

Your Life スタイル

『住み替え時のバリアフリー』

住み替えを考えている方は、今の生活にあった間取りもさることながら、バリアフリーを取り入れるのも、自分や両親のためになりますよ。

■介護問題は約20年後の2040年がピーク

2040年問題をご存じですか？第一次ベビーブームの子供たちが65歳以上になり、また人口減少も重なり、労働人口が大きく減少することです。労働人口が減ることによって、介護負担の増加、介護保険料の増加に繋がります。ご両親やあなたは将来、今の健康を維持できているでしょうか？現在、住宅ローンは35年間でローンを返済される方が多いです。80～90歳の寿命だと人生の4割が返済期間になります。また、介護を必要とする時代でもあります。この問題を2040年に見据えたならば、住み替え時の間取りにバリアフリーを組み込んでみてはいかがでしょうか。



■将来を想定したバリアフリー

誰もがいすれ足腰や、反射神経が弱くなるので転倒しやすくなります。高齢者の転倒は、介護のはじまりと言われるくらい問題になっています。転倒する場所は、庭、居間、リビング、玄関、階段、寝室の順に多いです。浴室も滑りやすいです。それらを予想して手すりは、玄関、ポーチ、階段、廊下、浴室などに設置すると良いでしょう。階段は一段一段を低めに、滑り止めはつけること、上がり框も低い方が転倒防止になります。またポーチは緩やかな坂にして、一部スロープにするのもおすすめです。2040年を見据えた住み替え時のバリアフリー、いすれ自分のためになるでしょう。

年齢を重ねると食の好みが変わってきて驚くことがあります。私の場合好きな食べ物に、春＝山菜、夏＝漬物、秋＝干し柿、冬＝ニンジン漬けが加わりました！

これらは嫁に来る前はほとんど口にできなかったのですが、今はこれがないと落ち着きません。やっぱりその季節になると食べたくなりますね。



という事で、今は干し柿！去年は何度も買ってまで食べていましたが、今年はせっかく柿の木があるので、初めて作ってみようと思います！

パパが皮を剥いて、私と娘が試行錯誤しながらなんとかこの形に吊りました♪
たまに軽く揉んであげるといいみたいですね♪

2週間後が楽しみです☆

2021年10月号



山口建築通信



●すきあうち計画● ～大掃除の計画～

まだまだと思っているとすぐに来てしまう年末。押し迫って慌てないように、今から少しずつお掃除を始めましょう。

◆お掃除の計画をメモ書きに

頭の中であれこれ考えても焦るばかりで何も手につきません。そんな時は掃除をする場所をノートに書き出してみよう。いざ書きだしてみるといろいろあるものです。部屋ごとに分けて整理してみましょう。

◆放っておきがちな外周り

家の外の物置にはいらぬ物が入りまわります！まず、いる物といらない物を整理して、長年使っていない物は思い切って処分しましょう。

◆ベランダもすっきりと

ベランダの隅っこに壊れた植木鉢やいらなくなった鉢皿などはありませんか？大きな蓋付のボックスを一つ用意して、必要な物だけをその中に入れ、壊れたままの物など、いらぬ物は処分しましょう。

◆お部屋の中は細かい整理から

お部屋の中は戸棚の引き出しから整理していきましょう。ペンや電池、領収書など、ごちゃごちゃになりがちな物は小さな箱に小分けして区切って整理しましょう。小さなお菓子の箱などをとっておくと便利です。インクの出にくいボールペンなどは処分しましょう。

年末まではまだ余裕があるので、毎日少しずつ、無理なく進めていきましょう。



- ・会社名 有限会社 山口建築工業
- ・提供できるもの 新築・リフォーム工事(省エネ健康住宅が得意です) その他、解体工事などお家に関することは何でもお任せ！！
- ・モットー 人にやさしい健康住宅
- ・会社の場所 新潟県南魚沼市二日町88
- ・連絡先 電話 025-770-2369 Fax 025-770-0014
- ・ホームページ (有)山口建築工業 で検索！！

※山口建築工業では土地探し～敷地調査～プラン作成～お見積り～お悩み相談まで無料です！お気軽にご相談下さい。

今月も読んでくれてありがとうございます。来月も一生懸命作ります。お楽しみに！

