

家を歩いて確認する10項目チェックリスト

いつものように家の中を歩いて、「ここ、ちょっと面倒だな」と感じたところに印をつけましょう。
危ないところを探す必要はありません。この段階では、リフォームするかどうかも決めなくて大丈夫です。

印	場所・動作	見ておきたいこと	気になったこと（メモ）
☐	① 玄関	靴の脱ぎ履き、段差、照明、出入りのしやすさ	
☐	② 廊下	通ridorの幅、物の置き方、暗い場所がないか	
☐	③ 階段	上り下り、手すり、足元の明るさ、荷物を持ったときの負担	
☐	④ トイレ	寝室からの距離、夜間の照明、立ち座りのしやすさ	
☐	⑤ 浴室	寒さ、床の滑りやすさ、浴槽のまたぎやすさ	
☐	⑥ 洗面・洗濯	洗濯物を運ぶ距離、収納、かがむ・持ち上げる動作	
☐	⑦ キッチン	立ち続ける負担、収納の高さ、家事動線	
☐	⑧ リビング・寝室	家具の配置、通り道、これからの使い方	
☐	⑨ 窓・室温	暑さ・寒さ、窓際の冷え、部屋ごとの温度差	
☐	⑩ 使っていない部屋	今後の使い道、収納・趣味・寝室などへの活用	

困っていること

こうなったらいいな

「困っていること」と「こうなったらいいな」を分けて書き出しておくと、リフォームの優先順位を考えると役に立ちます。