



ぼくはユニバー“さる”の

**せたちゅ!!**

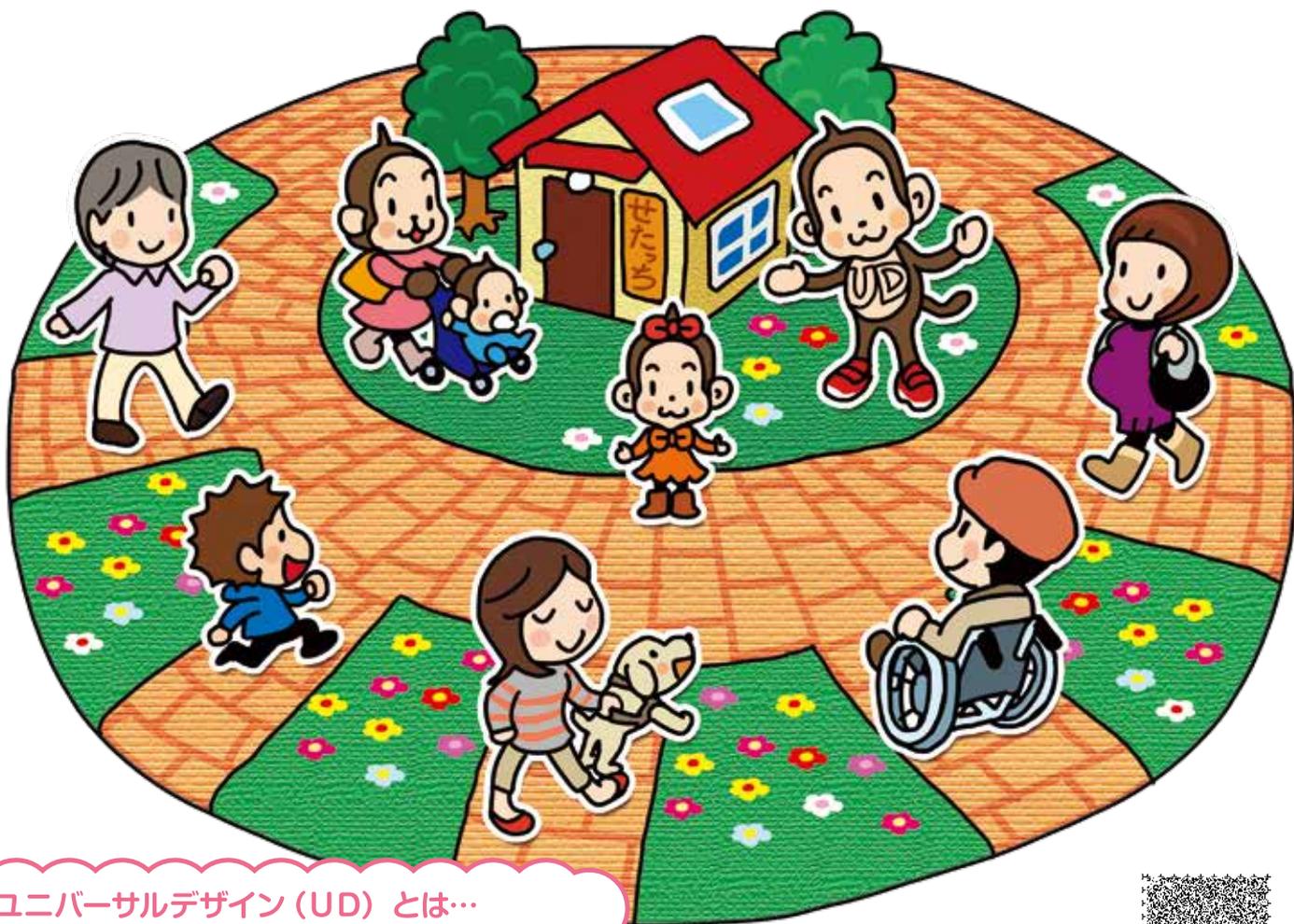
この冊子には

だれもが長く住み続けるための

ヒントが満載だよ!

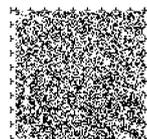
# いつまでも快適に暮らせる 家づくりのヒント

～ ユニバーサルデザインの家づくり ～



ユニバーサルデザイン (UD) とは…

年齢、性別、国籍、能力等に関わらず、できるだけ多く  
の人が利用しやすい生活環境にする考え方です。





# さっし この冊子は…

家づくりを考えている方や家の  
リフォームを考えている方が、いつ  
までも快適に暮らせるための「ヒント」  
をまとめました。

あなたの家づくりに何か役立つこ  
とがあると思います。

建築士や、工務店の方と相談する  
時にも活用してください。

## ページ案内

道路から玄関……4	台所……11
玄関……5	部屋……12
廊下……6	家づくりにおける ユニバーサルデザイン
階段……7	の考え方……14
トイレ……8	チェックリスト…15
洗面・脱衣室……9	情報提供……16
浴室……10	

# せ た っ ち は、 家 を 建 て る こ と に し ま し た。 さ て、 ど ん な 家 に し ょ う か な ！ ？

こんな家に  
住みたいなあ…

収納の多い家が  
いいなあ

友達をたくさん  
呼べるといいなあ

リビングを  
広くしたいなあ

おしゃれな家具を  
置きたいなあ

趣味の部屋が  
ほしいなあ



# あれっ!?

ウトウト…  
ウトウト…

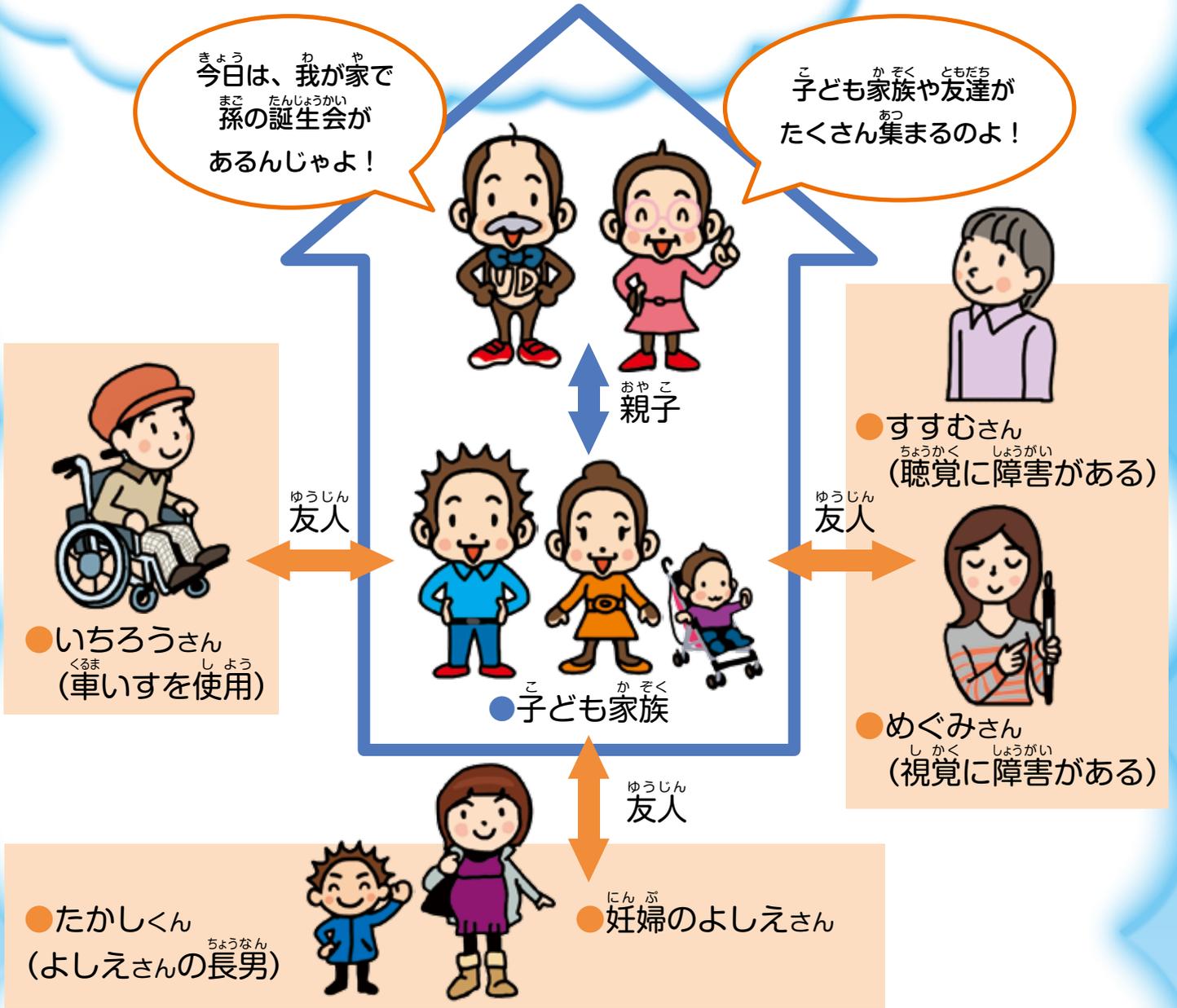
でも、長く住んでいると、  
いろんなことがありそうだなあ…

年をとっても快適な家って  
なんだろう…!?



どんな家を建てるかを考えながら

眠ってしまったせたち… 夢の中では30年後…



◆次ページ以降の家づくりのヒント (視点)

ニーズの  
変化

変化するニーズへの対応  
を考える。(建てる時やリ  
フォームの時)

安全・安心

安全性を考える。  
(転ばない、滑らない、大け  
がしない)

快適

住む人の使いやすさや快  
適性を考える。

つながり

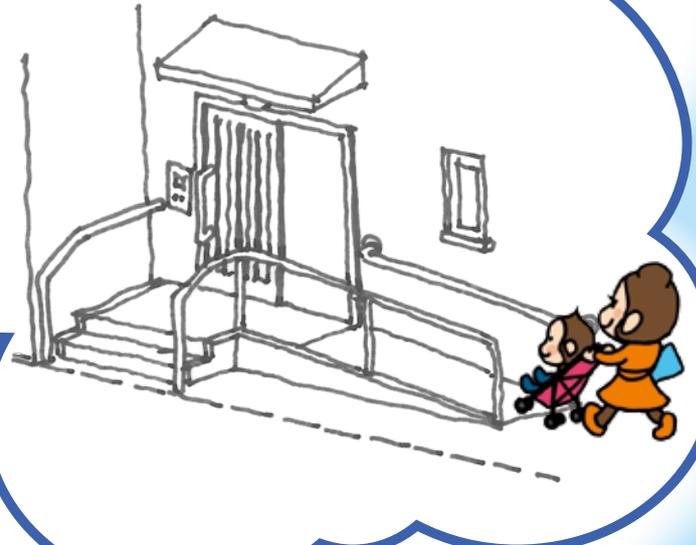
外とのつながりを考える。  
(外出しやすい、訪問しやすい)

どうろ げんかん  
道路から玄関  
かいたん  
(階段とスロープ)

さいしよ だれ  
最初にみえるのは誰だろう!!  
おっ、むすめ まご  
娘が孫とベビーカーで  
やってきた!!  
そのうしろ  
後ろから、いちろうさんも  
みえたぞ・・・!!



いちろうさんもときどきあそぶ  
いちろうさんも時々遊びに来るし、  
スロープにしようかな。



安全・安心

- **手すりをつけて安全に**  
・スロープや階段には、手すりがあると安心だね。
- **階段やスロープの仕上げ**  
・床は滑りにくい材料がいいね。  
・急な階段やスロープは危険だね。

ニーズの変化

- **スペース**  
・将来、スロープにする場所を考慮しておくといいね。
  - **敷地の高さ**  
・道路から玄関までがあまり高くないといいね。
- 〔注意〕 雨水が侵入しないように、注意が必要だよ。

つながり

- **使いやすいインターホン**  
・モニター付きインターホンは、聞こえにくい人にとっても便利だね。

# げん かん 玄関

おっと、  
いちろうさんが上がれない!!  
おばあさんや、よしえさんは、  
げんかん だんさ き  
玄関の段差に気をつけないとなあ。



ぼくの家では、  
スロープで上り下り  
できるよ!!

げんかん ひろ  
玄関を広くしておいたから、  
いすを置いて、  
らく くつ ぬ  
楽に靴を脱いだり履いたり  
できるわ!!

にん ぶ  
妊婦さんにも  
やさしいね!!

なるほど、  
スロープが使えるのか。  
ひろ  
広くしておいて  
良かった!!

## 安全・安心

### ● 玄関の段差に注意

・踏みはずさないように、段を分かりやすくしておこう。

### ● 手すりを付けて安全に

・段差のあるところには、手すりを付けると安心だね。

## ニーズの変化

### ● 玄関は広く

- ・靴を脱いだり履いたりするためのいすが置けるよ。
- ・スロープが置いて、車いすの人にとっても便利だね。
- ・ベビーカーも置けるね。

### ● 手すりの下地補強\* をしておく

- ・必要になった時に手すりを付けられるように、壁に下地補強があるといいね。

## つながり

### ● サービスの受けやすさ

- ・外出しやすいことって大事だね。(出入口の段差、戸の形状など)
- ・訪問入浴など介護サービスも受け入れやすいし、宅配物や配達弁当も受取りやすいね。

\*壁の裏に合板などを入れて補強すること。

# ろうか 廊下

まご 孫たちが廊下を走り回ってる、  
ころ 転んでケガしないほしいな。  
おっと、いちろうさんがやってきた!!



はば 幅が広いから、  
て 手すりが付いていても、  
ろうか 廊下が通りやすいなあ!

● 手すりの下地補強



しきい 敷居に段差が無いので、  
つまずきにくいわね。



いま 今は片側だけ手すりがあるけど、  
もう片方も手すりが付けられる  
準備があるよ!

## ニーズの変化

- 廊下の幅  
廊下を少し広くしておくと、後で楽  
だね。(目安として幅 90cm 以上。  
メーターモジュール\*にするなど)
- 廊下と各部屋の床仕上げをそろえ  
ると、間取りが変えやすいよ。



わ~い  
わ~い!



## 快適

- 部屋の扉を使いやすく
- 引き戸は使いやすいね。
- 扉の幅が広いといいね。(80cm 以上)
- 取っ手は使いやすい形がいいね。(ド  
アノブ型よりも棒状にするなど)
- 向こうが見通せる扉は、内・外の様  
子が分かって安全だね。

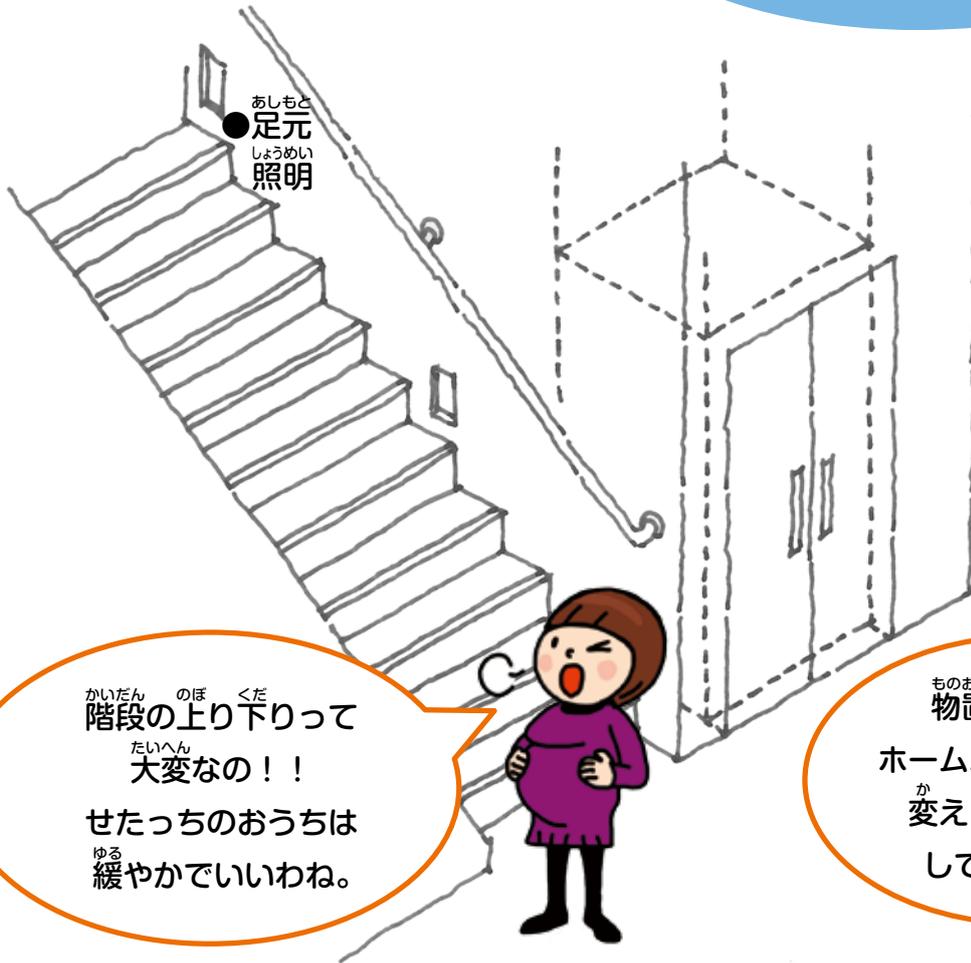
## 安全・安心

- 廊下における事故を防ぐ
- 転ばないように、滑りにくい床  
にしておくといいね。
- 廊下の角をとがらせない工夫が  
あるね。危険な箇所は色の違う  
材料を使うと分かりやすいよ。
- 手すりを付けて安全に
- 廊下も手すりを付けると安心  
だね。

\* 1mを基準として設計すること。今までの木造の住宅は、3尺(91cm)を基準にしている住宅が多い。

# かい だん 階 段

よしえさんが、  
2階に子どもたちを  
呼びに行くよ・・・！！



あしもと  
● 足元  
しょうめい  
照明

かいだん のぼ くだ  
階段の上がり下りって  
たいへん  
大変なの！！  
せたちのおうちは  
ゆる  
緩やかでいいわね。

ものおき ばしょ  
物置の場所は、  
ホームエレベーターに  
か  
変えられるように  
してあるよ！！

## ニーズの変化

- ホームエレベーターの設置空間  
しょうらい せっち とき けん  
・ 将来、設置したい時のために、建  
ちくとうしょ ばしょ かんが きそ  
築当初から場所を考えたり、基礎  
つく  
を作っておくといいね。

## 快 適

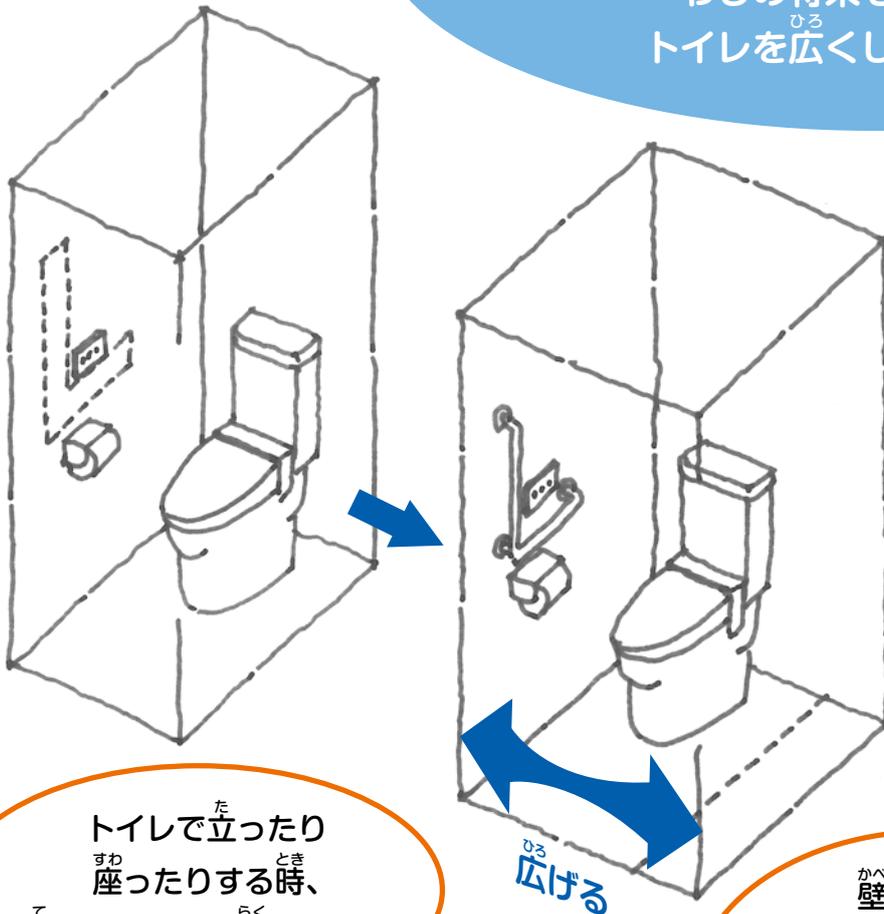
- 器具の交換のしやすさ  
しょうめい きぐ こうかん  
・ 照明器具の交換がしやすいこと  
や、長持ちする省エネタイプを  
つか  
使うのもいいね。

## 安全・安心

- 手すりを付けて安全に  
て すり を つけて あんぜん  
かいだん あんぜん のぼ くだ  
・ 階段を安全に上ったり、下ったり  
するために、両側に手すりを付け  
りょうがわ て  
ると安心だね。
- 階段における事故を防ぐ  
かいだん じこ ぶせ  
ゆる こうばい ちゅうかん おど ぼ  
・ 緩やかな勾配や中間の踊り場は、  
だれ だれ やさ  
誰にとっても優しいね。
- ・ 転ばないように、滑りにくい床に  
ころ ころ すべ 床 ゆか  
しておくといいね。
- ・ 段が分かりやすいように、色を変  
だん わ いろ か  
えるなどの工夫があるといいね。
- ・ 足元の照明も有効だよ。  
あしもと しょうめい ゆうこう

# トイレ

いちろうさんがトイレに行くよ、  
ちゃんと使えるかな。  
としをとるとトイレにも助けが必要になるし、  
わしの将来も考えて、  
トイレを広くしようかな。



くるま  
車いすで使えるように、  
でいりぐち  
出入口も部屋も  
ひろ  
広くなったね。



トイレで立ったり  
すわ  
座ったりする時、  
て  
手すりがあると楽だわあ！



かべ  
壁の位置を  
か  
変えられるようにして  
お  
置いて良かった！！  
かいじょ  
介助のスペースにもなるね。



## ニーズの変化

### ● トイレの広さ

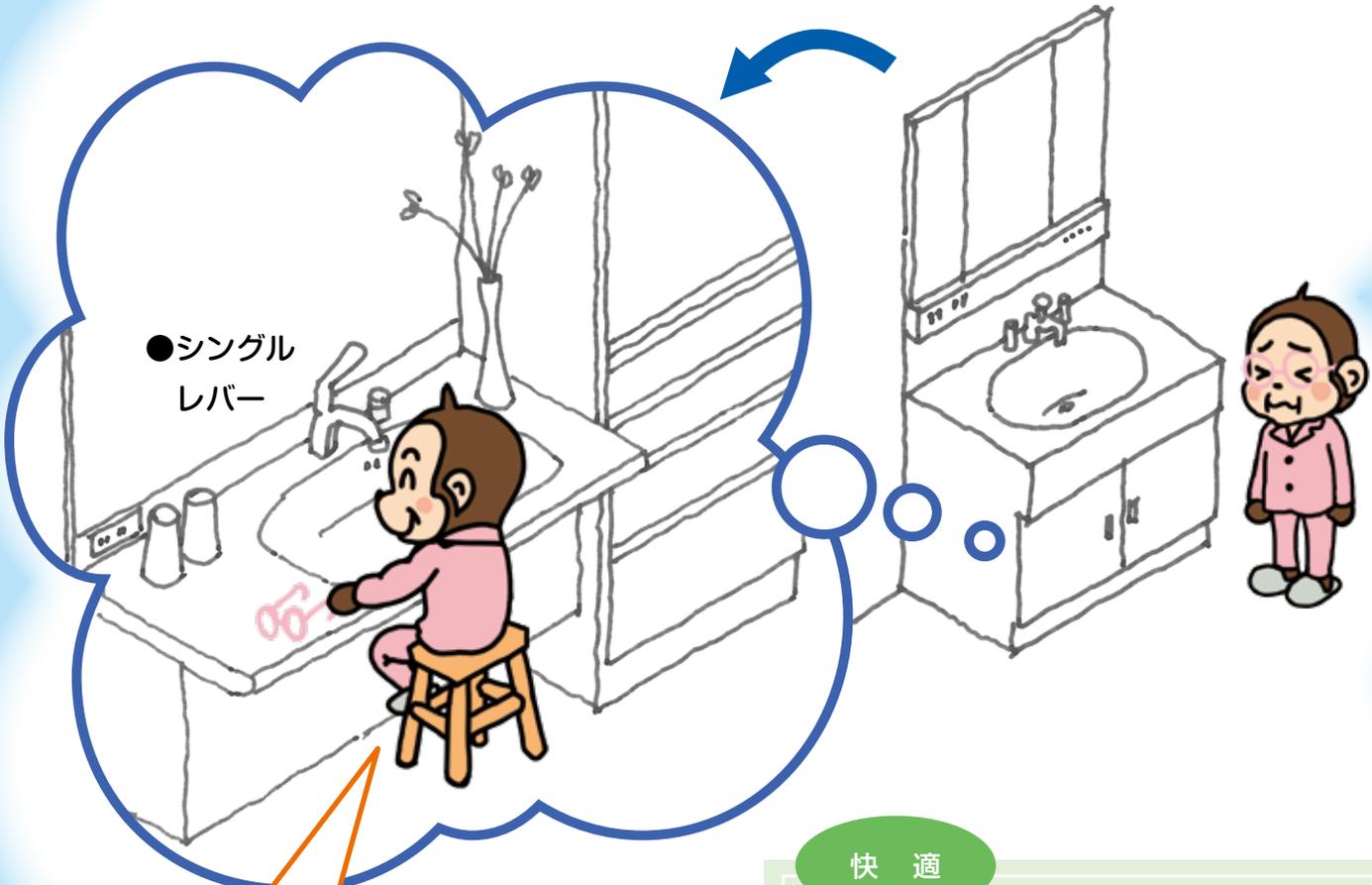
- ・ 将来、広くしたい時に、壁の位置を変えられるようにしておくといね。(構造上、取り外し可能な壁にするなど)
- ・ 最初から広くして洗面器や棚を作り、将来はそれらを取り払って広くする方法もあるね。

## 安全・安心

- 手すりを付けて安全に
- ・ 便座の立ち座りのために、手すりを付けると安心だね。
- 緊急時の対応
- ・ 緊急時を知らせる呼び出しボタンなどがあると安心だね。
- ・ 部屋との温度差が小さいと、体への負担が少ないね。

せんめん だついしつ  
洗面・脱衣室

そういえば最近、  
おばあさんが、立ったまま顔を洗うのが  
大変だと言っていたなあ・・・。  
そろそろ洗面台を取り替えようかな。



●シングル  
レバー

いすに座って  
楽に顔が洗えるわ！

ニーズの変化

- 洗面台の取替え
- 将来、洗面台を取り替えやすいように、床下の配管工事がしやすい工夫があるといいね。
- 台の高さが変えられる洗面台の製品もあるよ。

快適

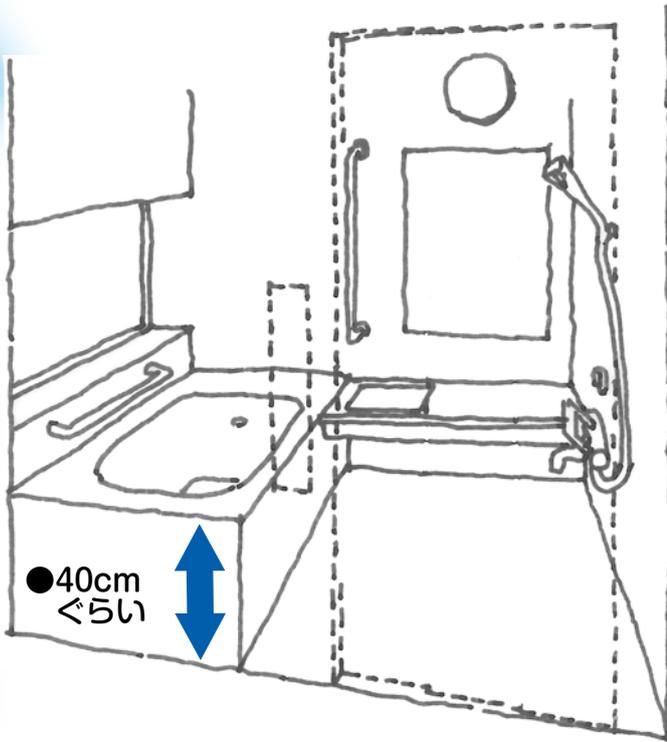
- 使いやすい洗面台
- 足元が空いていると、いすに座りながら洗面ができるね。
- 水栓は操作しやすく、温度調節が楽に出来る物がいいね。(シングルレバーなど)

安全・安心

- 寒さへの対応
- 服を脱いだ時に、急に寒くならないように暖房があるといいね。

# よくしつ 浴室

たんじょうかい も あ  
誕生会も盛り上がり・・・  
よしえさんが泊まってくことに  
なったよ・・・



おなかがおお  
大きくなると、  
あしもと み  
足元が見えにくくなって  
あぶ  
危ないの。

それと、  
よくそう  
浴槽をまたぐのって  
たいへん  
大変なのよね。



わしもさいきん  
最近  
あしこし よわ  
足腰が弱ってきたから、  
て こしか  
手すりや腰掛ける  
ところ  
所があると安心だな。



## 安全・安心

- 転倒などの事故を防ぐ
  - ・ 浴室の出入口や、浴槽の出入りなどでは、手すりがあると安心だね。
  - ・ 水にぬれても滑りにくい床にしておくことも必要だね。
  - ・ 緊急時を知らせる呼び出しボタンなどがあると安心だね。
- 浴槽のまたぎに注意する
  - ・ 妊婦さんだけでなく、高齢者・子どもにとっても、浴槽のまたぎには注意が必要だね。深すぎても浅すぎても駄目なんだよ。
  - ・ 浴室内の動作を楽に出来る用具も活用できるといいね。  
(腰掛け板など)

## 快適

- 使いやすさ・快適性
  - ・ 水栓やシャワーなどは使いやすい物を選ぼう。
  - ・ 浴室用の暖房器もあるよ。  
(後から付けることも可能だよ)

## ニーズの変化

- 手すりの下地補強をしておく
  - ・ 必要になった時に手すりを付けられるように、壁に下地補強があるといいね。

# だいどころ 台所

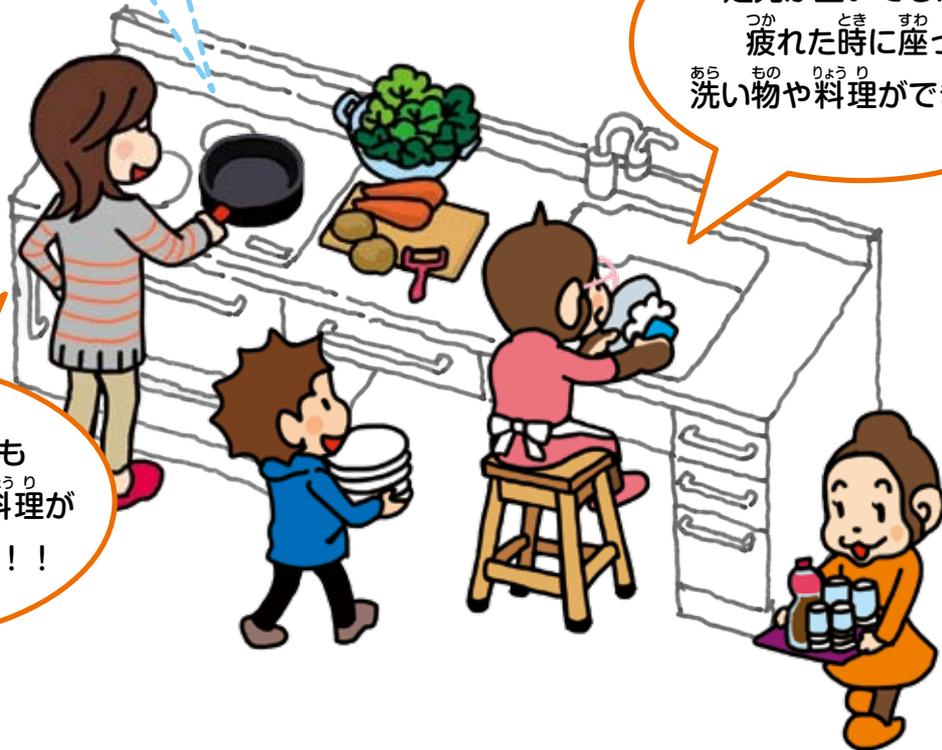
りょうり とく い  
料理が得意なめぐみさんや、  
おばあさんも大活躍だ！！  
たの  
しみだなぁ！



みぎ  
右のヒーターの  
かねつ あ  
加熱が終わりました

あしもと あ  
足元が空いてるから、  
つか とき すわ  
疲れた時に座って  
あら もの りょうり  
洗い物や料理ができるわ。

め みが  
目が見えにくくても  
おんせい りょうり  
音声ガイドがあれば料理が  
あんぜん たの  
安全に楽しめるわね！！



## ニーズの変化

- キッチンセットの取替え  
とりか  
・ 将来、キッチンセットを取り替え  
しょうらい と か  
やすいように、床下の配管工事が  
ゆかした はいかんこうじ  
しやすい工夫があるといいね。

## 安全・安心

- 台所での安全  
だいどころ あんぜん  
・ 子どもや高齢者が安心して使える  
こ こうれいしゃ あんしん つか  
ようにしたいね。(安全装置の備  
あんぜんそうち そな  
わった器具のほか、ガス漏れ検知  
きく も けんち  
器や、火災警報器など)  
き かさいけいほうき

## 快適

- 使いやすさ・快適性  
つか かいてきせい  
・ 水栓は、操作が楽に出来る物がい  
すいせん そうさ らく でき もの  
いね。(レバータイプなど)  
・ 調理や後片付けの手順を考えた台  
ちょうり あとかたづ てじゆん かんが だい  
所<sup>ところ</sup>のレイアウトが使いやすいいね。  
・ 操作手順や調理器の状況を音声で  
そうさ てじゆん ちょうり き じょうきょう おんせい  
教えてくれる製品もあるよ。  
おし せいひん  
・ 音声ガイドは、見えにくい人にとっ  
おんせい み ひと  
ても便利だね。  
べんり

# 部屋

つか 使いやすいくて 快適に過ごせる  
部屋がいいなあ・・・



スイッチや  
コンセントも、  
使いやすい高さや  
形にしておく  
いいね。



ぼくの家では、  
インターホンを  
鳴らすと  
光で知らせるよ。

## 快適

### ● 使いやすさ・快適性

#### [スイッチ・コンセント]

- 子どもや車いすでも手の届きやすい位置にあるといいね。
- ワイドスイッチなど、操作しやすい形がいいね。
- コンセントはあまり腰をかがめなくても使えるなど、使いやすい位置にあるといいね。

#### [照明]

- その部屋に合った明るさにできるといいね。明るさを調整できるLED照明もあるよ。

#### [空調]

- 温度や湿度など過ごしやすい環境にしたいね。

## 安全・安心

### ● 安全性

- ガラス窓がついて見通しが利く扉は、子どもの飛び出しや、聞こえにくい人にも、室内を確認できるからいいね。
- 火災報知器は、光で知らせる物もあるよ。寝室などにも有効だね。

## つながり

### ● 人とのつながり

- 近所の人や訪問しやすい工夫があるといいね。(縁側を設ける、玄関を広くするなど)
- リビングと寝室が繋がられるなど、部屋の配置の工夫もいいね。

# 夢から覚めたせたち

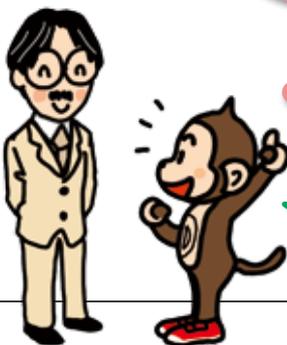
ふう～、夢の中で、  
様々な人の使いやすさについて、  
たくさん気づくことが  
あったなあ!!

長く住んでいく間には、  
ニーズが色々と  
変化していったなあ。

夢の中での話を活かして、  
建築士さんに  
相談してみよう!!

世代を引き継いで  
住んでいける  
といいね!!

家を建てる時に  
考えておくことも  
多かったなあ!!



こうやってみんなが  
集まれる家って、  
いいよね!!

# 1. 快適に住み続けられるためのヒント

① 変化する  
 ニーズへの対応

② 安全・安心 (転ばない、  
 滑らない、大げがしない)

③ 使いやすさ・  
 快適性

④ つながり (外出しやすい、  
 訪問しやすい)

なが す つづ  
 長く住み続ける  
 ためには、  
 いえ きほんせい  
 家の基本性能も  
 じゅうよう  
 重要だよ。

うらびょう し じょうほう  
 裏表紙の情報も  
 さんしやう  
 参照してね。



# 2. 家の基本性能

① 耐震性能、防災・防火性能

② 耐久性能、維持管理

(メンテナンスのしやすさなど)

③ 防犯性能

④ 省エネルギー対策 (断熱性、省資源など)

⑤ 健康 (シックハウス対策など)

なるほど!  
 みんな大事な  
 ヒントだね!



# 3. 家のつくり方ー全体のポイント

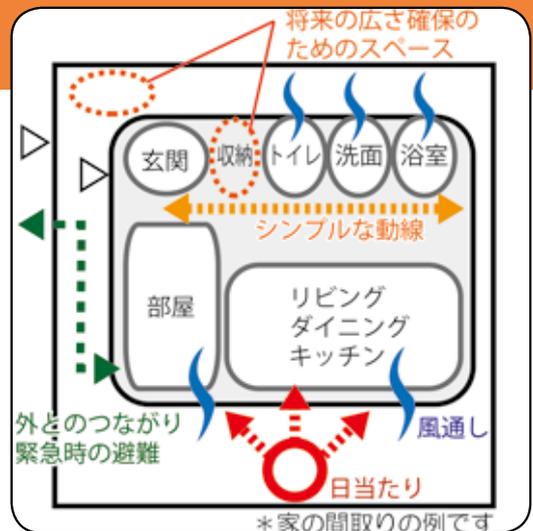
① 外とのつながり  
 (通路の確保と広さ、1階床の高さ)

② 将来の改修を考えておく

③ 日当たりや風通しが良い

④ 部屋の収納が確保されている

⑤ 緊急時の安全性  
 (玄関以外の避難経路の確保など)



# ユニバーサルデザインのチェックリスト (例)

1. 快適に住み続けられるためのポイント		新築・購入時	将来対応
① 変化するニーズへの対応	道路から玄関までの高さ及び距離、空間を考える		
	玄関の広さを確保		
	間取りの可変性 (間仕切り壁や排水設備等)		
	シンプルな動線の間取り (寝室とトイレ・浴室が近いなど)		
	手すりを設置するための壁の下地補強		
② 安全・安心 (転ばない、滑らない、大げがしない)	転倒によるけがを防ぐ (滑りにくい床材、緩やかな階段など)		
	つまずかないための工夫 (出入口の戸の敷居、段に色をつけるなど)		
	手すりの設置又は将来の設置を考える (玄関、トイレ、浴室、階段、廊下)		
	浴室の安全性 (出入口の段差、浴槽の高さと深さ、脱衣室との温度差)		
	緊急時を知らせる呼び出しボタンなどの設置		
③ 使いやすさ・快適性	設備機器 (足元の空いている洗面台、音声案内のあるキッチンセットなど)		
	照明器具 (適度な明るさの確保、器具の交換のしやすさなど)		
	スイッチ・コンセント (手が届きやすい位置、操作しやすい形など)		
	水栓金物 (操作が楽にできるレバータイプなど)		
	建具 (引き戸などの形状、使いやすい取っ手、ガラス窓付きの戸など)		
④ つながり (外出しやすい、訪問しやすい)	家族や訪問者とのコミュニケーションがしやすい (部屋の配置、出入口の形状、モニター付きインターホンなど)		
	サービスを受け入れやすい (介護サービスなど)		
2. 家の基本性能		新築・購入時	将来対応
① 耐震性能、防災・防火性			
② 耐久性能・維持管理 (メンテナンスのしやすさなど)			
③ 防犯性能			
④ 省エネルギー対策 (断熱性、省資源など)			
⑤ 健康 (日当たり・風通し、シックハウス対策など)			



いま  
今はどこに重点をおくか、  
チェックリストも参考にしてね。

できている  
かなあ!?



# この冊子は、<sup>さっし</sup>区民参加のワークショップで検討しました。



※人にやさしい住まいづくり体験館（ハウスクエア横浜）での見学会

## <sup>いえ</sup>家づくりに関する<sup>かん</sup>情報提供<sup>じょうほうていきょう</sup>

- <sup>せ た が や く</sup>世田谷区 <sup>す</sup>住まいサポートセンター 電話：03-6379-1420 ファクシミリ：03-6379-4233  
住まいに関する相談について、総合的にご案内します。
- <sup>せ た が や く</sup>世田谷区 <sup>としせいびせいさくぶ</sup>都市整備政策部 <sup>きょじゅうしえんか</sup>居住支援課 電話：03-5432-2504 ファクシミリ：03-5432-3040  
区の住宅施策や制度についてご案内します。
- <sup>いっばんざいだんほうじん</sup>一般財団法人 <sup>す</sup>住まいづくりナビセンター 電話：03-5166-8300  
URL：https://sumanavi.info/  
住まいづくりをお考えの方へ専門家が相談に応じます。
- **フラット35S** 問合せ先：独立行政法人 住宅金融支援機構  
耐震性、耐久・可変性、省エネルギー性などの基準 電話：0120-0860-35 URL：https://www.flat35.com/
- <sup>ちやうきゆうりょうしゅうたく</sup>長期優良住宅の<sup>ふきゅう</sup>普及の<sup>そくしん</sup>促進に関する<sup>かん</sup>法律<sup>ほうりつ</sup> 問合せ先：世田谷区 都市整備政策部 建築審査課  
認定基準（居住環境、耐震、省エネルギー性、維持管理など） 電話：03-6432-7166 ファクシミリ：03-6432-7985
- <sup>いっばんざいだんほうじん</sup>一般財団法人 <sup>けんちくかんきょう</sup>建築環境・<sup>しょう</sup>省エネルギー<sup>きこう</sup>機構 電話：03-3222-6690 URL：https://www.ibec.or.jp/  
住宅の省エネルギー基準の概要など

## <sup>かん</sup>ユニバーサルデザインに関する<sup>じょうほうていきょう</sup>情報提供

都市デザイン課の  
HPからも  
ご覧いただけます

発行：世田谷区 都市整備政策部 都市デザイン課

- 「ユニバーサルデザインって何だろう？  
どこでもだれにでも暮らしやすい、すてきな世田谷」
- 「だれもが楽しめるイベントにしよう!!」
- 「みんなが嬉しくなるお店 ～ユニバーサルデザインの工夫～」

**配布** 都市デザイン課、各総合支所街づくり課窓口で配布しています。