

検討中なので相談にのつてほしい」とのご連絡をいただきました。仕事の都合でまとまつた工事期間の確保が難しく、K様は、将来を見据えた住環境のバリアフリー化を段階的に実現し、今回は2008年、

なるほどッ! 介護リフォーム

賢い 第5回 未来を

今回は、将来を見据えて、バリアフリー化をはじめとする住みやすい生活環境の改善を、3回のリフォーム工事で実現された事例をご紹介します。

昨年11月、介護のプロであるK様より「浴室・洗面のリフォームを

2009年に続き3回目のご相談となりました。3回のリフォーム工事によって、段差と

温度のバリアフリ化をはじめ、明るくて風通しがよ

く、機能的で居心地のよい生活環境に生まれ変わりました。

…光と風を感じる居心地のよい機能的な環境…

1回目のリフォーム工事にあたっては、専門の設計スタッフがいるという視点で弊社をご指名いただき、「見えない箇所の補強もしっかりしていく、作業員の態度や清掃もよかつたから」と2回目・3回目のご相談となりました。

おられるK様は以前には建設会社にも勤務されたご経験もあり、専門的でこだわりのある素敵なプランをご自分なりにご計画されておられました。

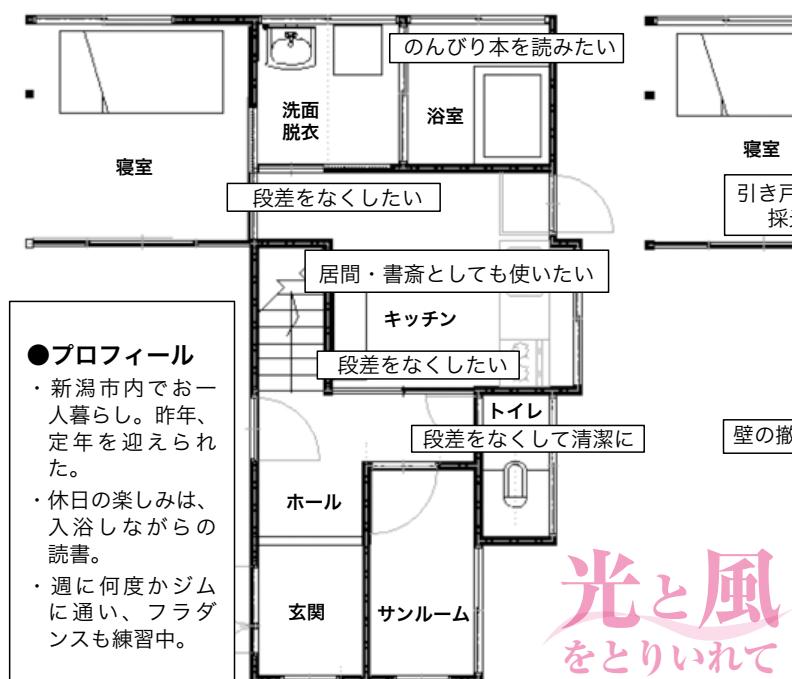
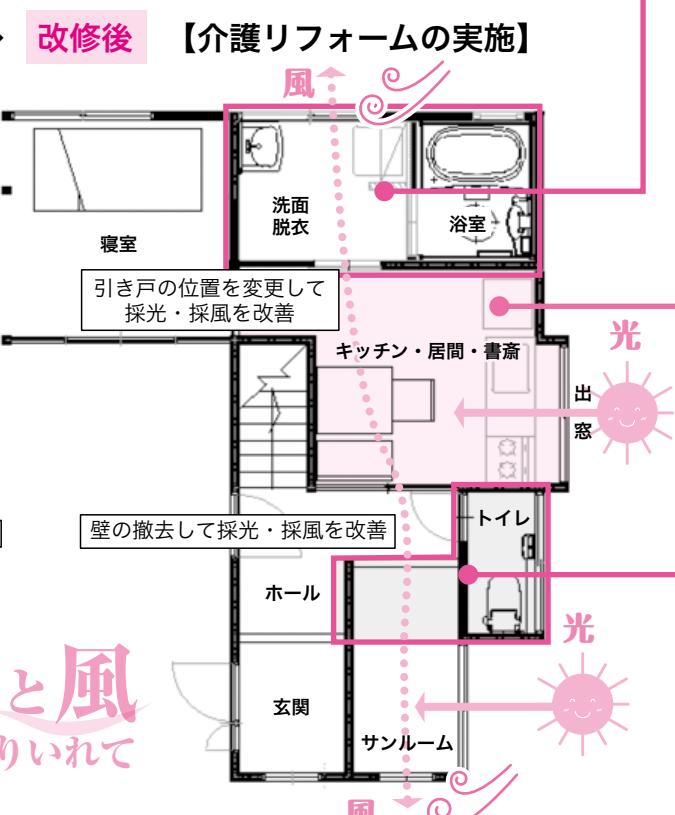
いまは福祉関係のお仕事をされておられるK様は、おられるK様は以前には建設会社にも勤務されたご経験もあり、専門的でこだわりのある素敵なプランをご自分なりにご計画されておられました。

3回目(2013年)

リラックスして読書が楽しめる浴室空間

- 床の段差解消と手すり設置
- 洗面出入口の位置を変更して、キッチンへの動線をすっきりさせ、北風も採り入れる
- 浴室をコンパクトにして保温性を向上
- 浴槽は入浴時の保温効果が高い酸素泡機能付き
- 縦長の断熱サッシで保温性と採光を両立
- 洗面脱衣室の洗濯機上部に収納棚を設置

改修前【ご要望】 → 改修後【介護リフォームの実施】

光と風
をとりいれて

1回目(2008年)

キッチン+居間+書斎の多機能空間

- 床の段差解消と断熱対策
- やさしい色合いのシステムキッチン
- 安全で使いやすいIH調理器具
- 出窓を大きくして広々感を向上
- 引き戸のガラスを透明タイプにして明るさを向上

2回目(2009年)

清潔で安全・便利なトイレ空間

- 流水時に自動的に洗剤で洗浄する洋式トイレ
- 床の段差を解消
- サンルームの壁を撤去し、採光・採風がさらに向上



●介護リフォームに対する助成制度など

今回の介護リフォームでは、新潟市の助成制度(健幸すまいリフォーム支援事業)を利用して、工事費の負担を軽減することができました。

介護保険制度においても「住宅改修費の支給」が適用される改修工事があり、改修に要した費用(上限額20万円)の9割が介護保険で支給されます。

安心・安全・快適な福祉住環境整備のことならお気軽にご相談ください。

さくらメディカル 福祉住環境部
小泉正昭(一級建築士)
025-280-8833

ショップ便利用品ご案内

春のおでかけに、簡単に座れてとってもラクラク！

超軽量でかわいい

桜の花の便りが聞かれ
る頃になりました。こ
れからの季節は心も弾み、
どこかにお出掛けしたい
ですよね。

杖では遠くまで歩く自

カーラー「アルキュートMC
-F」（リッヂエル）を
ご紹介します。さあ、ま
ちに出かけましょう！

重さはたったの2.8kg



アルキュート MC-F 定価：21,000円（税込）

シャレなシルバーカーで
す。

簡単に座れてとってもラ
クラク！

軽いので、電車やバス
の利用にも便利です。ブ
レークと駐車用ロックも
手元で簡単に操作できて
安全です。



介護簡単メニュー

混ぜるだけで完成！
お弁当風の簡単レシピ

ほたてごはん（4人分）

ほたて缶小1個、洗米2合、顆
粒だし少々、酒大2、こんぶつゆ
大1、砂糖少々を入れ、米2合の
水量に合わせて炊き上げます。味
はうす味でご家庭の味に調整して
ください。

豆腐ハンバーグ（4人分）

①木綿豆腐100gを水切りす
る。ひき肉80g、タマネギ小
100gと人参10g、しいた
け小2枚をみじん切ります。
②タマネギと人参を少な目のサ
ラダ油で炒め、①の材料を入
れてよくかき混ぜます。塩と
こしょう少々、オリーブ
オイル小1、パン粉大1、
片栗粉小1、砂糖少々と
じやがいものすりおろし
80gを入れてよくかき混
ぜます。

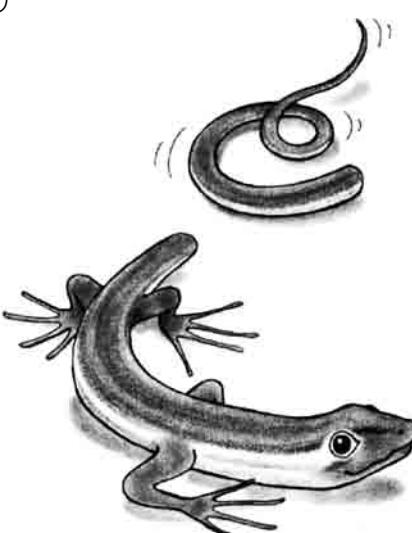
③小判型にまとめてサラ
ダ油かオリーブオイル
で焼きます。

④好みによりあんを作り
だきます。なお、味が
まとまらない時は、酢
を入れるとしつかりし
た味になります。

長く寒い冬がようやく終わり暖かい春がやってきました。ポカポ
カした日差しのとでランチはいかがですか？ そこで今回は、混
ぜるだけで簡単にできるお弁当風の献立を4品ご紹介します。

生き物詩リリース⑨

詩 国見 修一（詩人・上越詩を読む会 妙高市）
絵 山本みゆき（子どもへの読み聞かせサークルでの活動 上越市）



かぼちゃサラダ（4人分）

変わり酢のもの（4人分）

ほたての高さは身体
に合わせて3段階調節！

ハンドルの高さは身体
に合わせて3段階調節！

引いたみはレバーを
引き上げるだけで安全機
能も充実！さらに反射
材で暗い夜道も安心！

バッグにはちょっとし
た買い物も入れることができます。安心・楽ちんです。

階段の上り下りもラク！
反射材で夜道
も安全

夢はマダガスカルのオオトカゲ

追いかけられて
切れたぞ チョロチョロ
身代わり チョロチョロ
カナチョロ シップ

豆腐ハンバーグ（4人分）

レンコン100gを薄切りして
から1/8位の大きさのいちょう切
りにします。人参は千切りにし熱
湯で30秒位茹でてざるにあげ酢で
つけます。カットわかめ少々をおに熱
湯でさっともどし、りんご100gを
一緒に入れてかき混ぜます。仕
上げに上からりごまをふりかけ

かぼちゃ200gを1.5cm位
大きさに切り、鍋の中の水はか
ぼちゃにかかる位の少なめの水
で中火で茹でて串がさす位に茹
でます（崩れる位に茹で過ぎな
い）。アラスカ4本を1/3位に
切ってほぐしてからマヨネーズ
大1位と合わせます。（かぼち
やの味がついているのであまり
入れ過ぎない）。

