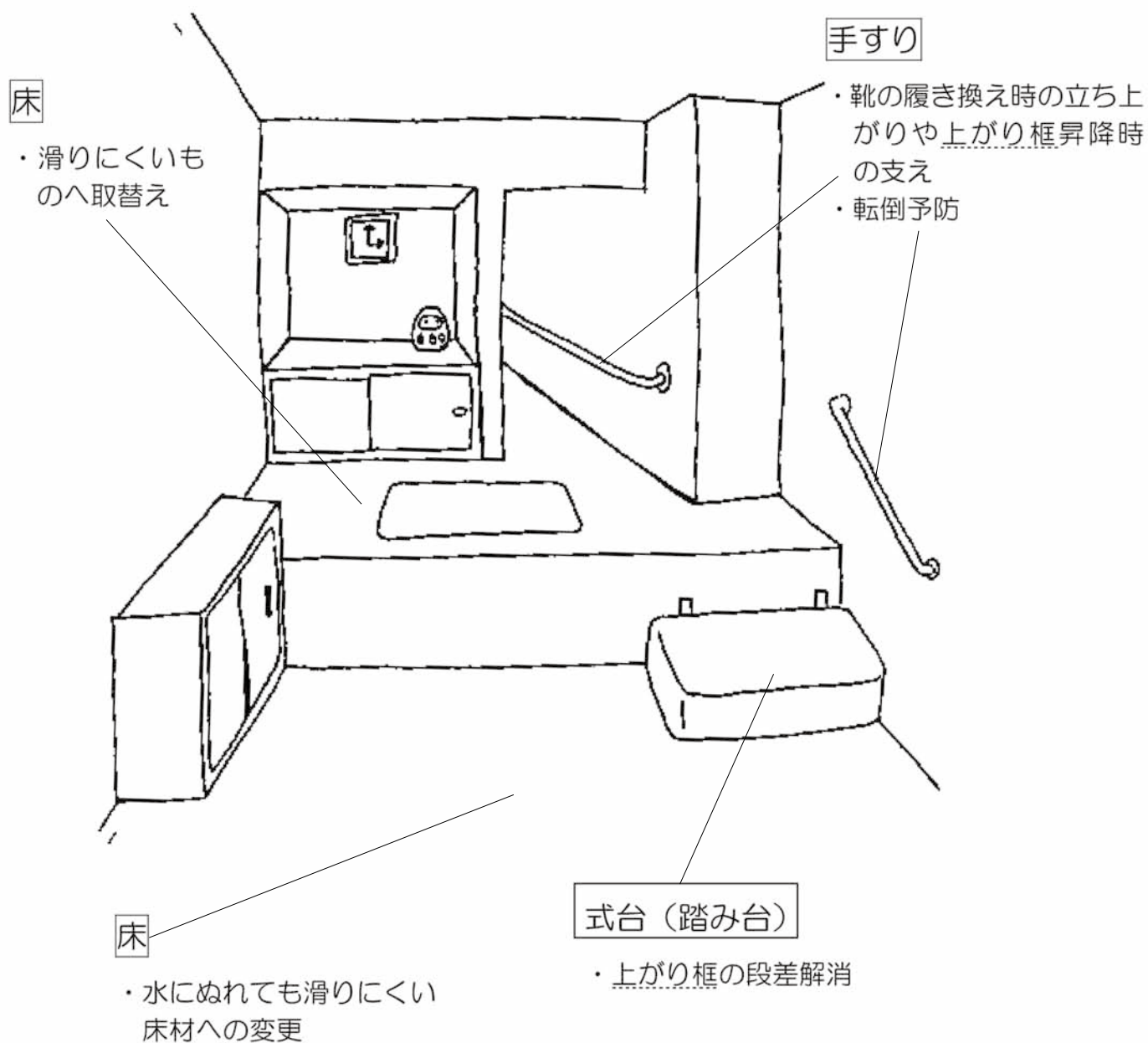


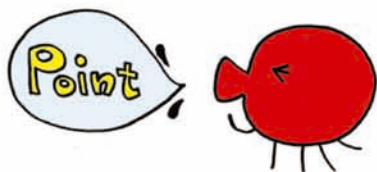
6. 玄関内

玄関は、靴の脱ぎ履きや上がり框の昇降等の動作が行なわれ、さまざまな配慮が必要です。また、本人の移動方法や身体状況により、必要となるスペースが異なります。玄関の整備は本人の移動方法を確認したうえで決定します。

また玄関は家の顔と考え、外観を大切にされる方も多くおられます。そのような本人の価値観を十分に配慮が必要です。

下図に代表的な改修例を示します。





動作別の改修ポイント

- ・ 上がり框の昇降 → 式台（踏み台）の設置
 - * 上がり框の高さ解消のため設置
 - 式台の高さは上がり框の2分の1の高さが良い
- ・ 転倒予防 → 床材の取替え
 - * 玄関の入り口は雨で濡れて滑りやすくなるので滑りにくい床材への取り換え
 - 手すりの取り付け
 - * 段差昇降時のバランスの安定を図り、転倒予防を図る



家具の利用等

家具で代用する場合、住宅改修費の対象外となる



上がり框の昇降
↓
靴箱を手すり
として代用



靴の履き換え
↓
靴の履き替えの
ために、イスを
置く等の工夫を
する



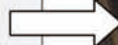
福祉用具等の対象

- ・ 昇降機は福祉用具レンタルの対象
- ・ ネジで固定されていない式台は福祉用具レンタルの対象



代表的な改修例をちょっと紹介します

- 玄関の上がり框に段差解消のスロープを付けた例です。
車いすでの昇降が可能となります。



- 玄関の上がり框に縦手すりを付けた例です。姿勢の安定を図ることができます。



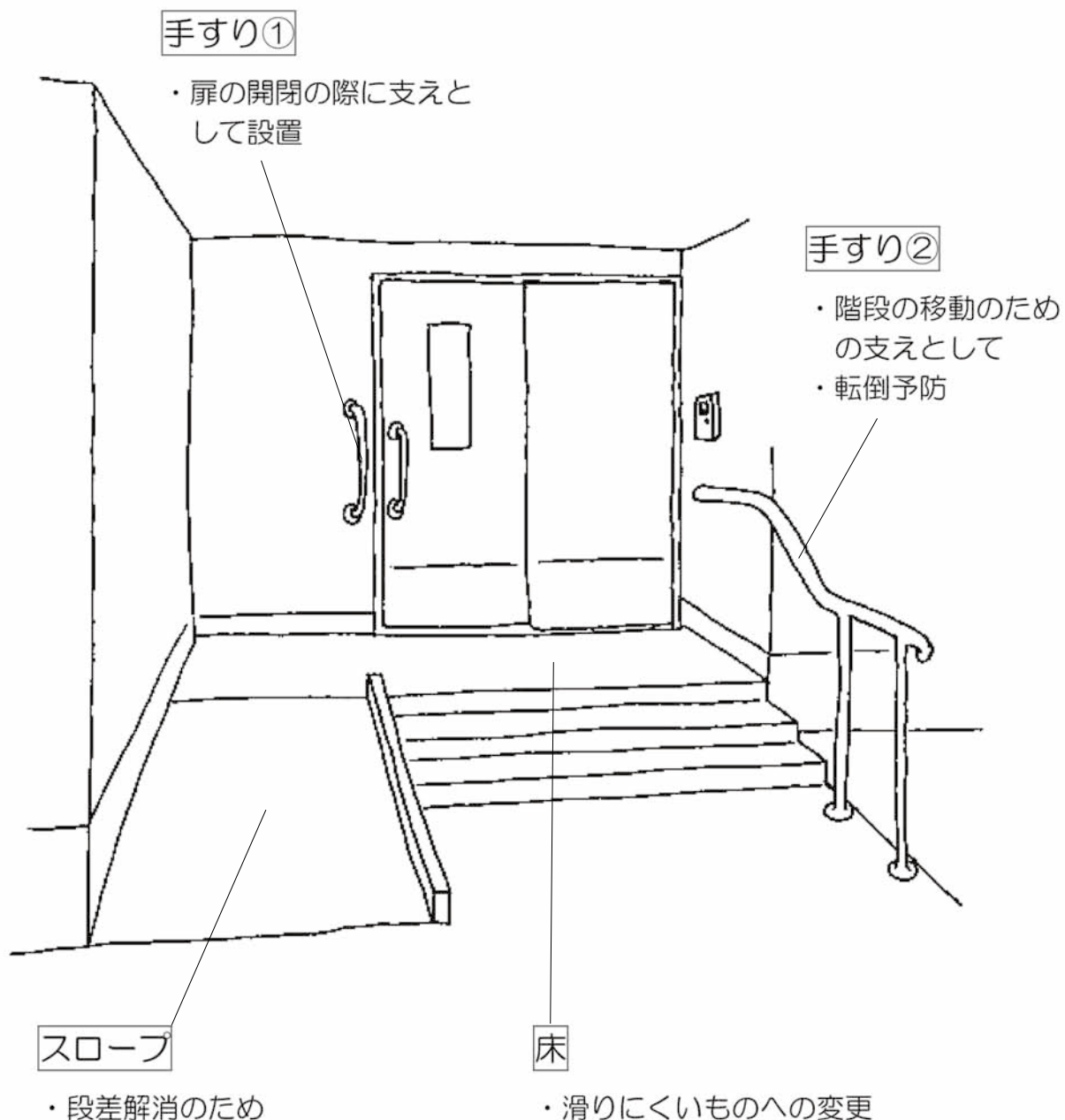
- 玄関の上がり框に手すりを取り付けた例です。

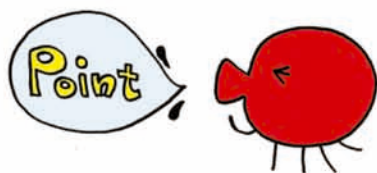


7. 玄関外

社会参加を実現するためにも玄関の住宅改修は大切なものです。日常的に外出し、地域の人々との交流や社会参加を容易にするために、屋内から屋外へ安全に無理なく移動できるよう配慮が必要です。

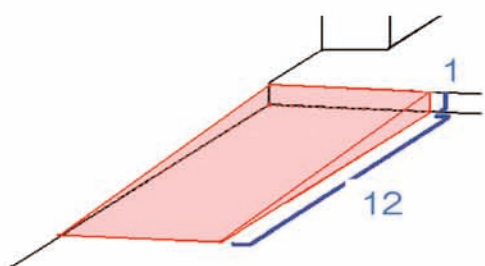
下図に代表的な改修例を示します。





動作別の改修ポイント

- ・扉の開け閉めを容易にする → ①手すりの取付け
扉の開け閉め時の姿勢安定のため
- ・転倒予防 → ②手すりの取付け
 - ・道路から玄関までのアプローチや階段昇降での転倒予防や体の支えとして設置する
 - ・床材の変更
雨等で滑りやすくなるので、転倒予防のために床の材質を滑りにくいものに変更する
 - ・スロープの設置
階段の昇り降りが難しい人や車いすの人のため（歩行が可能な人には必ずしもスロープが適しているとは限らない）



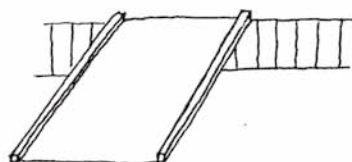
スロープ豆知識

傾斜は 1/12～1/15 が理想
左図は 1/12 の図で、10cm の段差に対して12倍の120cm の長さのスロープが理想ということです。



福祉用具等の対象

- ・取り外し可能なスロープは福祉用具レンタルの対象



取り外し可能なスロープ

取り外し可能なスロープを設置することは、住宅改修よりも簡便で費用も少なく済む

注意点

- ・道路に面して直接スロープを設置しない
(道路から直接スロープを始めると、自動車や人との接触の恐れがあるため注意)



代表的な改修例をちょっと紹介します

- 玄関外の階段に手すりを付けた例です。



- 玄関外の段差解消の例です。

写真左下の部分が駐車スペースのため既存のポーチに1段追加することしかできません。玄関扉が引き戸であり、開閉時にそれほど動かなくて良いため、既存のポーチを削り、2段にする改修が行われています。



- 玄関外のアプローチに、階段と手すりが設置されています。

＊これは左片麻痺の方に対する改修例ですが、手すりは右側のみに付いています。階段を上る時は、進行方向を向いて右手で手すりを掴んで上がります。階段を下りる時は、後ろむきになり右手で手すりを掴んで下ります。段差が大きいときは、上記のように下りることで、重心が前に来て転倒することを防ぐことができます。



- 昇降機と階段の両方が設置されています。

日々の本人の体調によって車いす、杖歩行どちらにも対応した改修例です。

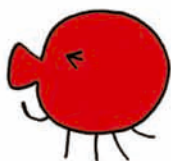
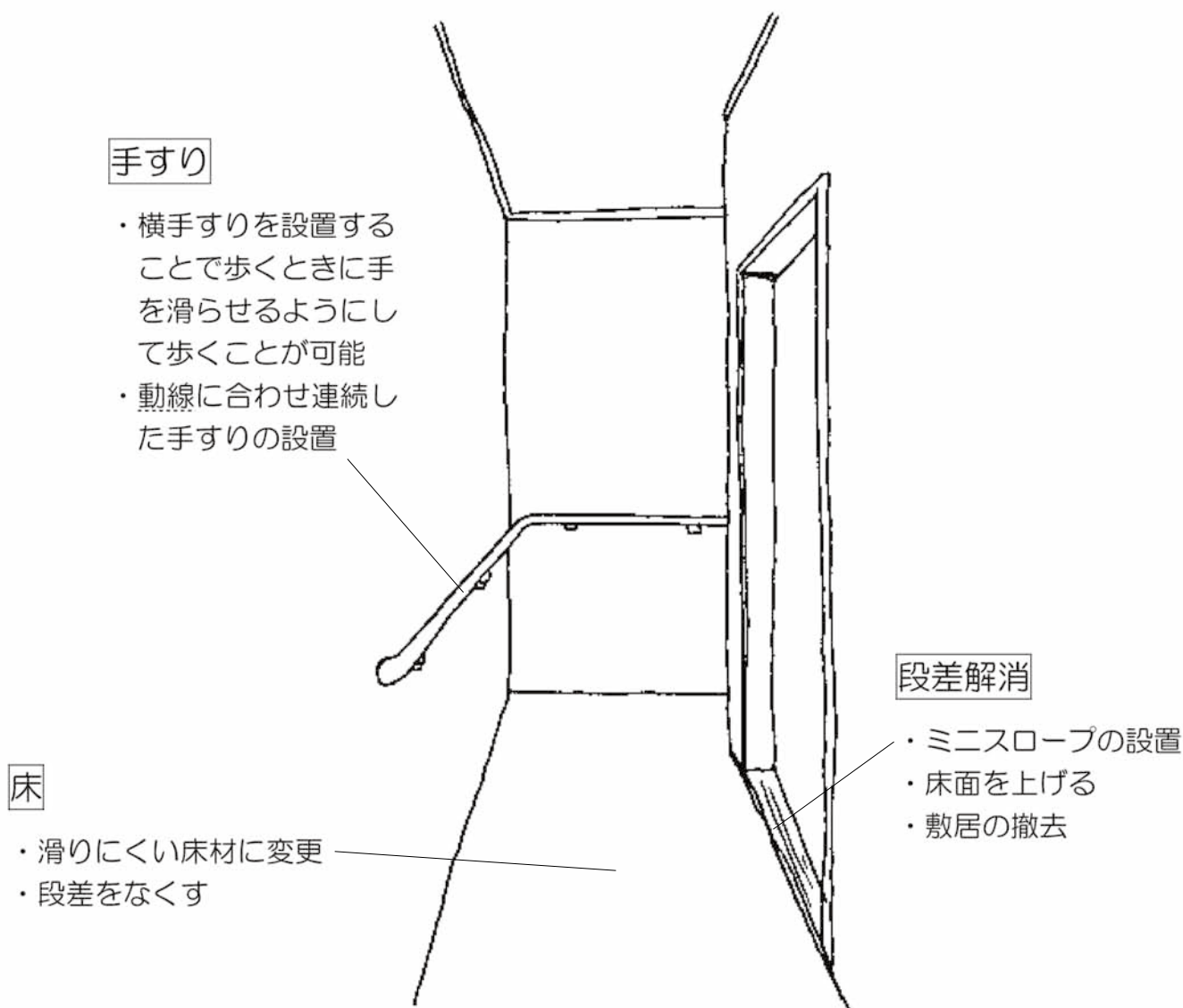


※昇降機の設置工事は住宅改修の対象外です。

8. 廊下

廊下では、床の段差をなくし滑りにくくすることによって、転倒を防ぐ必要があります。大きい段差だけではなく、小さい段差も無くすることが大切です。小さい段差は気づきにくく注意しないで引っかかってしまうことが多く、転倒に繋がる可能性が大きいからです。安心して動けるようになれば家の中で動きやすくなり、寝たきり防止にも効果があります。

下図に代表的な改修例を示します。



動作別の改修ポイント

- ・転倒予防 → 手すりの取り付け
段差の解消
滑りにくい床材へ変更



福祉用具等の対象

- ・ ミンスロープの据え置き（ネジ等で固定しない場合）は福祉用具のレンタルの対象
 - ＊ 固定する場合は住宅改修費の支給対象となる
- ・ 移動用リフトは福祉用具レンタルの対象



介護保険での支給対象外

- × 足元灯の取り付け



代表的な改修例をちょっと紹介します

- 廊下に手すりが取り付けられています。
曲がり角にもジョイントを付けて連続した手すりとなっています。



- 部屋の入口にミンスロープを取り付けた例です。



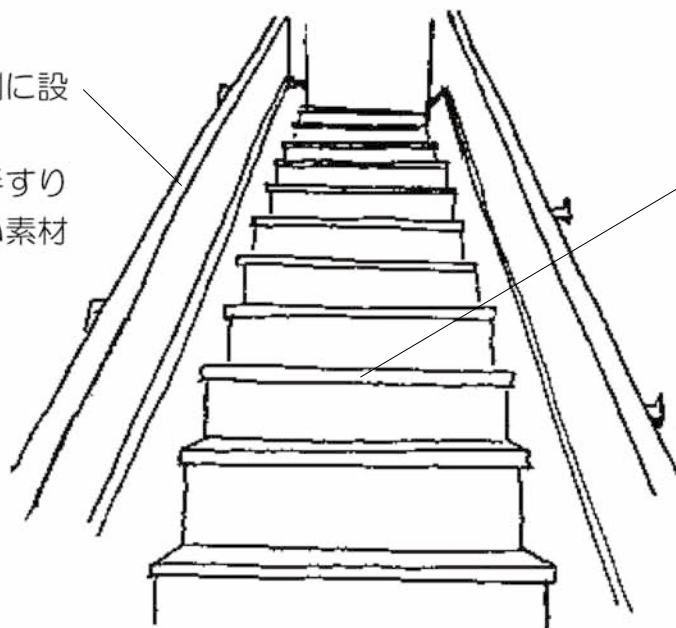
9. 階段

階段は高齢者にとって負担が大きく、転倒や転落による事故が起こりやすい場所です。高齢者では骨や身体が弱くなり、大きな怪我につながる恐れがあります。そのため手すりの取り付けや滑らない床面にする工夫が必要です。

下図に代表的な改修箇所を示します。

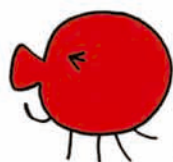
手すり

- ・階段の両側に設置
- ・連続した手すり
- ・滑りにくい素材



踏み面

- ・踏み面全体に滑り止めカーペットの設置
- ・滑り止めのための表面の加工



動作別の改修ポイント

- ・転倒予防 → 手すりの取り付け
踏み面に滑り止めを設置



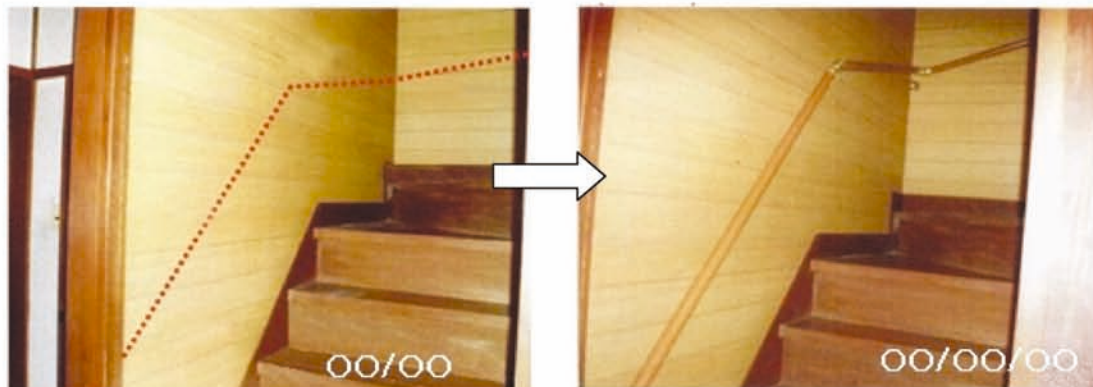
介護保険での支給対象外

- × 足元灯の取り付け
- × 階段昇降機



代表的な改修例をちょっと紹介します

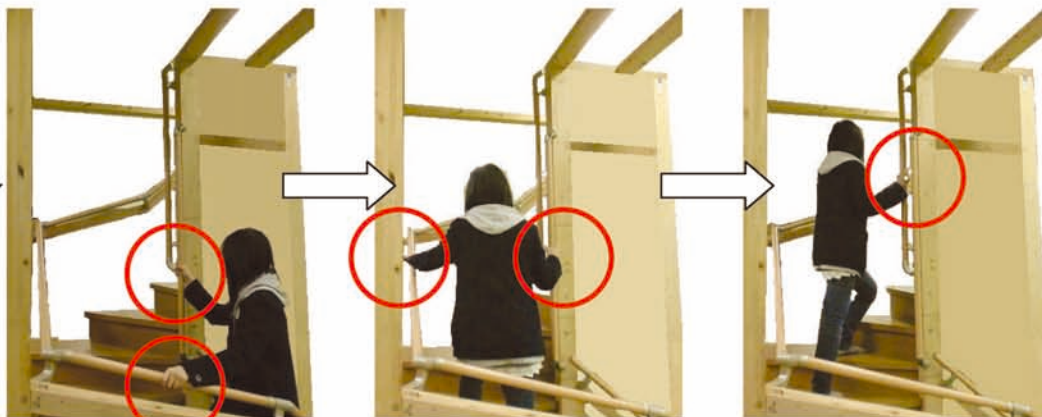
■ 階段に連続した手すり取り付けられています。



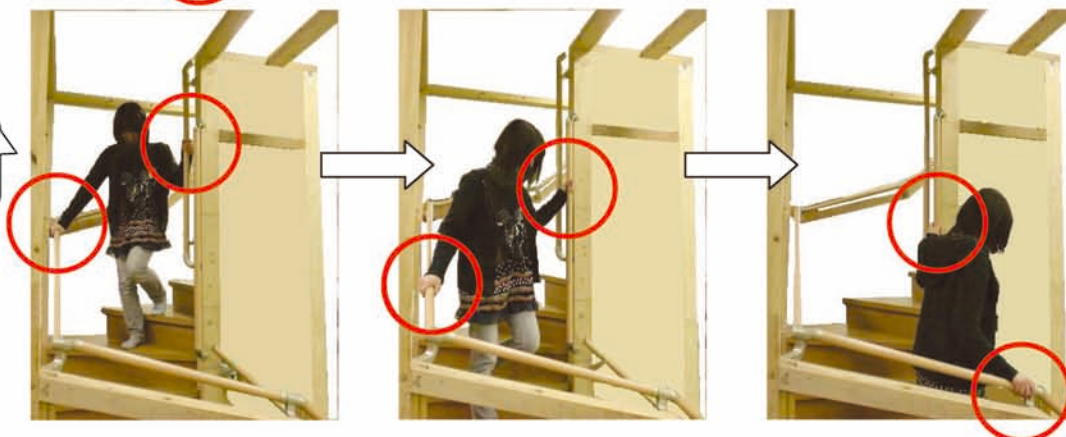
ポルちゃんブレイク

回廊式の階段の場合、内側に縦手すりをつけることで、方向転換の際の姿勢の安定を高めることができます。

上の



下の



6

高齢者および 代表的疾患の住宅改修のポイント

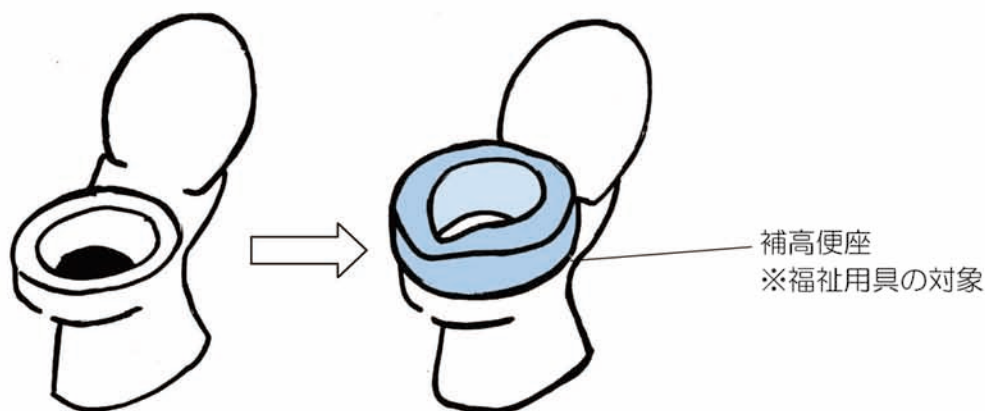
介護保険を利用して、住宅改修を行う人の多くは高齢者です。その他、脳血管疾患、関節リウマチ、パーキンソン病、認知症等の疾患を抱えている人がいます。それぞれの疾患の症状により、生活のなかに特有の難しさが生じます。ここでは、それぞれの**疾患の特徴/それによって起こる生活のなかの不便さと住宅改修のポイント**を簡単に紹介します。

高齢者

加齢に伴い、筋力が弱くなり、骨が縮み、身体が全体的に小さくなります。身体の動きもかたく鈍くなったり、バランスをとるのが難しくなります。足腰が弱くなり、転倒すると容易に骨折をします。また、感覚を感じにくくなり、小さい音が聞こえにくい、ものが見えにくいといったことが起こります。

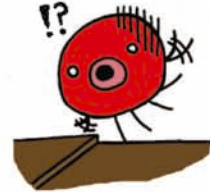
住宅のポイント

- 椅子やトイレでの立ち上がりが大変になり、歩くことや大きな段差を上ることが難しくなります。立ち上がりの難しい方には椅子やトイレは高めのものを選んだり、和式を洋式に取り替えたり、補高便座を利用する方法があります。



- 階段の上り下りや、玄関の上がり框の昇降には手すりを設置します。
また、立ったままでの靴の脱ぎ履きが難しくなるので、玄関にイスを置くことも考えます。

- 小さな段差には気がつきにくいいため、つまずきやすく転倒しやすくなります。家のなかの段差はできるだけなくすようにしましょう。1 cm の段差は段差ではないというふうに思われがちですが、実際には危険となることもあります。



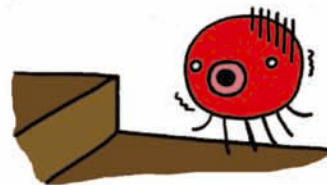
- ものが見えにくいといった場合、段差は危険な要素です。階段、玄関外、廊下等に足下灯を設置し、明るくしましょう。高齢者に対する足下の照明は75ルクス以上が適切とされています。

1. 廃用症候群

過度な安静によって廃用症候群になることがあります。活動をしないうことで関節が動きにくくなったり、筋力が低下し、歩行が難しくなったり、転倒の危険性が高まります。

住宅のポイント

- 転倒恐怖を持つと、活動しなくなり、外出の頻度が低下して引きこもりとなることがあり、一層、廃用症候群を進行させます。この悪循環をなくすために、転倒の危険を減らすと共に、外出可能な住環境にすることが大切です。



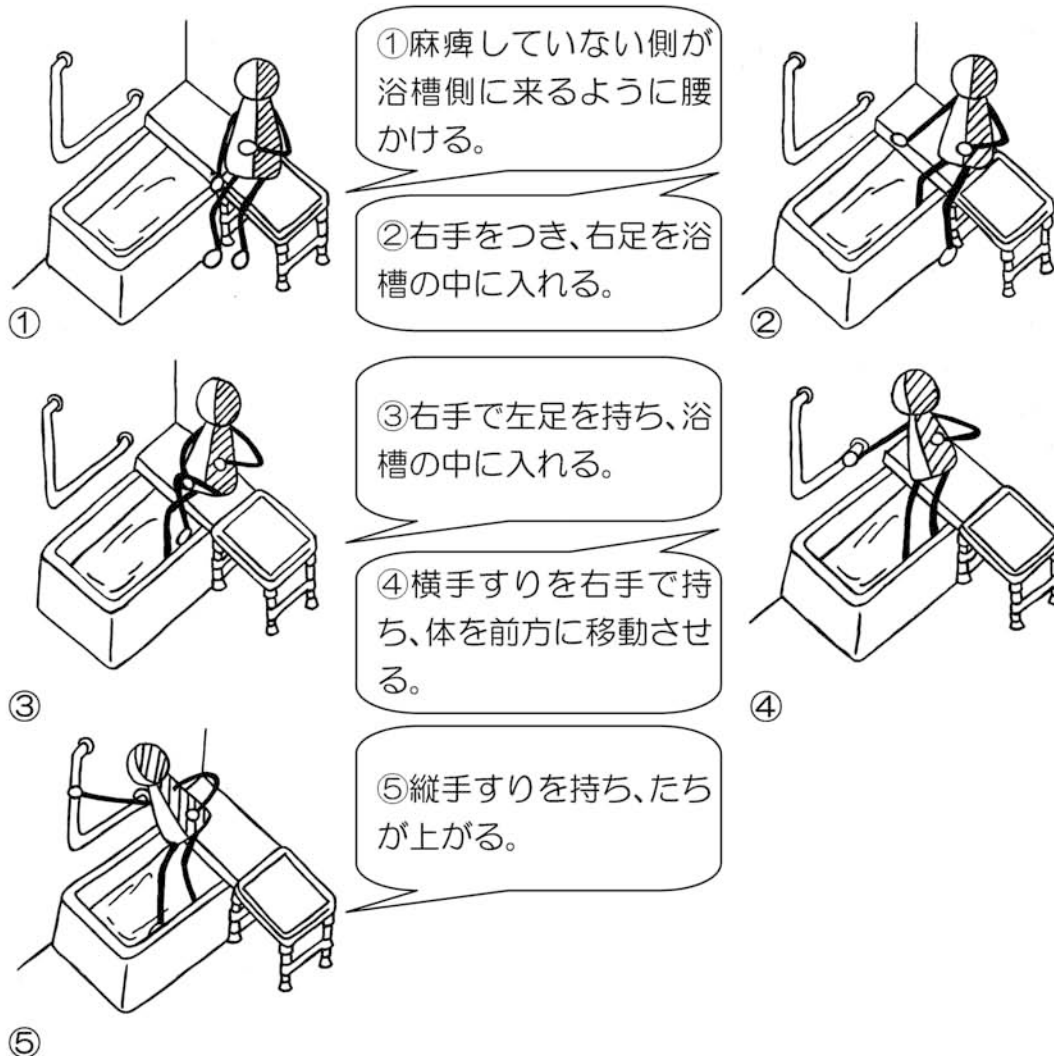
2. 脳血管疾患

脳血管疾患は、脳の血管が破れたり、詰まったりして引き起こされます。脳内のどこの血管が損傷したかによって、身体の片側あるいは両側の手足が麻痺したり、感覚が鈍くなったりと様々な症状が現れます。麻痺した部分は、動きが鈍くなり自分の思うように動かさません。

住宅のポイント

- 安全に移動できるために、手すりを取付けることがあります。左右どちらの手足が麻痺しているかによって、取付け位置を考慮する必要があります。例えば、左の手足が麻痺しているときは、手すりは右手でつかめるように設置します。

以下に左片麻痺の人の風呂の入り方の例を紹介します。



- 麻痺している側の足には踏ん張りがきかず、倒れやすくなるので、転倒には注意しましょう。
- 急激な血圧変動がおこらないように、脱衣所、便所等寒い場所には暖房器具を設置して寒い日には部屋を暖かくしましょう。

3. 関節リウマチ

関節の腫れや、痛み、こわばりを主な症状とする疾患です。進行するにつれて、手や足の指が変形し、関節の動きが制限されます。リウマチの症状は全身の関節でおこり、左右対称に症状があらわれます。足の関節の症状が悪化するにつれて、立ち座りや歩行、移動が困難になります。また、手の関節の症状の悪化により、指先に力が入らなくなったり、手が顔まで届かなくなったり、物を握ることが難しくなります。痛みの程度、生活の仕方は1人1人異なります。関節の状態を知り、本人の意見を大切にしましょう。

住宅のポイント

- 関節リウマチの人は、関節に負担をかけないようにすることが大切です。例えば、手すりは上面が平らな形状のものを使用する、手すりを握るのではなく肘をついて移動するという方法も用いられます。この場合、手すりは肘の高さに設置します。
- トイレの便器の高さは立ち上がりやすいように補高便座を用いたり、洋式便器への取り替えが望ましいです。
- スロープの傾斜が急だと足の関節に負担をかけるので、スロープの傾斜はできる限り緩やかにしましょう。目安として、傾斜は屋内 1/12、屋外 1/20 という基準があります。

4. パーキンソン病

パーキンソン病では、歩行開始や停止がうまくできず、転倒しやすくなります。また、座ること、立つことも難しくなります。

住宅のポイント

- 歩行の不安定さにより転倒の危険性が増すので、そのことに対する配慮が必要です。パーキンソン病の人は歩く時にスピードをコントロールできず、だんだん速くなり、前に突進するような歩き方になってしまいます(突進現象)。スロープは転倒の危険があるので、階段の方が一歩一歩昇ることができ安全であると言われています。
- 進行方向を変えることも難しいので動線を短く単純にし、長距離を移動しない方がいいように配慮しましょう。
- 立ち上がりや座位を組み合わせて行う排泄や入浴に関しては、手すり等を用い、立位を安定させ、簡単に安全に行えるように整備することが大切です。

5. 認知症

認知症は、一度正常に発達した知的機能が何らかの原因により低下し、日常生活に支障をきたす状態です。その症状は、中心症状と周辺症状とに大きく分けられます。中心症状は、記憶障害や判断力の低下等の症状が現れ、周辺症状は、怒りやすくなる等の情緒不安定、意欲・自発性の低下、幻覚、妄想、徘徊、異食・過食等の症状が現れます。症状の現れ方には個人差があります。

新しく経験したことを覚えられないため、可能な限り住み慣れた環境を変えないことが望ましいです。手すりを取り付けたり、便器を和式から洋式に変えたり、環境を変化させる場面は、使えないこともあります。また、認知症は進行性で重度になると新しいことを覚えることが難しいので早期に改修しましょう。一度で大規模な改修を行うと、本人が順応できないこともあるので、少しずつ手を加えるようにしましょう。

住宅のポイント

注意や判断力の低下に加え、高齢化に伴う身体の平衡感覚、視力低下や難聴も重なり、自らの身の安全を守ることが困難となります。そのため、住環境の整備では、次のような点に配慮する必要があります。

- 転倒を防ぐために絨毯やカーペットの端がめくれないように固定し、風呂場は滑りにくいようにしましょう。
- 夜間トイレまでの照明を設置し、夜でも明るくしておくが目立つので場所が分かりやすくなります。
- 手すりは周りに同化しないような色鮮やかな目立つ手すりが好ましいです。

認知症の方には他にも
こんなポイントがあります！！

★ 昔から使い慣れた生活用具を使用する

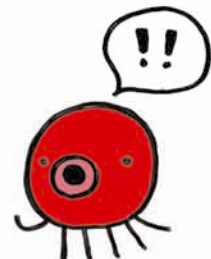
新しく物の使い方を覚えるのが難しい場合があるので、慣れた物を使用しましょう。

★ 混乱を招くようなものは配置しない

物の認識能力が低下しているため、異食の引き金となったり、精神的混乱がおこるため考慮しましょう。

★ 個人の尊厳を守るような配慮をする

適応行動の障害による弄便（ろうべん）行為もある一方で、失禁したことが恥ずかしく、下着を隠す等の行為を行うので、本人が失禁したことを介助者に気づかれずに隠せる場所の確保や指摘しない等の心理的な配慮を行いましょう。



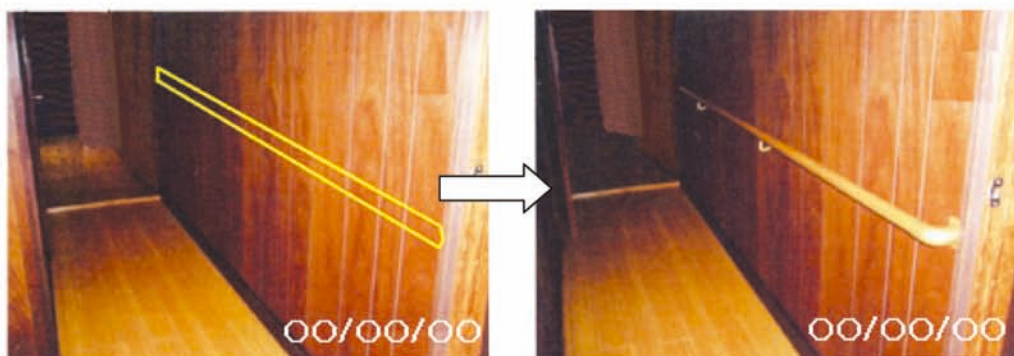
7

事後写真



住宅改修をした後の完了写真は、事後申請時に添付する必要があるのですが、撮影の際には以下の点に注意が必要です。

- ・住宅改修の前後で比較しやすくするために、事前写真と同じアングルから撮る



事前写真

事後写真

- ・日付（工事完了日）を入れる
- ・手すり等改修した場所だけをとるのではなく、全体像を撮る
 - *手すりだけがクローズアップされていたら、何のためにその箇所に設置したのかを把握することが難しくなるので、手すりを取り付ける周囲の状況が分かるように写真を撮る
 - 例：トイレの中に手すりを設置する時、手すりだけを撮るのではなく、便器と手すりの位置関係や手すりと出入口の関係が分かるように撮る



悪い例

手すりを付けたのはわかりますが、どの位置につけたのか、周りはどうなっているのかが把握しにくいです。

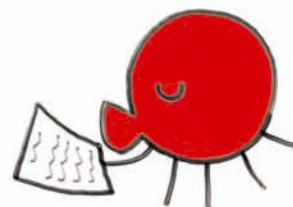
手すりを含めた周囲が写されているので位置関係が把握できます。



良い例

8

事後申請

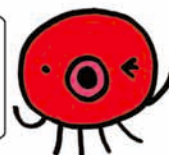


改修工事が終了した後、住宅改修費の支給申請（事後申請）を行います。ケアマネジャーは、施工業者から受け取った事後写真や平面図を見ながら改修が計画どおりに行われたかどうかを確認します。確認には以下のようなチェックポイントが挙げられます。

チェック欄

- ☐ 計画どおりに改修工事が行われたか
- ☐ 本人や家族が望む生活に近づけられたか
- ☐ 当初の目的・狙いを達成しているか
- ☐ 本人の自立度改善や介助者の負担の軽減のために、最善の手段であったか
- ☐ 取付けた手すりや扉の使い方を本人が把握しているか

取付けた手すりや扉の使い方を本人が把握するために、ケアマネジャー自身が説明したり、リハビリテーションスタッフ等の専門職に本人に対しての指導を行ってもらうように依頼します。



また、工事終了後の申請には、住宅改修が計画どおりに行われたことを証明する書類を提出します。

本人・
ケアマネジャー

費用発生の事実が分かる書類を提出

提
出

- 事後申請書（介護保険居宅介護（介護予防）住宅改修費支給申請書）→73ページ参照
- （事前申請後に市から届く）結果通知書の写し
- 住宅改修に要した費用に係る領収書→74ページ参照
- 工事費内訳書→72ページ参照
＊事前申請に提出した工事費内訳書の内容と金額等で変更がある場合のみ提出。ただし、工事内容の変更は認められません。
- 事後写真→50ページ参照

保険者(三原市)

事前に提出された書類(13ページ参照)との確認
工事が実際に行われたかの確認



住宅改修費を支給

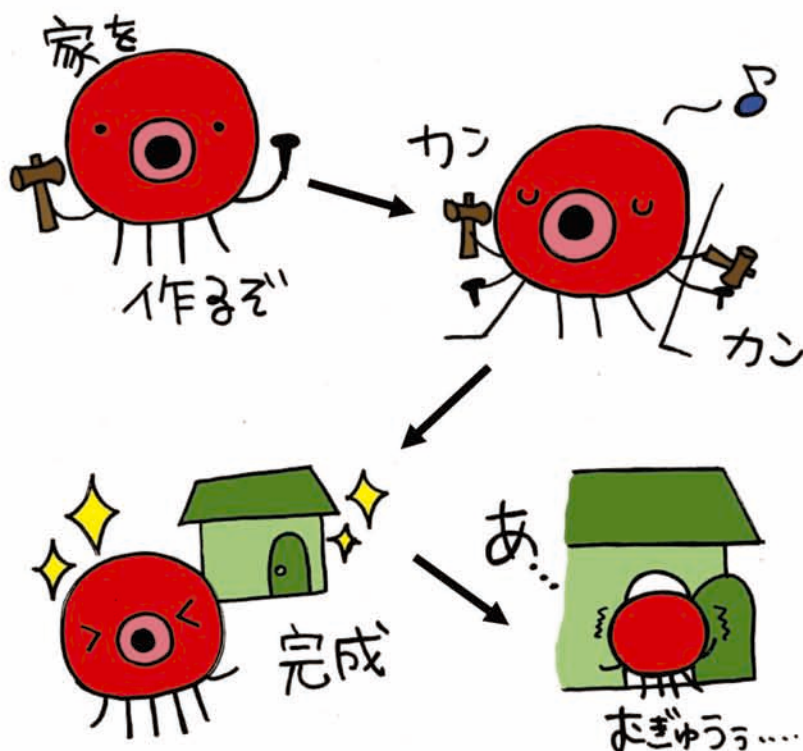
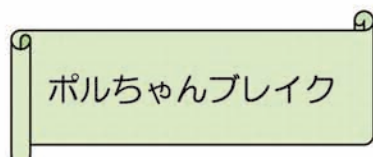
9

フォローアップ



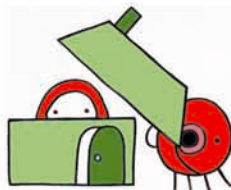
住宅改修を行った後のフォローアップも大切です。
手すりを取り付けたり、段差を解消したことにより本当に本人や家族がより暮らしやすくなっているかのチェックを行うとともに、まだ危険な点がないか、更に改良する点がないか等の確認も必要です。

そのためには本人や家族が実際に住宅改修を行った家で生活し、住み心地や使い心地を確かめてから、家庭訪問を行うことが望ましいです。



10

事例



住宅改修をすることによって、本人が希望する生活に近づけたり、家族や介助者の介助量が軽減される等、住みやすい家に変えることができます。ケアマネジャーが住宅改修に関わることによって、本人の意向や家族の思い等をより反映させることができます。

ここでは、三原市に住む寿三康士（すみ やすし：仮名）さんが脳梗塞を発症し、住宅改修を行って自宅へ戻ったケースを紹介します。の中で、ケアマネジャーがどのように関わっていったかを順を追って述べていきます。

概要

三原市内に住む寿三康士さんは、1月初旬に自宅の庭で水やりをしている際に脳梗塞で倒れ、病院に運ばれて入院となりました。後遺症として左半身が動きにくくなってしまいました。

2カ月の入院生活とリハビリを経て、3月初旬に要介護認定を申請し、その際にケアマネジャーへの紹介がありました。康士さんの妻である泰子（たいこ：仮名）さんは康士さんが自宅復帰してからのことについて抱いている不安をケアマネジャーに相談し、ケアマネジャーから今後のケアサービスを計画する中で、住宅改修の提案を受けました。

2日後、ケアマネジャーは康士さんが入院している病院を訪問し、康士さんに話を聞くと共に、病院スタッフに話を聞き、康士さんに関する情報を集めました。

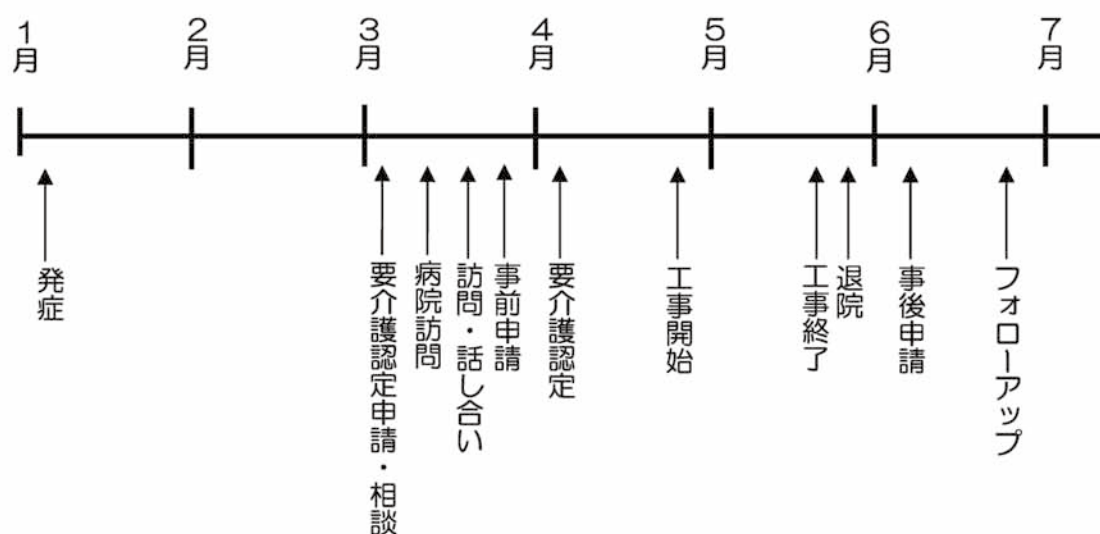
3月中旬、ケアマネジャー、病院のリハビリスタッフ、住宅改修を行う業者が康士さんの自宅を訪問し、そこで康士さんの生活動作を見て、改修場所を検討しました。康士さんは外出手続きを行い、妻の泰子さんと共にその場に立ち会いました。2日後、ケアマネジャーが住宅改修に必要な書類を揃え、市役所に提出しました。

4月初旬、康士さんは要介護2の要介護認定を受けました。2週間後、康士さんと泰子さんが住宅改修を行う業者と話し合った結果、4月の下旬に改修工事を開始することが決定しました。

5月下旬、改修工事が終了し、康士さんも病院を退院し、自宅へ戻りました。

6月上旬、ケアマネジャーは事後申請の書類を揃え、市役所に提出しました。

6月下旬、ケアマネジャーが康士さんの住む家を訪問し、取り付けた手すりが効果的に使用されているか、トイレでの動きがスムーズになっているか等の確認を行いました。



1. 相談

ケアマネジャーのところに泰子さんからの相談がありました。ケアマネジャーは泰子さんに、現在の不安、これからの希望、住宅改修に求めること等を尋ねました。また、介護保険での住宅改修には自己負担金があること、支給されるお金には限度があること、制度の中では対象とならない工事があることを伝えました。今回の相談では、以下のような泰子さんの思いを聞くことができました。

～MEMO～

泰子さんの思い

- 自分も高齢であり、一人で康士さんの介助ができるかどうか不安
- 経済的に余裕があるわけでもなく、お金はあまりかけられない
- 自宅には大きな段差があり、康士さんが転倒しないか心配
- 排泄や入浴の自立を住宅改修で促してほしい
- 屋内移動は自分で行ってほしい
- 康士さんは外出が好きなので、外に出やあいように住宅改修してほしい

2. 訪問・話し合い

泰子さんの相談を受けたケアマネジャーは、住宅改修に関して必要な情報を収集することにしました。

ケアマネジャーは、康士さんの入院している病院を訪問し、康士さん自身や、康士さんを担当している医師、リハビリスタッフから話を聞き、康士さんの身の周りの情報を以下のよう

～MEMO～

1. 基本事項

氏名：寿三 康士（すみ やすし）

年齢・性別：75 歳・男性

生年月日：昭和〇〇年〇月〇日

住所：広島県三原市〇〇〇-〇〇〇

家族：妻の泰子さん(72 歳)と同居

娘(50 歳)夫婦が尾道に、息子(45 歳)が東京で暮らしている

2. 身体状況

疾患：脳梗塞

身体障害：左片麻痺

麻痺の程度：左腕が伸ばせず、常に曲がった状態

左足にも麻痺があり、体重を十分にかけられず、バランスを崩しやすい
使用している補装具：短下肢装具・病院内は車いすを自走
四点杖を使用しての歩行を練習中

3. 病院内での ADL の様子

移動

歩行：屋内は四点杖や手すり等の揃うものがあれば 30m 歩行可能

屋外では車いすで介助を要する

座位保持：左に傾くことがあり、バランスを崩すことがある

段差：15cm の段差が限度(手すり等の揃う場所が必要)

排泄：排泄時にバランスを崩すことがある

ズボンの着脱に一部介助が必要

自宅のトイレは和式だが、康士さんにとっては困難

入浴：浴槽の出入りに一部介助を要する

(シャワーチェアを使用し、

座った状態で介助者が身体を支えながら足を入れる)

更衣：上着やシャツ等、上半身の着替えは可能だが、

ズボン等の下半身の着替えは介助を要する

～MEMO～

康士さんの思い

- 自分の家で浴槽につかって入浴したい
- トイレでできる限り自分で排泄したい
- 自分でできることを増やし、泰子さんの介助量を少しでも減らしたい
- 庭いじりが好きなので外に出たい

3月中旬、ケアマネジャーは病院のリハビリスタッフ、住宅改修を行う業者と共に、康士さんの家を訪問し、日常で困っている場面を見させてもらいました。その結果から康士さんに必要な住宅改修を、家具の配置の変更や福祉用具の使用を含め以下のように考えました。

～MEMO～

1. 家具配置の変更：ベッドの位置・玄関にいすを置く
2. 福祉用具：式台(玄関)・シャワーチェア(浴室)・浴槽内いす(浴室)
ベッド用手すり(寝室)

3. 住宅改修

玄関：上がり框(高さ 28cm)に式台と手すりの設置(段差の昇降)

アプローチにスロープ設置(転倒防止・外出しやすいうちに)

廊下：動線上に横手すりの設置(転倒防止)

トイレ：し字手すりの設置(姿勢の保持・着替への補助)・洋式便器への取替え

浴室：し字手すりを設置(転倒防止・方向転換)

4. 考慮すること

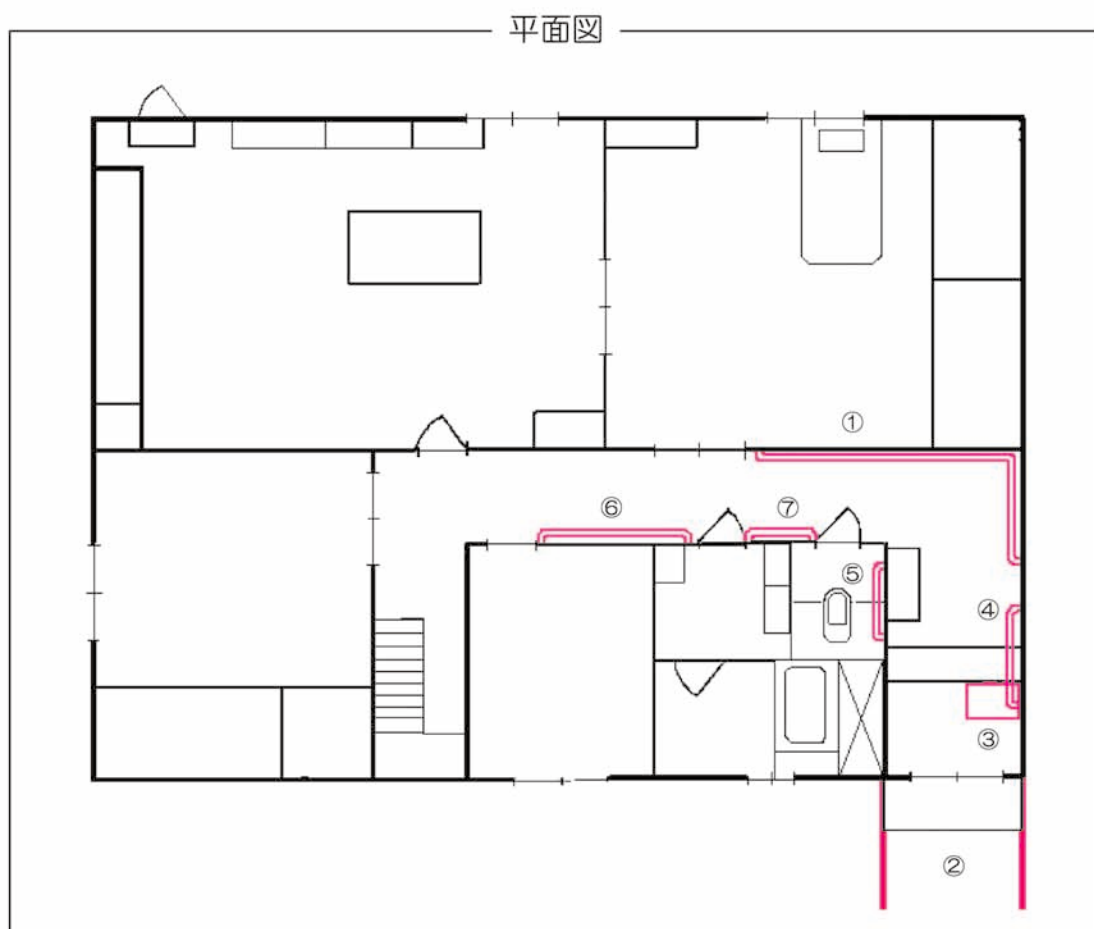
康士さんは現在も高齢であり、今後状態が悪くなってしまうことも考えられる。そのため、リハビリスタッフは手すりを更に付けることを提案したが、今後の様子を見ながら、悪くなってから手すりを取り付けるように話した。その結果、今回は必要最小限の手すりを取り付け、今後の経過をみることにする。

泰子さんも高齢であり、足腰が段々と弱ってきたため、一人で康士さんの介助が出来るかが心配である。そこで娘さんが週末に、尾道から康士さんの介助をしに三原に来ることとなった。

3. 事前申請

ケアマネジャーは、相談の中で聞いた康士さんの思いと、病院内で収集した情報、訪問時の話し合いや康士さんの動きを見た結果から、以下のような事前申請の書類を揃えました。

工事費内訳書、事前写真、家屋の平面図を業者から受け取ったケアマネジャーは、事前申請書を記入しました。また、事前写真、家屋の平面図と見比べながら康士さんの身体状況を考え住宅改修が必要な理由書を記入しました。



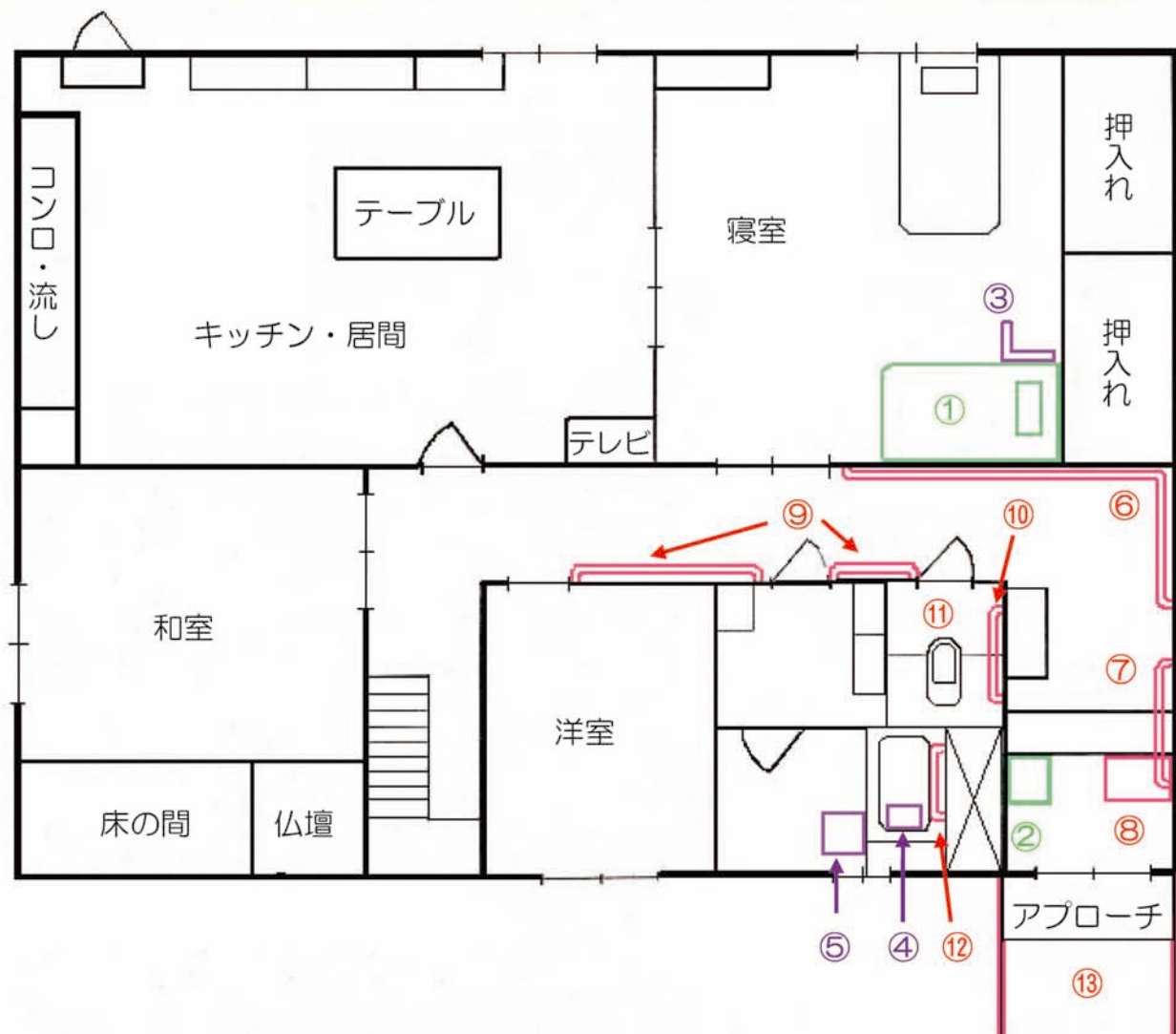
住宅改修が必要な理由書（P2）

＜P1の「総合的状況」を踏まえて、①改修をしようとしている生活動作②具体的な困難な状況③改修目的と改修の方針④改修項目を具体的に記入してください。＞

活動	①改修をしようとしている生活動作 （…なので…で困っている） を記入してください	②①の具体的な困難な状況 （…なので…で困っている） を記入してください	改修の方針（…することで…が改善できる）を記入してください ③改修目的・期待効果をチェックした上で、	④改修項目（改修箇所）
排泄	☒ トイレまでの移動 ☐ トイレ出入口の出入 （扉の開閉を含む） ☒ 便器からの立ち座り（移乗を含む） ☒ 衣服の着脱 ☒ 排泄時の姿勢保持 ☐ 後始末 ☐ その他（ ）	下肢筋力の低下やバランス保持 困難のため、スボンの着脱、和 式便器の使用、座った状態のバ ランス保持においてふらつき、 転倒する危険性がある。トイレ までの移動の際、廊下には掴ま る所がないために、歩行時にふ らつき、転倒する恐れがある。	☒ できなかつたことをできるようにする ☒ 転倒等の防止、安全の確保 ☒ 動作の容易性の確保 ☒ 利用者の精神的負担や不安の軽減 ☒ 介護者の負担の軽減 ☐ その他（ ）	☒ 手すりの取付け （玄関上がり階段差部） （トイレ便器横壁面） （浴槽横壁面） （廊下） （ ） （ ） （ ） ☒ 段差の解消 （玄関上がり階段差部） （ ） （ ） （ ） （ ） ☐ 引き戸等への扉の取替え （ ） （ ） （ ） ☒ 便器の取替え （トイレ） （ ） ☐ 滑り防止等のための床材の変更 （ ） （ ） （ ） ☐ その他 （ ） （ ） （ ） （ ）
入浴	☒ 浴室までの移動 ☒ 衣服の着脱 ☐ 浴室出入口の出入 （扉の開閉を含む） ☐ 浴室内での移動（立ち座りを含む） ☒ 洗い場での姿勢保持 （洗体、洗髪を含む） ☒ 浴槽の出入（立ち座りを含む） ☐ 浴槽内での姿勢保持 ☐ その他（ ）	浴槽への出入り、足を大きく 動かすことが困難である。浴槽 内での立ち座りでバランスを 崩す危険性がある。	☒ できなかつたことをできるようにする ☒ 転倒等の防止、安全の確保 ☒ 動作の容易性の確保 ☒ 利用者の精神的負担や不安の軽減 ☒ 介護者の負担の軽減 ☐ その他（ ）	☒ 浴槽横に「十字手すり」を取 り付けることで、浴槽内で の立ち座りを容易に行え るようになり、安全性が確 保でき、本人の精神的負担 の軽減を図る。また、入浴 時の介助者の負担を軽減 できる。
外出	☒ 出入口までの屋内移動 ☒ 上がりかまちの昇降 ☐ 車いす等、装具の着脱 ☐ 履物の着脱 ☒ 出入口の出入 （扉の開閉を含む） ☐ 出入口から敷地外までの屋外移動 ☐ その他（ ）	上がり框が28cmと高く、乗り越 えられない。また、相まるとこ ろもなく、転倒の恐れがある。 玄関アフローチも砂利で不安定 になり、車椅子を使用できない。	☒ できなかつたことをできるようにする ☒ 転倒等の防止、安全の確保 ☒ 動作の容易性の確保 ☒ 利用者の精神的負担や不安の軽減 ☒ 介護者の負担の軽減 ☐ その他（ ）	上がり框に式台と手すりを 設置することで、上がり框 を安全に乗り越えられるよ うになる。アフローチにス ロープを設置することで、 車椅子の介助も容易にな り、外出しやすくなる。
その他の活動			☐ できなかつたことをできるようにする ☐ 転倒等の防止、安全の確保 ☐ 動作の容易性の確保 ☐ 利用者の精神的負担や不安の軽減 ☐ 介護者の負担の軽減 ☐ その他（ ）	☐ その他 （ ） （ ） （ ） （ ）

4. 改修工事

工事日となり、以下のように改善されました。



- …元の康士さんの家を表す
- …家具の配置の変更を表す
- …福祉用具の取り付けと利用を表す
- …住宅改修での変更を表す

家具の配置の変更

① ベッドの配置換え

以前は、寝室の奥に配置してあったベッドを廊下側に移動させることで、康士さんが移動する距離を短縮することができる。

また、左片麻痺なので、右半身を使って起き上がりをするため、右半身が壁の方に来ないように配置した。

② いすの設置

靴の脱ぎ履きのために玄関にいすを配置した。

背もたれがあるイスを配置することで、身体を安定させることができた。

福祉用具の取付け・利用

③ 手すりの利用

ベッドの右側に起き上がり、立ち上がりを補助するための手すりを取り付けた。

④ 浴槽内いすの利用

浴槽の出入りを楽にするために利用する。

また、いすに腰かけることで、立ち上がりも容易になる。

⑤ シャワーチェアの利用

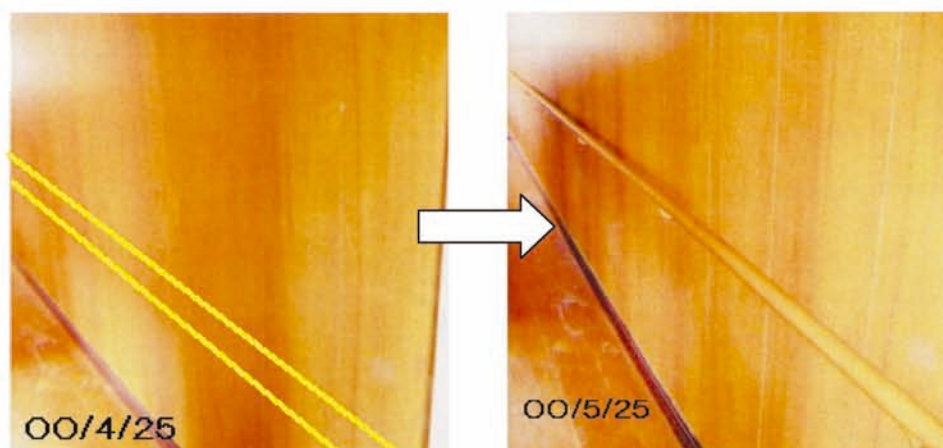
浴槽への出入りを楽にするために利用する。

また、洗体や洗髪時にも利用でき、身体を安定させることができる。

住宅改修での変更

⑥ 手すりの設置

玄関から寝室までの廊下に手すりを設置した。



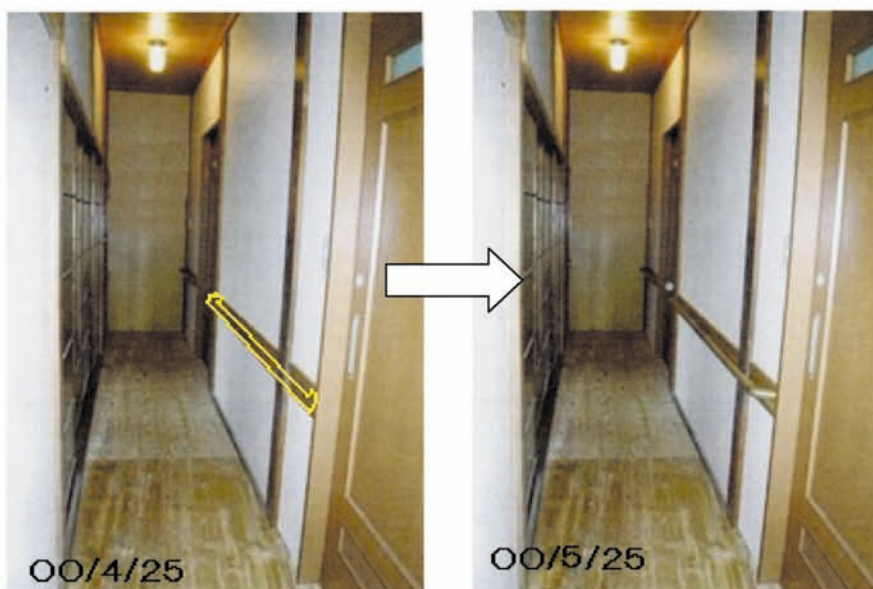
⑦ 手すりの設置、⑧式台の設置

玄関の上がり框が28cmと高く、転倒するおそれがあった。手すりと式台（高さ14cm）を設置し、玄関の出入りを安全に行えるようにした。
容易に玄関の出入りが行えるようにした。



⑨ 手すりの設置

トイレと脱衣所、浴室へ行くまでの動線上に手すりを設置した。



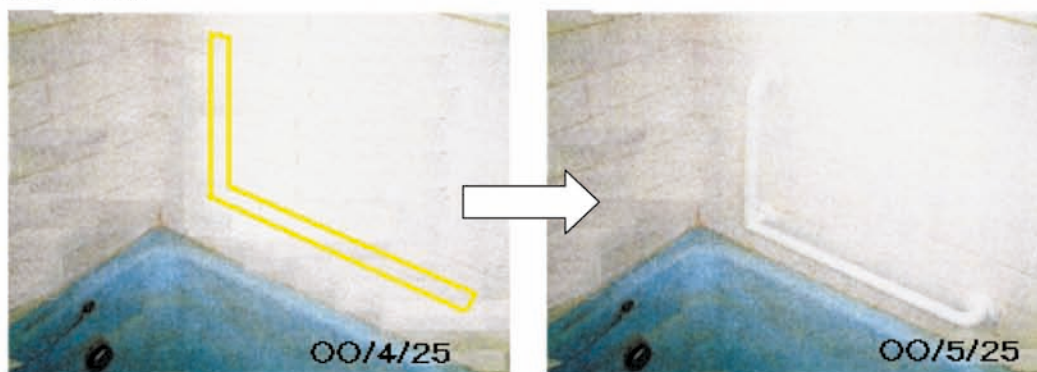
⑩ 手すりの設置、⑪洋式便器への変更

和式便器を洋式便器に変更することで、立ち座りを容易にし、安全に排泄が行えるようになった。また、排泄中の姿勢安定と、立ち上がりの補助をするために、便器横にL字手すりを設置した。



⑫ 手すりの設置

浴槽横にし字手すりを取り付けることによって、浴槽内での姿勢を安定させ、立ち上がりを容易にする。



⑬ 段差の解消（スロープの設置）

以前は玄関アプローチに段差があり、外も砂利であったため、車いすの使用が難しかった。そのためスロープを設置し、外出しやすいようにした。



5. 事後申請

改修工事が終了し、ケアマネジャーは施工業者から事後写真と領収書を受け取りました。変更があった場合はその都度、保険者（三原市）へ連絡することが必要です。ケアマネジャーは康土さんが病院を退院したので事後申請の書類を揃え、保険者（三原市）に提出しました。

6. 住宅改修費の支給

保険者（三原市）から、康土さんへ住宅改修費の9割分が支払われました。

7. フォローアップ

康士さんが自宅に戻って約1ヶ月経ち、ケアマネジャーは康士さんの自宅を訪問し、改修工事の確認と更に必要な改修場所がないか確認を行いました。康士さんに話を聞くと、「妻の介助が少しでも減ったと思うし、まさか庭の手入れができるほど外出がしやすくなるとは思わなかった。」と話しました。また、泰子さんから話を聞いたところ、「一人では夫の介助ができるかととても不安だったが、住宅改修を行ったことにより夫ができることが多くなって助かった。」と話しました。



★ケアマネジャーからのコメント★

この住宅改修では、特に外出したいという康士さんの希望、介助ができるかという泰子さんの不安を考慮しました。更に費用のことを考え、福祉用具を用いたり、家具の配置を変える等の工夫をしました。

★康士さんからのコメント★

身体が動きにくくなってしまい、家に帰っても外に出られるか分かりませんでした。でも、ケアマネジャーさんが私の希望をよく聞いて下さり、それが上手に家に反映され、外出がとてもしやすくなりました。好きな庭いじりができることで、毎日生きがいを感じられます。



★泰子さんからのコメント★

夫が退院して、私が全て介助しなくては、と不安を感じていました。でも、ケアマネジャーさんがその不安を汲み取って下さり、介助量が少なくて済むような家の作りになっていて、とても助かりました。なにより、夫が毎日楽しそうに生活していて、私も嬉しいです。



★ポルちゃん・神明からのコメント★

住宅改修をすることで、生活が楽しくなったり、生きがいを感じられるまでになるんですね。ケアマネジャーさんが関わることで、本人や家族の希望や不安を考慮した住宅改修ができることが分かりましたね。



11 用語集

あ行

- ADL：Activities of Daily Living。日常生活活動。食事、排泄、入浴、更衣、整容など生活を送る上で不可欠な基本的な行動のこと。
- 上がり框：主に玄関などで、履物を脱いで室内へ上がる部分に取り付けられている段差のこと。
- 移乗：ベッドや車いすに乗り移ること。
- 異食：食べ物ではないものを食べてしまうこと。
- エンドキャップ：手すりの端に取り付ける部品。

さ行

- 自助具：食事や更衣を行うのが難しくなった時に自立を助ける福祉用具。
- 昇降機：階段や段差を車椅子に乗ったまま移動できるよう支援する福祉用具。

た行

- 短下肢装具：足首の関節の固定や矯正、機能の補助のために用いられる膝下までの装具。
- 動線：人が自然に動くときに通る経路を線で表したもの。建物の間取りを考える際に気をつけなければならない。
- 疼痛：ズキズキした痛み。

な行

- 根太（ねだ）：床板をうける横架板。

は行

- 跳ね上げ式の手すり：手すりの一方を支点にして、遮断機のように上下稼動する手すり。
- 浮腫：体の一部にリンパ液等がたまってむくんだ状態。
- ポータブルトイレ：トイレまでの移動が不安定で困難な場合に用いる便器。主としてベッドサイド等において使用し、座位バランスが悪い人には適応しない。

や行

- 要介護度：保険者である市町村に設置された介護認定審査会で判定される。要支援が2段階、要介護が5段階あり、要介護5にいくほど介護度があがる。

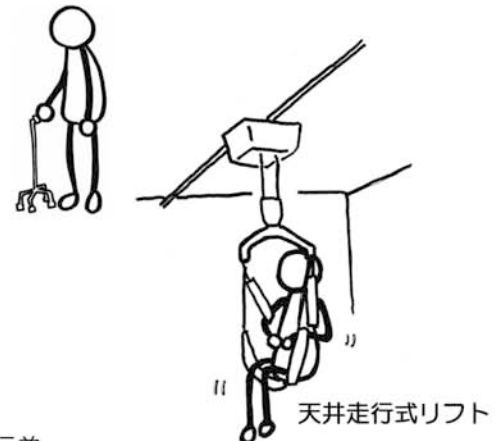
- 四点杖：杖の足が4脚に枝分かれしている。

ら行

- リフト：自力では移動や移乗が難しい人をベッドから車椅子や浴槽へ移乗させることを目的とした福祉用具。
固定式、据え置き式、床走行式、天井走行式等がある。

- ルクス：明るさの単位。

- 弄便（ろうべん）：便を失禁したときに服や壁に塗ったりする行為。



わ行

- 和洋折衷式浴槽：

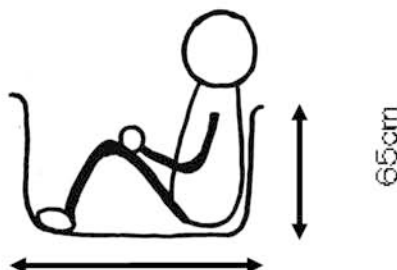
《洋式》



長さがあり、ゆったりと入ることができるが、姿勢の安定は難しい。しかし、深さが浅いため、またぐことが容易である。

120cm~180cm

《和式》



長さが短く姿勢の安定に適している。しかし、深さがあるため浴槽をまたぐことが難しい。

80cm~100cm

《和洋折衷式》



長さ・深さとも洋式・和式の利点を備えているため、一般的に高齢者や障害者は和洋折衷式が望ましいとされる。

100cm~150cm

12

申請書類

- 事前書類①—1：介護保険居宅介護（介護予防）住宅改修費支給に係る届出書（事前申請用）（表）
- 事前書類①—2：//（裏）
- 事前書類②—1：住宅改修が必要な理由書（P 1）
- 事前書類②—2：//（P 2）

- 事前・事後書類③：工事費内訳書

- 事後書類④：介護保険居宅介護（介護予防）住宅改修費支給申請書
- 事後書類⑤：領収書

事前書類① - 1

介護保険居宅介護(介護予防)住宅改修費支給に係る届出書
(事前申請用)

平成 年 月 日

三 原 市 長 様

届出者(理由書作成者)

所在地 下 一

所属事業所

氏 名

資格

先 絡 連

介護保険居宅介護(介護予防)住宅改修費支給申請に伴い、介護保険法施行規則(平成11年厚生省令第36号)第75条第1項第1号から第4号及び第95条第1項第1号から第4号に定める関係書類をあらかじめ提出します。

1 支給申請者(当該居宅要介護(要支援)被保険者)

被保険者証番号									
被保険者氏名									
	住所	三原市							

2 住宅改修に関する事項

種 類	☐ 手すりの取付け ☐ 段差の解消 ☐ 滑り防止及び移動の円滑化等のための床又は通路面の材料の変更 ☐ 引き戸等への扉の取替え ☐ 洋式便所等への便器の取替え ☐ その他これらの住宅改修に付帯して必要となる住宅改修		
改 修 場 所	三原市		
施 工 者			
着 工 予 定 日	平成	年	月 日
見 積 額			円

※ 住宅改修を行った住宅の所有者が当該被保険者でない場合には、当該住宅の所有者が当該住宅改修について承諾したことが確認できる書類を添付するか、裏面の承諾書に記入してください。

3 居宅介護(介護予防)支援事業所に関する事項

☐ 届出なし ☐ 届出あり 居宅介護支援事業所 介護予防支援事業所	※確認欄
※「届出あり」にチェックし、理由書作成者と居宅(介護予防)サービス計画を作成する者が違う場合、サービス計画作成者もしくは事業所にアセスメントに沿ったものか確認してください。	印

4 理由書作成手数料に関する事項

☐ 該当しない ☐ 該当する	※理由欄
※「該当する」にチェックし、被保険者証に居宅介護(介護予防)支援事業所の記載がある場合、その理由を記載してください。	

事前書類①ー 2

(裏 面)

住宅の所有者の承諾書

私は、次の者が行う介護保険居宅介護（介護予防）住宅改修費支給申請に係る住宅改修について、これを行うことを承諾します。

（介護保険居宅介護（介護予防）住宅改修費支給申請者）

住 所

三原市

町

番地

丁目

番

号

氏 名

平成 年 月 日

（住宅の所有者）

住 所

氏 名

印

◎ 提出する書類

介護保険法施行規則（平成11年厚生省令第36号）第75条第1項第1号から第4号及び第95条第1項第1号から第4号に定める関係書類

- 1 当該申請に係る住宅改修の内容、箇所及び規模並びに当該住宅改修を施工する者の氏名又は名称
- 2 当該申請に係る住宅改修に要する費用の見積り及びその着工予定の年月日
- 3 介護支援専門員その他居宅要介護被保険者からの住宅改修についての相談に関する専門的知識及び経験を有する者が作成する書類であって、当該申請に係る住宅改修について必要と認められる理由が記載されているもの
- 4 当該申請に係る住宅改修の予定の状態が確認できるもの

具体的には、

- ・ 介護保険居宅介護（介護予防）住宅改修費支給に係る届出書（事前申請用）
- ・ 工事内訳書及び住宅改修に要する費用の見積書
- ・ 住宅改修が必要な理由書
- ・ 改修前写真（日付の確認できるもの）及び改修後の予定の状態を図で示したもの（平面図等）
- ・ 住宅の所有者の承諾書（住宅の所有者と当該被保険者が違う場合）

など

住宅改修が必要な理由書 (P1)

＜基本事項＞

利用 者	被保険者番号	年齢	歳	生年月日	明治 大正 昭和	年	月	日	性別	□男	□女	作 成 者	平成	年	月	日	作成日	平成	年	月	日
	被保険者氏名	要介護認定 (該当に○)	要支援	1・2	要介護	1・2・3・4・5							現地確認日	所属事業所 (作成者が介護支援 資格 専門員でないとき)							
	住 所												氏名	連 絡 先							
														— — —							

保険者	確認日	平成 年 月 日	評価欄
	氏名		

<綜合的狀況>

福祉用具の利用状況と住宅改修後の想定		
	改修前	改修後
利用者の身体状況	●車いす ●特殊寝台 ●床ずれ防止用具 ●体位変換器 ●手すり ●スロープ ●歩行器 ●歩行補助つえ ●認知症老人徘徊感知機器 ●移動用リフト ●腰掛便座 ●特殊尿器 ●入浴補助用具 ●簡易浴槽	☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
介護状況		
住宅改修により、利用者等は日常生活をどう変えたいか	・ ・ ・	☐ ☐ ☐

住宅改修が必要な理由書（P2）

＜P1の「総合的状況」を踏まえて、①改善をしようとしている生活動作②具体的な困難な状況③改修目的と改修の方針④改修項目を具体的に記入してください。＞

活動	①改善をしようとしている生活動作 （…なので…で困っている） を記入してください	②①の具体的な困難な状況 （…なので…で困っている） を記入してください	③改修目的・期待効果をチェックした上で、 改修の方針（…することで…が改善できる）を記入してください	④改修項目（改修箇所）
排泄	☐ トイレまでの移動 ☐ トイレ出入口の出入 （扉の開閉を含む） ☐ 便器からの立ち座り（移乗を含む） ☐ 衣服の着脱 ☐ 排泄時の姿勢保持 ☐ 後始末 ☐ その他（ ）	☐ できなかつたことをできるようにする ☐ 転倒等の防止、安全の確保 ☐ 動作の容易性の確保 ☐ 利用者の精神的負担や不安の軽減 ☐ 介護者の負担の軽減 ☐ その他（ ）	☐ 手すりの取付け （ ） （ ） （ ） （ ） （ ） （ ） （ ） ☐ 段差の解消 （ ） （ ） （ ） （ ） （ ） ☐ 引き戸等への扉の取替え （ ） （ ） （ ） ☐ 便器の取替え （ ） （ ） ☐ 滑り防止等のための床材の変更 （ ） （ ） （ ） ☐ その他 （ ） （ ） （ ） （ ）	
入浴	☐ 浴室までの移動 ☐ 衣服の着脱 ☐ 浴室出入口の出入 （扉の開閉を含む） ☐ 浴室内での移動（立ち座りを含む） ☐ 洗い場での姿勢保持 （洗体、洗髪を含む） ☐ 浴槽の出入（立ち座りを含む） ☐ 浴槽内での姿勢保持 ☐ その他（ ）	☐ できなかつたことをできるようにする ☐ 転倒等の防止、安全の確保 ☐ 動作の容易性の確保 ☐ 利用者の精神的負担や不安の軽減 ☐ 介護者の負担の軽減 ☐ その他（ ）	☐ できなかつたことをできるようにする ☐ 転倒等の防止、安全の確保 ☐ 動作の容易性の確保 ☐ 利用者の精神的負担や不安の軽減 ☐ 介護者の負担の軽減 ☐ その他（ ）	
外出	☐ 出入口までの屋内移動 ☐ 上がりかまちの昇降 ☐ 車いす等、装具の着脱 ☐ 履物の着脱 ☐ 出入口の出入 （扉の開閉を含む） ☐ 出入口から敷地外までの屋外移動 ☐ その他（ ）	☐ できなかつたことをできるようにする ☐ 転倒等の防止、安全の確保 ☐ 動作の容易性の確保 ☐ 利用者の精神的負担や不安の軽減 ☐ 介護者の負担の軽減 ☐ その他（ ）	☐ できなかつたことをできるようにする ☐ 転倒等の防止、安全の確保 ☐ 動作の容易性の確保 ☐ 利用者の精神的負担や不安の軽減 ☐ 介護者の負担の軽減 ☐ その他（ ）	
その他の活動		☐ できなかつたことをできるようにする ☐ 転倒等の防止、安全の確保 ☐ 動作の容易性の確保 ☐ 利用者の精神的負担や不安の軽減 ☐ 介護者の負担の軽減 ☐ その他（ ）	☐ できなかつたことをできるようにする ☐ 転倒等の防止、安全の確保 ☐ 動作の容易性の確保 ☐ 利用者の精神的負担や不安の軽減 ☐ 介護者の負担の軽減 ☐ その他（ ）	

事前・事後書類③

工事費内訳書

- ① 工事種別欄は、申請書の「住宅改修の内容」欄の①～⑥の番号のうち当該申請に該当するものを記入してください。
- ② この場合、介護保険の支給対象と支給対象外とを分けて記入してください。
- ③ 箇所欄は、便所・浴室・廊下等の工事箇所を記入し、区分欄は、材料費・施工費・諸経費等の別を記入してください。
- ④ 商品の名称欄は、改修に使用した個々の商品の名称の内訳を記入し、単位欄は m^2 等の箇所に応じた規模の単位を記入してください。

[illegible]

事後書類④

介護保険居宅介護(介護予防)住宅改修費支給申請書

被 保 険 者 氏 名		被 保 険 者 番 号	
フリガナ			
		生 年 月 日	
		性 別	
		明 大 昭 年 月 日生 男・女	
被 保 険 者 住 所			
〒 三原市 町 番地			
丁目 番 号			
電話番号 ()			
住 宅 の 所 有 者			本人との関係
※所有者が上記被保険者と異なる場合は裏面の「住宅所有者の承諾書」欄に所有者の署名押印が必要となります。			
住 宅 改 修 の 内 容		事業者名	
※該当するものにチェックをしてください。			
☐ ①手すりの取付け ☐ ②段差の解消 ☐ ③滑りの防止及び移動の円滑化等のための床または通路面の材料の変更 ☐ ④引き戸等への扉の取替え ☐ ⑤洋式便器等への便器の取替え ☐ ⑥その他 ①から⑤の住宅改修に付帯して必要となる住宅改修		着工日 年 月 日	
		完成日 年 月 日	
住 宅 改 修 の 箇 所 及 び 規 模		住 宅 改 修 に 要 し た 費 用	
※箇所については、工事費内訳書を添付してください。		※介護保険支給対象となる改修費のみ記入してください。	
三 原 市 長 様			
関係書類を添えて居宅介護(介護予防)住宅改修費の支給を申請します。			
年 月 日			
住 所 三原市 町 番地			
丁目 番 号			
被保険者氏名		印 電話番号 ()	

注意

この申請書と併せて次のものを添付してください。

1. 保険給付適当の評価を受けた事前申請確認結果通知書
2. 領収書及び工事費内訳書
3. 完成前後の状況が確認できる日付入りの写真

居宅介護(介護予防)住宅改修費を次の口座に振り込んでください。

口 座 振 込 依 頼 欄	銀行		本店(所)		預金種目		口 座 番 号	
	信用金庫		支店(所)		1.普通			
	信用組合		出張所		2.当座			
	農業協同組合				3.その他			
	郵便局	記号		番号				
	口座名義人氏名		フリガナ					

※ 被保険者氏名と口座名義人氏名が違う場合、記入してください。

委任状

住 所 三原市 町 番地
丁目 番 号

被保険者氏名

印

私の居宅介護(介護予防)住宅改修費の受領を、上記の口座名義人に委任します。

事後書類⑤

領 収 書

様 No. _____

金額									
但									

内 訳
現 金
小 切 手 /
手 形 /
消費税額等 (%)

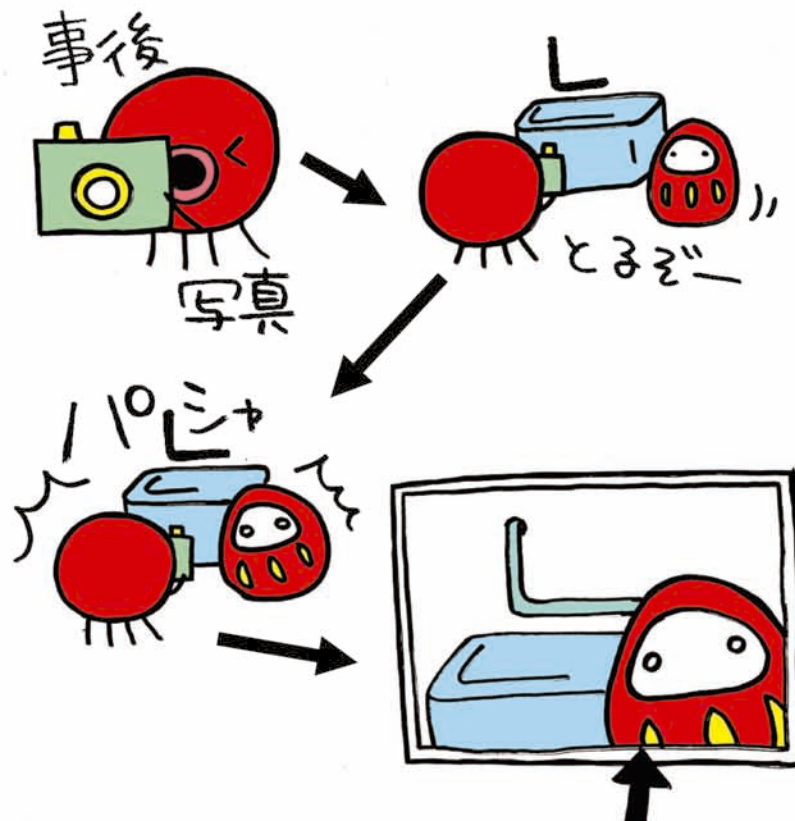
年 月 日 上記正に領収いたしました

業者名
連絡先



領収証 No.5

ポルちゃんブレイク



13

参考文献

- 伊藤利之，鎌倉矩子(編著者)：ADL とその周辺―評価・指導・介護の実際―，医学書院，2008
- 大竹司人，望月彬也：ケアマネージャーが知っておくべき福祉住環境コーディネイト，財団法人東京都高齢者研究・福祉振興財団，2005
- 北九州市すこやか住宅推進協議会：すこやか住宅―お年寄りにやさしい住宅改造―，北九州市建築局計画課，1996
- 北九州市すこやか住宅推進協議会：すこやか住宅 身体障害編／痴呆編―お年寄りにやさしい住宅改修―，コムディア，2002
- 九州地域計画研究所，醇建築・まちづくり研究所：高齢者住宅設計指針，北九州市建築局計画課，1991
- 社団法人日本作業療法士協会：作業療法が関わる医療保険・介護保険・自立支援制度の手引き，社団法人日本作業療法士協会，2009
- 社団法人シルバーサービス振興会：介護保険に係る住宅改修事業者研究テキスト改定新版，社団法人シルバーサービス振興会，2003
- 社団法人シルバーサービス振興会：介護保険関係者のための住宅改修手引き，社団法人シルバーサービス振興会，2008
- 住居広士(編著者)：見てよくわかるリハビリテーション介護技術，一橋出版，2007
- 鶴見隆正，田村茂，宮下忠司，与島秀則：現場から学ぶ自立支援のための住宅改修―見てわかる事例・不適事例―，医学書院，2007
- 東京商工会議所：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，東京商工会議所，2009
- 榎本保匡：写真でみる事例でわかる高齢者のための住宅改修早わかり―介護保険での住宅改修がよくわかる―，厚有出版，2001
- 長崎バリア・フリー研究会：バリア・フリー・デザイン―21 世紀の豊かな住環境を目指して―，三輪書店，1997
- 馬場昌子：高齢者・障害者のための住居改善―福祉医療建築の連携による―，学芸出版社，2001
- 三原市 保健福祉部 高齢者福祉課：介護保険福祉・保健サービス利用のてびき―いつまでも住みなれたまっで自分らしく生活するために―，三原市，2009
- 和田光一，筒井澄栄：生活支援のための福祉用具と住宅改修，ミネルヴァ書房，2008

14 相談先

●地域包括支援センター

地域包括支援センター名	所在地	電話番号	FAX
三原市東部 地域包括支援センター どりいむ	中之町 6 丁目 31-1 (三原病院内)	0848-61-4410	0848-61-4420
	担当地域 東町 1～3 丁目、館町 1・2 丁目、本町 1～3 丁目、港町 1～3 丁目、西町 1・2 丁目、宮沖 1～5 丁目、円一町 1～5 丁目、中之町 1～9 丁目、中之町南、駒ヶ原町、深町		
三原市南部 地域包括支援センター 三 恵 苑	城町 3 丁目 7-1 (老人保健施設三恵苑内)	0848-63-6775	0848-63-1715
	担当地域 旭町 1・2 丁目、古浜 1～3 丁目、城町 1～3 丁目、糸崎 1～8 丁目、糸崎南 1・2 丁目、木原 1～6 丁目、鉢ヶ峰町、奥野山町、須波 1・2 丁目、須波西 1・2 丁目、須波ハイツ 1～4 丁目、沖浦町、幸崎町、鷺浦町		
三原市中央 地域包括支援センター 三原市医師会	宮浦 1 丁目 15-16 (三原市医師会病院西館内)	0848-63-7100	0848-67-9502
	担当地域 宮浦 1～6 丁目、皆実 1～6 丁目、西宮 1・2 丁目、西野 1～5 丁目、頼兼 1・2 丁目、明神 1～5 丁目、田野浦町、田野浦 1～3 丁目、宗郷町、宗郷 1～5 丁目、和田 1～3 丁目、大畑町、青葉台、登町、貝野町		
三原市西部 地域包括支援センター 大 空	本郷町下北方 130-7 (本郷中央病院 北東側)	0848-86-2450	0848-86-2485
	担当地域 小坂町、長谷 1～5 丁目、沼田 1～3 丁目、新倉 1～3 丁目、沼田東町、小泉町、沼田西町、高坂町、本郷町、本郷南 1～7 丁目、本郷北 1～4 丁目、下北方 1～2 丁目、南方 1～3 丁目		
三原市北部 地域包括支援センター はーもにー	久井町和草 1906-1 (久井保健福祉センター内)	0847-32-5007	0847-32-5107
	担当地域 八幡町、久井町(全域)、大和町(全域)		

●高齢者相談窓口

名 称	所在地	電話番号	FAX
高齢者相談窓口 すなみ荘	須波ハイツ 4 丁目 14-1	0848-69-3269	0848-69-1479
	担当地域 南部地域包括支援センター三恵苑の担当地域と同様		
高齢者相談窓口 三原慶雲寮	小坂町 1 5 5 0 番地	0848-66-2100	0848-66-3601
	担当地域 西部地域包括支援センター大空の担当地域と同様		
高齢者相談窓口 だ い わ	大和町和木 1 5 3 8 番地 1 (大和保健福祉センター内)	0847-34-1214	0847-35-3020
	担当地域 北部地域包括支援センターはーもにーの担当地域と同様		

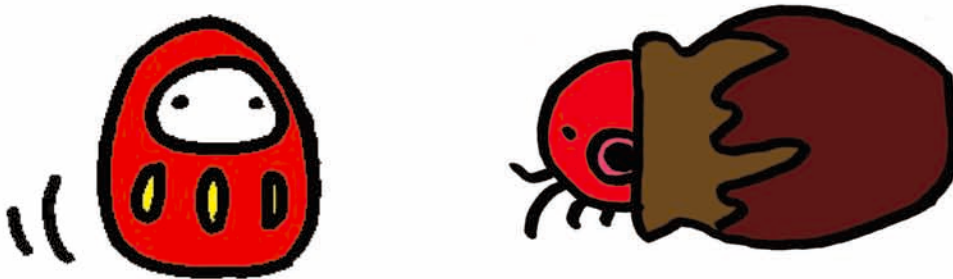
おわりに

この「あんしん住改」は、平成 21 年度の「三原市県立広島大学研究開発助成事業」を利用して県立広島大学で原案が作成されました。本書は、介護保険事業に携わるケアマネジャーだけではなく、介護保険住宅改修を初めて利用する方、また住宅改修を施工する施工業者など、幅広く活用できるよう分かりやすく編集しています。また、専門用語についても用語集で分かりやすく説明し、さらに、試みとして疾病ごとの住宅改修の注意点などの解説も掲載しています。

ぜひ、本書を活用して適切な住宅改修を行い、高齢者がいつまでも住みなれた自宅で生活し続けることができる環境整備をお願いしたいと思っています。

本書の編集にご協力いただいた、県立広島大学関係者の方々、居宅介護支援事業所ケアマネジャー及び地域包括支援センターの職員の方々、ヒアリングをさせていただいた利用者やご家族、施工業者のみなさま、編集に携わっていただいた方々に厚くお礼申し上げます。

三原市保健福祉部高齢者福祉課



平成23年2月 発行

発行：三原市保健福祉部高齢者福祉課
編集：県立広島大学 住宅改修プロジェクト
作業療法学科教授 近藤敏
講師 西田征治
理学療法学科教授 大塚彰
協力：作業療法学科 学生 明松志帆、高橋美穂
藤井理沙、三原真智

表紙デザイン：デザインボックス 橋本賢作



介護保険における住宅改修のすすめ方とポイント

