

(9) 洗面所

車椅子専用の洗面台は市販で購入可能です。使用する車椅子によっては膝がボウルに当たって寄り付けないことや、足先や膝がパイプや壁などに干渉してしまうこともあるので、実際に寸法を比較しながら台の選定を行います。特に、電動車椅子では膝位置が高くなり、ぶつかることが多くなりますので細心の注意が必要です。水栓レバーは使用しやすい形状や配置にします。熱傷予防のため、サーモスタット付であれば安全です。

- ・ 新築や改築の際には、自室に専用の洗面台を設けることもある。
- ・ 膝が入り込めない、足先が当たって奥まで入れないなどがないように車椅子座位姿勢の採寸と比較して選定。
- ・ 膝の入り込みが難しい場合には、カウンタータイプの設置を検討する。
- ・ 水栓レバーは、操作しやすい配置のものを選定。
- ・ 状況によってはノズルの固定やレバーの延長などの小改良が必要。
- ・ 洗面台廻りの車椅子操作性も確認する。
- ・ 既存の洗面台の下部収納を取り除いても、膝が入らないことや車椅子が寄り付けないことが多い。
- ・ 賃貸住宅における改修や洗面台の交換には家主の許可が必須となる。



車椅子仕様の洗面台

(10) 台所

車椅子で使用する際に膝がシンクの下に入り込めることが望ましいです。車椅子対応の市販品（オーダー作製）を使用することや、既存物を加工する方があります。シンクの使用は車椅子の横づけで対応して、切り物などの調理は別場所のテーブルやカウンターを設けて実施する方法もあります。鍋類を高く持ち上げなくても移動できることや熱傷の危険性の低い電磁調理器の使用が好ましいです。



車椅子仕様のシンク

(11) 収納

使用者が何を収納して、何を自分で出し入れをする必要があるのかを考慮して収納箇所を工夫します。衣類用の低めのハンガーラック、スポーツ用車椅子の収納、趣味活動の材料保管のための収納、ウォークインクローゼットの設置などがどの高さや奥行きで使用しやすいのかを検証して整備します。

- ・ 引き出しや棚の新規設置、市販の棚やチェストで使用しやすいものを探してみる。
- ・ 衣類の場合、頸髄損傷者は手の届く範囲に限られるため、低い位置に収納するなどの工夫が有効。
- ・ その他、使用頻度が高いものはなるべく肩の高さに収納できる工夫を行う。
- ・ 本人が使用しない(できない)場所やデッドスペースになる箇所も、無駄のないように収納に活用する。



収納の工夫

(12) その他

① スイッチ類

- ・ 新築や改修の場合、スイッチの高さは手が届く範囲で押しやすい位置に配置する。
- ・ 高さは中心が床から 700 mm～1000 mmに配置させる(理想の高さを検証する)。
- ・ スイッチに手が届きづらいときには、位置の変更や補助器具の使用も検討する。

② 冷暖房

- ・ 頸髄損傷者は体温調節障害があるため、エアコンや床暖房などの整備を行う。
- ・ 自室やトイレ、浴室など日常使用する場所には整備しておくことが理想。
- ・ 部屋が広すぎる場合には、エアコンの効きが悪いこともあるので間取りにも留意する。

③ 床材

- ・ フローリングなど車椅子操作に支障のない床材が理想。
- ・ 畳敷きを自室にする場合は、フローリングカーペットを使用することも有効。
- ・ 毛足の長いカーペットや畳などの沈み込みのある素材は避ける。

④ 段差

- ・ 車椅子仕様では、極力段差がないようにすることが理想(1cm以内)。
- ・ 数センチ程度の段差であれば自力もしくは簡易的なスロープを設置すれば乗り越えることも可能な場合がある。
- ・ 建具の交換により段差をなくすことや、頻繁に使用する箇所には床上げ等をして段差をなくすことが理想。

⑤ 避難経路

- ・ 緊急時の避難経路として、通常使用する出入り口とは別に避難経路を考えておく。
- ・ 非常用の段差解消機を設置する場合もある。
※停電時でも使用可能な動力の確保が必要