

6cm

14cm

睡房

睡床

- 床架高度與高度適中，大約18-20吋，方便上落床。
- 加設床欄，以便長者借力起床。

照明

- 安裝夜明燈，方便夜間進出。

雜物

- 不堆放雜物，以免絆倒。

客廳

鐘

- 使用大字時鐘。

椅子

- 椅子及沙發高度要適中(以長者坐下時腳關節能維持90度角為佳)。
- 有靠背和手枕。

地板

- 地板避免凹凸不平及避免使用光滑及反光的地板。
- 保持地面乾爽。
- 穿著防滑家居鞋。

提示工具

- 可採用掛牆月曆把重要事件記下，例如覆診日子。



長者友善家居小建議

20cm

廚房

照明

- 光線充足，煮食才能得心應手。

廚櫃

- 可使用移動式抽屜，需要時可調出抽屜下空間。

煮食爐

- 使用無火電磁爐可減低失火機會。
- 使用開關提示熄火時間。

地板

- 保持地面乾爽，以防滑倒。

浴室

門

- 門口不設門檻。
- 使用橫向式門柄。
- 門口闊度要足夠讓使用助行架及輪椅的長者出入。

扶手

- 於淋浴間及坐廁旁加裝扶手。

浴缸

- 無框浴缸較浴缸安全。

地板

- 使用防滑地磚，其防滑系數建議大於0.11。



房協長者安居資源中心

- 由經驗豐富的職業治療師和社工提供諮詢服務。
- 推廣「長者友善家居」概念。
- 提供長者家居、生活及健康的主題展覽，歡迎蒞臨參觀。

聯絡我們



- 九龍油麻地景坊街3號雙花樓第二期地下A-C舖(百老匯電影中心對面)
- 2839 2882
- 2385 2136
- erc@hks.com
- www.hkshelderly.com/erc