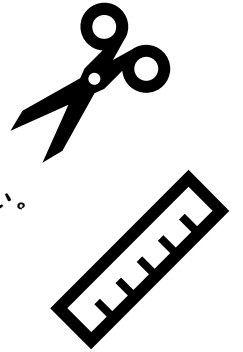


# リフォーム遊び してみませんか？



新型コロナウイルスの影響で家にいなくてはならないストレスを抱える日々。もてあました時間を使って、気分一新「リフォーム遊び」、してみませんか？  
こんな時こそ、我が家をじっくり観察。  
ひとりひとり、問題だと思ふところを箇条書き、または間取り図に書いてみてください。  
どのようなリフォームをしたら望み通りの暮らしができるか、夢を描いてみましょう。  
この際、予算は度外視。実際にリフォームをする時に考えます。  
夢が出来上がったら、専門家のアドバイス(無料)を受けてみてくださいね♪



## 1. リフォーム目標とする未来の時間を決めましょう！

まずはリフォーム目標とする未来の時間を「[夢の暮らし実現シート1](#)」に書き込んでください。  
その時、自分は何歳ですか？同居のご家族がいればご家族の年齢も入れましょう。  
2030年？2050年？お好きな時期に書き換えてください。

■あなたやご家族は何歳？: <https://www.kourei-sumai.com/pdf/15-mirai.pdf>

## 2. お住まいの「家」をチェックしてみましょう！

人生100年時代と言われている今、自分や家族が年老いていくことを忘れてはいけません。  
「[夢の暮らし実現シート2](#)」のチェックリストに書き込んで、お住まいの家をチェックしてみてください。  
リフォーム遊びでは、ぜひ、このような視点も考えながら案を練ってください。

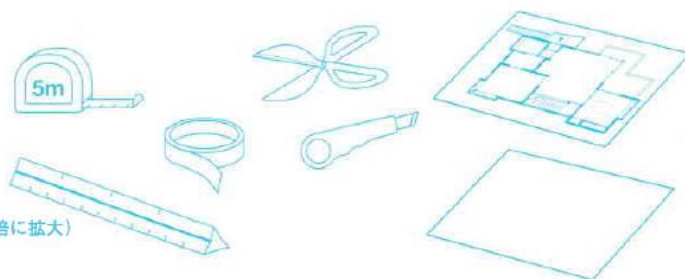
■あなたの家は大丈夫?: <https://www.kourei-sumai.com/pdf/15-check.pdf>

## 3. 「リフォーム遊び」をスタート。

この遊びは家族で話し合いながらでもよし、各自がつくって後で突き合わせてもよし、やり方は自由です♪

### 用意する物

三角スケール  
メジャー  
テープ  
ハサミまたはカッター  
平面図 (1/100の場合、2倍に拡大)  
厚紙



#### ①間取り図(平面図)を用意します。

ない場合は実測して作図してみましょ。

■間取り図の書き方 <https://www.kourei-sumai.com/pdf/sumai-plan01.pdf>

■パソコンのアプリを使って作図してもOK [間取り図作成 無料ソフト](#)→検索

方位も入れてみましょう。



②今、困っている点、気に入っている点などを箇条書きにします。  
間取り図に引き出し線を出して、場所別を書いてみましょう。

③どんな「家」にしたいか、夢の暮らしを描いてみます。  
箇条書き、または間取り図に書き入れてみましょう。

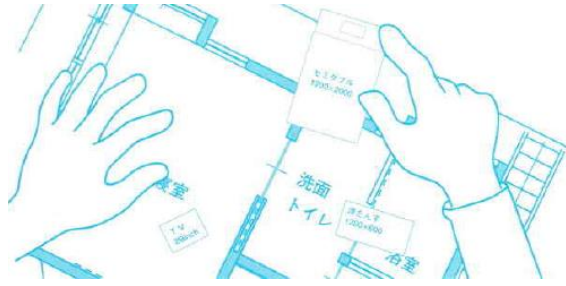
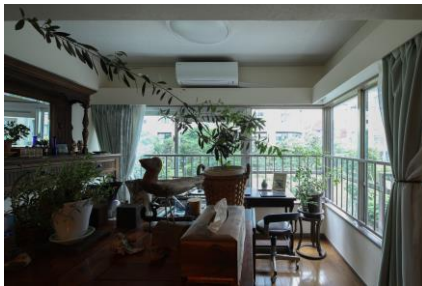
④いよいよ夢の暮らしを実現するためには、どのようなスペースが必要か考えます。  
家全体の間取りでもよいし、皆で使う部屋だけとか、自分の部屋だけでもOKです。

⑤必要な家具を入れてみます。

今、持っている家具をメジャーで測り、紙に書いてはさみで切り取ります。  
この時、大切なのが間取り図の縮尺と家具の縮尺サイズを合わせること。  
例えば、1/50の縮尺なら、1メートルを2センチメートルとします。

■レイアウト用家具のつくり方 <https://www.kourei-sumai.com/pdf/sumai-plan02.pdf>

⑥家具の配置が決まったら、糊で間取り図に貼りつけて完成させます。



## 4. 専門家のアドバイスを受けてみましょう！

⑦完成したリフォーム案は、住み続けられる住まいだと思いますか？  
「新・バリアフリー15ヶ条」の項目に添ってチェックをしてみましょう。  
<https://www.kourei-sumai.com/pdf/15-point.pdf>

⑧ご希望の方は、専門家(建築士)の無料アドバイスを受けられます。  
相談に必要な情報を「夢の暮らし実現シート4」に記入しましょう。  
夢の暮らし実現シート★ <https://www.kourei-sumai.com/pdf/reform-sheet.pdf>  
リフォーム前の間取り図★と、作成したリフォーム案★を、写真に撮るかスキャンをして、画像データを保存してください。(読み取れれば写メでもOK)

これらの★データを、高住会のインターネット住宅相談から「リフォーム遊びアドバイス希望」の件名で事務局あてに送ってください。(FAX、郵送での受付はしておりません)

NPO 法人 高齢社会の住まいをつくる会(高住会)

■インターネット相談 <https://www.kourei-sumai.com/04sodan/netsodan.html>

※送付後1週間経っても返答がない場合は、その旨をメールでご連絡ください。  
高住会事務局あて [info@kourei-sumai.com](mailto:info@kourei-sumai.com)  
必ず本メールが受信できるように設定してください。

高齢社会の住まいをつくる会はバリアフリー住宅設計の実務者が集まる全国組織の団体です

NPO 法人 高齢社会の住まいをつくる会  
<https://www.kourei-sumai.com>

