高梨建設（株）

わが家のバリアフリー 自己診断テスト

このシートは、住まいのバリアフリー度がご自身でカンタンに診断できるチェックシートです。

1. 質問に沿って、該当する項目に◯を付けてみましょう。

番号	質　　問	よく思う	たまに思う	思わない
＜1. 住まいに出入りするとき＞				
1-1	荷物が多いときは、玄関から家に入るまでが大変			
1-2	靴を脱いだり履いたりするときは、足元が不安			
1-3	上がり框の段差に、よくつまずく			
＜2. 家の中で移動するとき＞				
2-1	廊下で滑ったり、つまずいたりするので不安			
2-2	階段が急なので、下りるときがつらい			
2-3	階段が暗くて怖い			
2-4	玄関や廊下が寒く、部屋から出たくない			
＜3. 入浴するとき＞				
3-1	衣類を脱ぎ着するとき、足元がふらつく			
3-2	洗面脱衣室が寒い			
3-3	浴室の床が滑りやすい			
3-4	浴槽への出入りのとき、体が不安定になる			
3-5	浴槽内で体が滑る			
3-6	浴室が寒く、入るのがおっくう			
3-7	蛇口が回しにくく不便			
3-8	お湯の温度調節がうまくいかず面倒			
＜4. トイレを使うとき＞				
4-1	トイレが狭く使いにくい			
4-2	夜トイレに立つとき、足元が暗くて行きづらい			
4-3	便器が古く、使いづらい			
4-4	ドアの取っ手が回しにくい			
4-5	トイレの掃除がしにくい			
◯の数はいくつ?		コ	コ	コ

2. 下の表に当てはめて、合計点を出してみましょう。

「よく思う」の数（　　コ）×5点 ＝	点
「たまに思う」の数（　　コ）×3点 ＝	点
「思わない」の数（　　コ）×1点 ＝	点
合計すると？	点

あなたの家のバリアフリー度は？ 簡易診断表で、今すぐチェック！ 解決のヒントもご覧ください。

高梨建設（株）

バリアフリーリフォーム 簡易診断表

「チェックシート」で得られた合計点で、あなたの家のバリアフリー度が診断できます。

合計点	総合評価	診断内容
100~80	できるだけ早めのリフォームをおすすめします。	高齢者の家庭内事故が大変多くなっています。段差解消と手すりの設置は、安全な暮らしの基本。ご希望より詳細な診断とリフォームのご提案を致します。
79~50	そろそろ、リフォームを考えましょう。	バリアフリー対策に不安があります。早めにリフォームをすれば、快適な暮らしが続き、家族みんなが安全に過ごせます。早すぎることはありません。
49~0	安全度の高い住まいです。	緊急のバリアフリーリフォームの必要性はありません。でも、2年ごと、または、体の調子が変わった時には、再診断をおすすめします。

診断結果はいかがでしたか？　弊社では、プロの目で見た詳細な住まいの診断を、無料で承っております。
ご希望の方は、ご一報ください。実施日をご相談させていただきます。

解決のヒント 全ページの質問番号ごとにご覧ください。

番号	ひとまず解決	ちょっとリフォーム	本格的にリフォーム
1-1	椅子や置き台を置く	手すりを付ける	緩やかなスロープにするなど、全体をリフォームする
1-2	椅子を置く	手すりを付ける	ベンチシートを設置するなど、全体をリフォームする
1-3	踏み台を置く	手すりを付ける	段差を緩やかにする
2-1	滑りにくい敷物を敷く	手すりを付ける	滑りにくい床材に変える
2-2	滑り防止テープを張る	手すりを両側に付ける	階段昇降機を付ける
2-3	豆電球を点けて常夜灯にする	足元灯を付ける	1 階だけで生活できるように、全体をリフォームする
2-4	置き型の暖房器具を置く	エアコンを設置する	床暖房を設置するなど、全体をリフォームする
3-1	椅子を置く	手すりを付ける	ベンチシートを設置するなど、全体をリフォームする
3-2	置き型の暖房器具を置く	温風暖房機を設置する	床暖房にするなど、全体をリフォームする
3-3	マットやすのこを敷く	手すりを付ける	滑りにくい床材にするなど、全体をリフォームする
3-4	いったん座れる腰掛け台を置く	縁が広く、腰掛けられるタイプの浴槽に交換する	システムバスに交換するなど、全体をリフォームする
3-5	滑り止めマットを敷く	手すりを付ける	浴槽を交換するなど、全体をリフォームする
3-6	シャワーのお湯で浴室を温める	温風暖房機を付ける	システムバスに交換するなど、全体をリフォームする
3-7	蛇口に固く絞ったタオルを巻き付けて回す	水栓金具をレバー式に交換する	システムバスに交換するなど、全体をリフォームする
3-8	しばらくお湯を出し、温度を確かめる	温度設定できる水栓金具にする	システムバスに交換するなど、全体をリフォームする
4-1	小物の色を統一し、空間を広く見せる	省スペース型の便器に交換する	引き戸にするなど、全体をリフォームする
4-2	豆電球を点けて常夜灯にする	足元灯を付ける	寝室とトイレを近付けるなど、全体をリフォームする
4-3	便座（簡易取り付け式）を交換する	機能的な便器に交換する	機能性を重視し、全体をリフォームする
4-4	取っ手だけを交換する	取っ手全体をレバー式のものに交換する	引き戸にするなど、全体をリフォームする
4-5	便利な掃除グッズをそろえる	省スペースで掃除しやすい便器に交換する	全体をリフォームし、空間を広げる