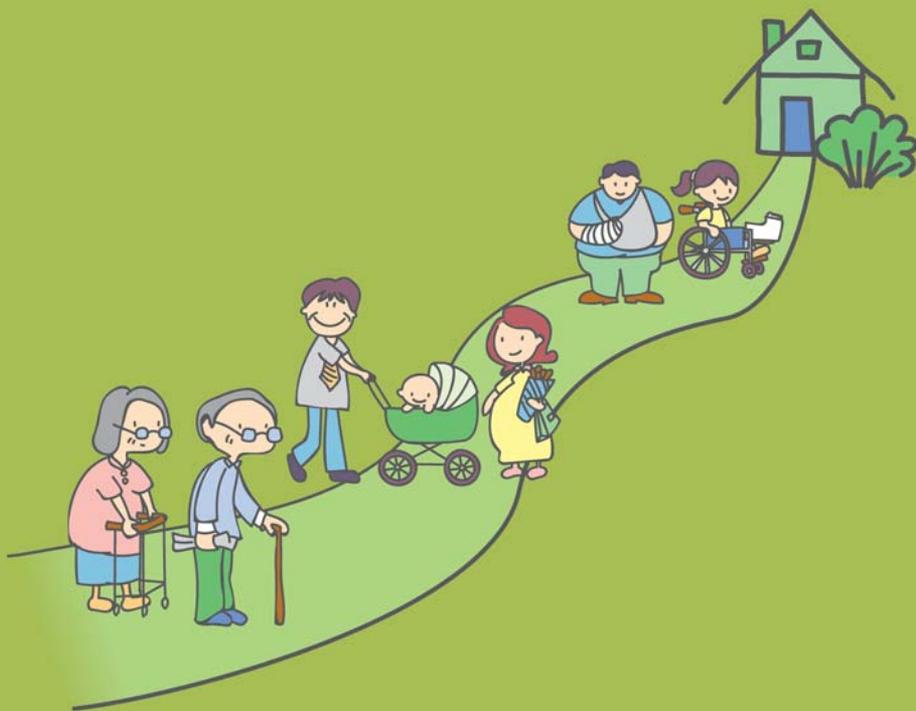


臺北市居住空間通用設計指南

Universal Design Guidelines for Housing Development in Taipei



臺北市政府都市發展局 編印



臺北市居住空間通用設計指南

Universal Design Guidelines for Housing Development in Taipei





市長的話

各位親愛的市民朋友，大家好！

因應少子女高齡化與在宅老化的社會趨勢，臺北市率各級政府之先推廣「通用設計」理念，而通用設計是以愛與關懷為出發點，考量男女老幼、身障或行動不便等不同使用需求的人本設計理念。「臺北市居住空間通用設計指南」的發行便是落實此一設計理念的推廣，最重要的是，希望透過指南讓我們能了解「自己的家」，並逐步建立出符合我們與家人不同需求但安全合宜的居住空間。

為建構無障礙與對老弱婦孺更友善的環境，臺北市目前除擴大引入低底盤公車，協助提供復康巴士與悠遊愛心車隊外，並加速推廣受好評的路平專案及騎樓整平計畫，期能建立以人為本、多元包容與關懷弱勢的城市。除此，龍斌帶領著市府團隊在各類建設中引進「通用設計」的概念，更加用心經營本市成為市民安心、放心且安全的生活環境，希望「為所有人考慮的設計」理念能讓所有的人都能容易的使用，讓都市的環境更加安全無礙，更加的通用有愛。

2009年是關懷弱勢年，希望藉由這本手冊的發行，讓全體市民一起將通用設計的理念，帶入社區及家庭，使得關懷弱勢的理念更能與生活環境貼近，一起打拼創造更宜居的臺北城。在此敬祝各位身體健康，事事如意。

市長

郝龍斌

謹誌

98年7月



局長的話

各位親愛的市民朋友，大家好！

本市老人人口有 32 萬多人，占本市人口 12.41%，領有身心障礙手冊者亦有 11 萬人，占全市人口比率 4.22%，臺北市已邁入高齡化社會。另本市超過 25 年以上的老舊公寓佔全市建物 57% 以上，其中屬 4-5 樓無電梯公寓就高達 39 萬戶，佔全市 53%。為了打造更人本宜居的環境，並因應在宅老化的趨勢，本局一方面透過更新地區劃設、更新容積獎勵、使用分區檢討等政策工具推動老舊建物的更新改建及整建維護外，並推動臺北好好看系列計畫促進都市再生、增加都市開放空間，持續推動騎樓整平及路平專案。另一方面針對本市 22 處出租國宅進行示範性的無障礙設施改善，並對於居住內部空間進行通用設計規劃專案研究。期望可以透過點、線、面的連結，由外至內的環境改造，讓市民回家的路更安全、居家生活更舒適。

今年本局更延續了通用設計的理念及概念，編印了「臺北市居住空間通用設計指南」，全文以家博士角色的引導，讓大家可以輕鬆閱讀，並附有居家空間通用設計自我檢核表，讓我們可以自行檢查我們的家，讓「家」成為我們親愛老少家人安心的所在地。在關懷弱勢的 2009 年，我們以手冊做為拋磚引玉，然而通用設計的「愛與關懷」理念，才是我們持續前進的動力，希望藉由手冊的發行，讓愛在臺北發芽，讓關懷在臺北處處可見。最後育群在此敬祝各位闔家平安，如意順心。

局長

丁育群

謹誌

98 年 7 月

目錄

1

居家空間常見的問題	1
-----------	---

2

什麼是通用設計	5
通用設計的定義	6
通用設計的原則	7
居住空間通用設計要點	8



3

居家空間通用設計自我檢核表 13

■ 室內外通道、出入口檢核表 15

室外通路 斜坡道 大樓出入口
住家大門 樓梯 撥桿式門把
室內走道 扶手 電梯或無障礙昇降平台

■ 廚房檢核表 21

一般項目 櫥櫃及抽屜
爐具及瓦斯 廚房洗滌槽及流理台

■ 浴廁檢核表 23

浴室安全 馬桶 浴缸
淋浴設備 扶手 洗臉盆

■ 居家安全、照明設備及儲物空間檢核表 27

照明設備 火災警報器 洗衣及曬衣空間
電源插座 衣櫃及儲藏空間

■ 住宅設計特別需要檢核表 30

肢體延伸範圍受限 手部及手臂力量不夠
聽力損傷 有限的視力 平衡及協調問題
走路及爬樓梯困難 使用輪椅長期間無法站立
家有兒童

4

居住空間通用設計指南	35
■ 指南架構	36
■ 設計指南	37
S - 1 室外通路	37
S - 2 坡道	38
S - 3 停車空間	40
S - 4 騎樓與人行道	41
B - 1 大樓出入口	42
B - 2 共用樓梯	45
B - 3 共用走廊	47
B - 4 昇降設備	48
B - 5 扶手設置	51
I - 1 住家出入口	53
I - 2 室內走道	55
I - 3 樓梯(間)	56
I - 4 廚房	57
I - 5 衛浴空間	59
I - 6 客廳/飯廳/起居間	63

I - 7 臥室	64
I - 8 儲物間	67
I - 9 陽台 / 露台	67
S - S 基地安全	69
B - S 住棟安全	70
I - S 居家安全	72
S - H 基地健康	74
B - H 住棟健康	75
I - H 居家健康	75

5

居家通用設計相關資訊

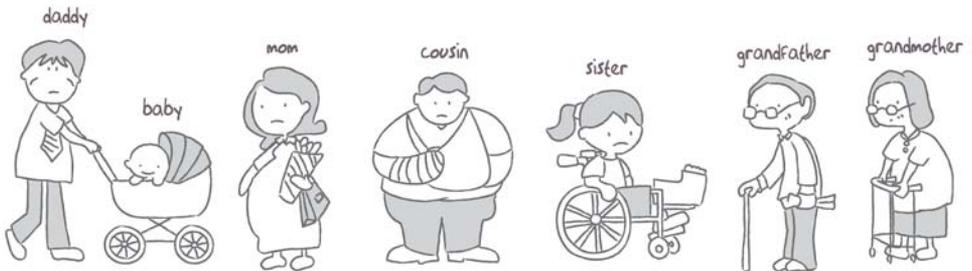
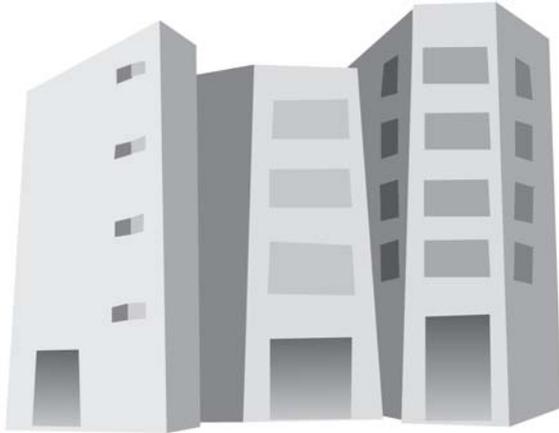
77

- 住宅改造補助方案
- 通用設計網站
- 推薦參訪
- 諮詢單位
- 相關書籍
- 參考資料





居家空間常見的問題



2009年的臺北，有個三代同堂的家庭不太快樂。因為他們突然發現平常住習慣的家，怎麼變得這麼不舒適，而且出現很多使用上的問題。



80歲的爺爺：那天我要拿櫥櫃最上層的東西，差點摔倒，真是太危險了；還有屋裡總是太暗，讀個報紙真辛苦。

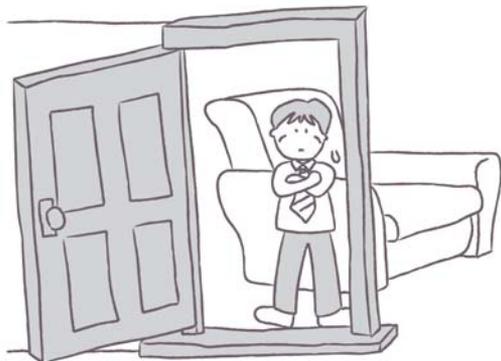


75歲的奶奶：那天在家裡面走著走著居然被門檻絆倒了，這一摔讓我在床上躺了好久；而且年紀大了上廁所的頻率變高，但是我上完廁所沒有扶手總是很難起身，真麻煩。





40歲的爸爸：我很高，因此家裡面比較低矮的家具用起來都不太方便，那天心血來潮去買了好坐的新沙發，結果卻碰到門太小，沙發搬不進來的大問題。



35歲的媽媽：我懷孕了，但是浴室地板常常很濕滑，那天又差點跌倒；平常則是買菜回來或是想推嬰兒車帶寶寶出去散步時，總是需要費很大的力氣才能走完門口的階梯。

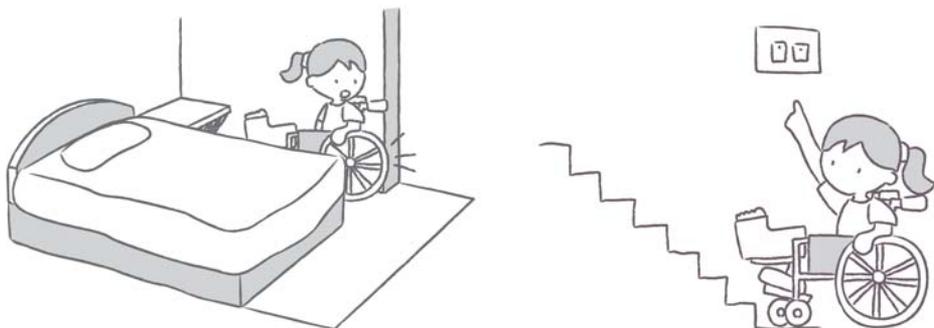




20歲的表哥：我有點胖，所以總覺得爺爺家裡的走廊很擁擠，讓我有壓迫感；而且最近出車禍手受傷了，纏上繃帶後，才發現所有的球型門把手我都没辦法開。



10歲的妹妹：都怪自己愛玩，結果從樓梯上摔下來，還好只有腳骨折，這才發現我的房間居然那麼小，輪椅都沒辦法迴轉；而且也沒辦法坐輪椅上下樓梯，只能待在家裡，還被表哥嘲笑連電燈開關也按不到。

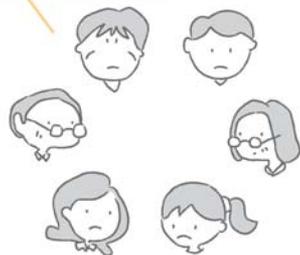


2



什麼是通用設計？

在家空間的使用上，我們都有一些困難，該怎麼辦呢？



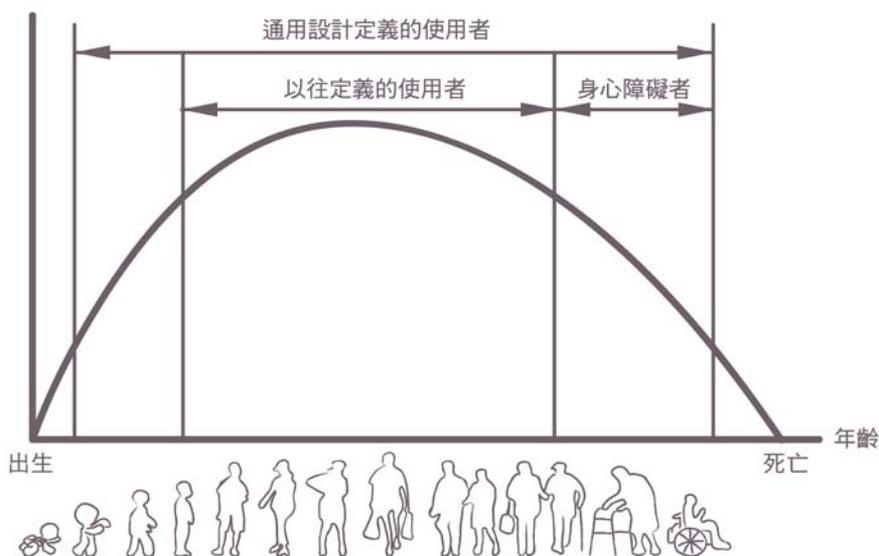
各位好！我是家博士 (Dr. House)，
你們的聲音我都聽到了，
就讓我來協助大家一起解決這些問題吧!!

為讓各種不同年齡、高矮胖瘦、健康或失能者，都能在家生活感到舒適、方便，我們可以借用居住空間通用設計原則來改善自己的居家環境，使這個住宅能夠一直陪伴著我們，符合我們的需求而改變與調整。其實我們只須做一些簡單的改變，適時的將通用設計原則帶進居家空間設計中，就可以讓家變得更加安全與舒適。什麼是通用設計呢？就請大家跟著我一起來認識吧!!

通用設計的定義

通用設計 (Universal Design) 這概念是在1970年代，由美國北卡羅納州立大學通用設計中心 (The Center for Universal Design) 的主任Ronald L·Mace提出。通用設計指的是一種設計途徑，集合能在最大程度上適合每一個人使用的設計元素，是一種預防式的設計概念。不論任何產品、環境或服務的設計上，通用設計力求最大的適用範圍，並考量各類使用者的需求，確保無論健康或失能者都能容易了解與使用，讓身心障礙者、孕婦、高齡者、較衰弱者及兒童等平常較易被忽略的族群，也能有平等使用環境的權力。通用設計與無障礙設計的差別在於，通用設計更積極主動拓展產品的使用性與適用範圍，是一種以人權作為核心發展出的設計理念。儘管如此，通用設計仍無法讓所有使用者在使用上達到同等狀態，僅能減少使用上的差異程度，提高設計的包容性。

使用者能力



通用設計的原則

■ 平等使用 (Equitable Use)

讓任何人都能平等使用，包含排除差別感、提供選擇及消除不安等。

■ 靈活運用 (Flexibility in Use)

容許使用方式的多樣性，包含考量左右撇子、確保緊急狀況下也能正確使用及在各種環境變化下皆易使用等。

■ 簡單易用 (Simple and Intuitive Use)

使用方法不過於複雜，最好憑直覺即可使用，操作方法是簡單且容易理解的。

■ 簡明訊息 (Perceptible Information)

將所欲傳達的資訊清楚整理歸類，讓使用者可直覺性的理解所呈現的訊息，最好使用二種以上的資訊傳達方式。

■ 容許錯誤 (Tolerance for Error)

需考量危險及意外的預防，就算是錯誤的使用方式或操作失敗也不會引起事故，並能回復原狀。

■ 省力操作 (Low Physical Effort)

使用者可以自然的姿勢使用，減少無意義的動作，降低或減輕使用時的身體負荷，讓使用者長時間使用也不會疲倦。

■ 尺度合宜 (Size and Space for Approach and Use)

考量各種體格的使用者，包含與照顧者一同使用時，皆須確保容易使用的大小及空間，也必須容易搬運且方便收納。

除上述七大原則外，通用設計也需考量是否可耐久使用、有適當的價格、易保養維修、使用舒適、美觀且品質優良、對人體及自然環境無害及可再生利用等面向。

居住空間通用設計要點

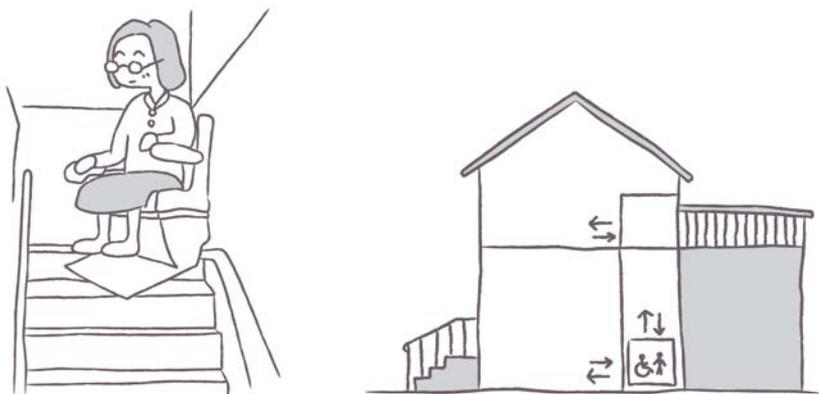


有時候一些簡單的小改變，就能讓家中空間更安全，只要適切的運用這些概念，就能創造出一個更容易使用的居家空間，讓我們一起來找到解決問題的方法吧！一般來說，居住空間通用設計要點有下列幾項：

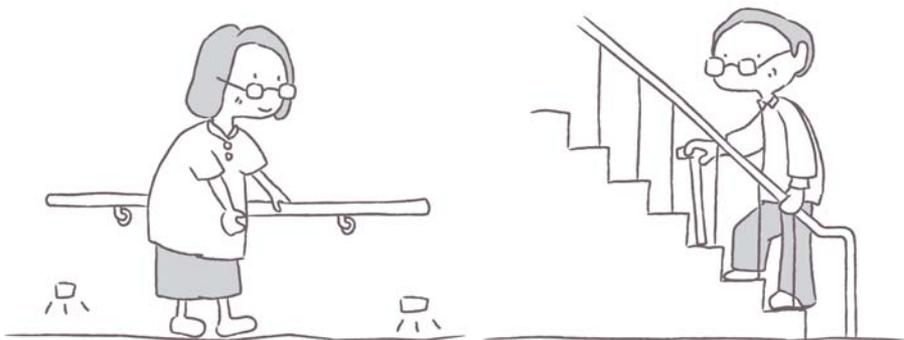
- 進出過程沒有門檻或台階。若門檻或台階無法避免則需施作斜坡道或其他昇降設備



- 最好不需要使用樓梯，就能進入家中或進入自己的房間。無論吃飯、盥洗衛浴或睡覺，最好都可以在同一個樓層平面完成，如果樓梯無法避免，可裝設爬梯機或樓層連通設備。



- 無論室內或室外，在所有階梯及走廊的兩側安裝扶手，對於虛弱的人來說，這些扶手相當重要。



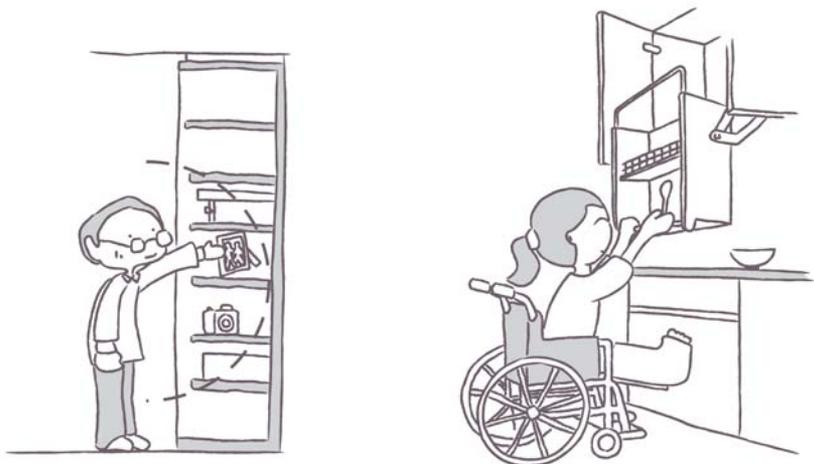
- 確保充足的照明可以協助視覺較差的人辨識，也可讓一般人看得更清楚。可以在所有的空間使用明亮又省電的燈泡，並且在晚上活動必經的走道或區域安裝小夜燈。



- 夠寬的出入口、走道及足夠的移動迴轉空間。除了讓輪椅順暢移動通過迴轉外，更可以讓每個人在家中的移動更為輕鬆沒有束縛感，同時也可以讓家中的家具物品移動較為容易。



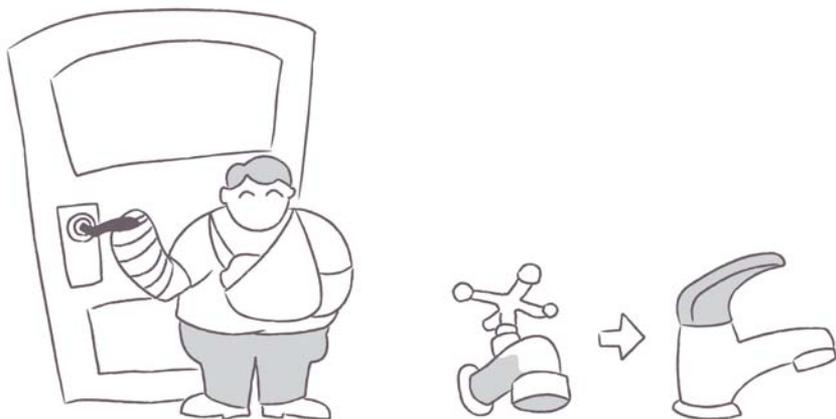
- 確保家中常使用的設施設備有適當的高度，包含電源插座開關、儲物櫃、洗臉盆、桌子、廚房流理台等。



- 在容易濕滑的浴室與廚房使用防滑材質，讓人可更安全的行走、站立、預防跌倒；在所有樓梯上貼防滑膠帶，並確認所有地毯、腳踏墊都已使用膠帶固定黏著於地面，以及去除所有門檻，讓輪椅使用者輕鬆進出，同時避免絆倒。



- 在所有的門上安裝撥桿式把手，在所有的抽屜及櫥櫃上安裝容易抓握的把手，對於手部力量較弱的人來說是很好的設計，對於一般人也同樣好用。



除了上述的基本原則，也請繼續跟著我使用通用設計自我評量表，針對家中的空間進行自我評估，看看還有哪些空間不符合通用原則吧！

Let's Go!



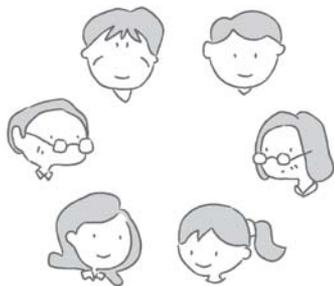


居家空間通用設計自我檢核表



首先請大家先和我一起來想幾個問題；我們或其他來訪的朋友，甚至是乘坐輪椅的訪客等在進入住宅內部的過程中（包含進到大廳、電梯或樓梯間、住家大門、客廳、廚房、浴室及臥室），完全沒有任何障礙嗎？當我們逐漸變老時，一樣能安全的使用家中廚房以及浴室嗎？我們的衣櫥好用嗎？我們能輕鬆的洗衣服嗎？我們在閱讀或做家務時是否有足夠的照明？有著身體功能障礙的人們容易使用現在居住的房子嗎？

所以利用這個檢核表，我們就可以很快的知道居家空間使用的問題囉！



當我們發現不太能夠肯定回答上面那些問題時，就表示需要有人一步步帶著我們重新認識自己的居家空間，如果希望通用設計可以幫助我們，以更容易且安全的方式進行每天的活動，就讓我們一起仔細的檢查自己所居住的環境，將使用上不方便的地方逐一列下，然後進行改造。

接下來，讓我們一起來使用下面這份檢核表，逐項仔細檢查自己的住家，檢核表中有各個向度的問題，如果檢核後的回答為“是”，那真是太棒了，這表示該項設施設備將可以在多年後一樣容易使用；但若答“否”，就表示我們需要再次檢視居家空間的設計，並進行一些整修與改善。

小提醒：如果想改造，卻不知該如何著手時，可以參考每個評估項目後標註的標號及頁碼，立刻翻到居住空間通用設計指南，就能開始動手改造居家空間了!!

室內外通道、出入口檢核表

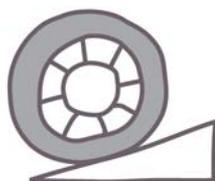


室外通路 (S-1) p.37

是 否

- 進入家中的通道皆平順且沒有高低差。
- 通道有高低差或台階超過20公分處，設有平緩的斜坡道。
- 通道至少有90公分寬。
- 通道旁的矮灌木都有經過修剪，並且不會有掉落的樹葉。
- 通道路面上的水溝格柵等開口不會讓輪子或拐杖陷入。
- 通道鋪面材質是防滑的。
- 通道沿線有足夠的照明。
- 當有人在屋外移動時，室外照明會自動亮起。
- 在通道上的台階旁，都裝有扶手。

斜坡道 (S-2) p.38



是 否

- 斜坡道不會太陡且容易進出使用。
- 在斜坡道的頂端、底部及中間皆有可以停靠的平台。
- 在斜坡道的方向變換處設有長寬各150公分以上的平台。
- 斜坡道的表面不會在下雨天時積水，也不會潮濕而滑滑的。
- 未鄰牆的斜坡道側裝設100公分以上的護欄，避免不小心掉落。
- 扶手上緣距離斜坡道地面75公分高。
- 使用的扶手耐用且讓人感覺舒適。
- 斜坡道上未鄰牆壁的一端，至少設有5公分高的防護緣。
- 如果不想用斜坡道，還有樓梯可以使用。

大樓出入口 (B-1) p.42



是 否

- 大樓出入口淨寬度至少有90公分寬。
- 大樓出入口沒有門檻高低差，或門檻低於3公分且作1/2斜角處理。
- 出入口大門的門把容易開啟與抓握。
- 大樓門扇前後皆留有150公分 x150公分可供輪椅迴轉的空間。
- 出入口大門邊設有明顯的門鈴、對講機，且高度不超過110公分。
- 在開門之前可以利用通訊設備，從住家內部看見訪客。
- 出入口大門區域前方有良好的照明。

樓梯 (B-2、I-3) p.45 p.56



是 否

- 樓梯的梯階深度不小於26公分，梯高不大於16公分。
- 樓梯淨寬度至少有90公分寬。
- 每10階樓梯有一個可停靠的休息平台。
- 樓梯的兩側裝設欄杆扶手。
- 樓梯間的照明良好。
- 上下樓梯的起始處，均設有樓梯間的電燈開關。
- 樓梯梯面有平整且具對比色的止滑條。

電梯或無障礙昇降平台 (B-4) p.48

是 否

- 電梯廂內深度至少有125公分。
- 電梯門寬度至少有80公分。
- 電梯內兩旁皆設有扶手，且後視鏡下緣高度距機廂地面85公分。
- 電梯操作盤高度為75-120公分間，方便小孩及輪椅乘坐者使用。
- 電梯外呼叫鈕高度不超過110公分。
- 高低差處如無法設置坡道則設有無障礙昇降平台。



室內走道 (I-2) p.55

是 否

- 家中所有走道皆可讓輪椅使用者順利通行。
- 家中的走道地板沒有堆放東西。
- 家中的走道地板皆平坦且防滑。
- 家中使用的地毯均確實固定於地面上。



扶手 (B-5) p.51



是 否

- 樓梯與台階旁皆有扶手，且扶手距離地面介於75-85公分高。
- 扶手端部以簡單且圓滑的方式收尾。
- 扶手距離牆面在3-5公分之間。
- 樓梯扶手端部水平延伸至少30公分。
- 扶手直徑在2.8 - 4公分之間。
- 樓梯間的每一側都裝設扶手。
- 樓梯間採用連續扶手。
- 扶手堅牢的固定於牆面上，並經常確認是否鬆脫。
- 扶手以軟性材質包覆，避免家中兒童撞頭。
- 扶手為耐用材質且使用感覺舒適。

撥桿式門把 (I-1-2) p.53

是 否

- 家中所有的門皆使用撥桿式門把。
- 門的把手至少有12公分長。
- 門把高度距離地面不超過110公分。



住家大門 (I-1) p.53

是 否

- 住家大門出入口至少有80公分通過淨寬。
- 住家大門使用撥桿式開關。
- 住家大門前後皆留有150公分x150公分可供輪椅迴轉的空間。
- 住家大門邊有置物櫃。
- 在開門之前我可以看見訪客。
- 大門前方區域有良好的照明。



發現什麼問題了嗎？
趕快把它記下來吧！



廚房檢核表

一般項目 (I-4-1) p.57

是 否

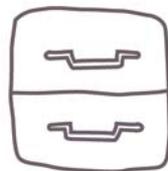
- 廚房通道的淨寬度不小於110公分。
- 廚房的地板採用防滑材質。
- 廚房內有容易拿取的滅火器。



櫥櫃及抽屜 (I-4-2) p.57

是 否

- 櫥櫃能夠調整高度，就算坐著也能容易拿到櫥櫃內的東西。
- 上層櫥櫃或牆壁上的架子，深度不超過30公分。
- 所有較重的鍋碗瓢盆都收在流理台下方櫥櫃。
- 可以拿到所有掛在牆上的鍋碗瓢盆。
- 下層櫥櫃中的抽屜，很容易移動並取出。
- 櫥櫃的把手皆容易辨識且易開啟。



爐具及瓦斯 (I-4-4) p.57

是 否

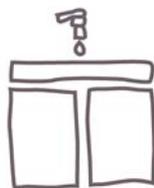
- 料理爐台距離地面的高度適中且容易使用。
- 料理爐台下有足夠的空間可供坐著使用時的腿部活動。
- 烤箱或微波爐的高度適中且容易使用。
- 瓦斯桶放在陽台或室外通風的地方。



廚房洗滌槽及流理台 (I-4-3) p.57

是 否

- 廚房洗滌槽或流理台距離地面在75-80公分間。
- 廚房洗滌槽有一個可調整冷熱水的水龍頭。
- 流理台的水龍頭為撥桿式開關。
- 洗滌槽或流理台下有足夠空間，坐著使用時腿部可以活動。
- 流理台面上有充足的照明。
- 流理台的邊緣都是圓滑無銳角的。
- 流理台表面平滑且為耐熱材質，可以讓鍋子或水壺在上面滑動。



浴廁檢核表

浴室安全 (I-5) p.59

是 否

- 浴室門至少有80公分的通過淨寬。
- 浴室門容易打開，且可以從外面打開門鎖。
- 進出浴室沒有門檻或門檻高差小於3公分。
- 浴室內有足夠的空間讓輪椅方便進出。
- 浴室地板採用防滑材質。
- 浴室內有通訊設備(如電話或緊急求救系統)。



馬桶 (I-5-3) p.60

是 否

- 馬桶距離地面40-45公分高。
- 馬桶周圍有可以抓握的扶手。
- 馬桶前面有足夠的移動空間。
- 馬桶兩旁至少一側有足夠的移動空間。
- 坐在馬桶上可以容易拿到衛生紙。



浴缸 (I-5-2) p.59

是 否

- 在浴缸上有個可以坐的平台。
- 浴缸表面材質是防滑的。
- 可以從浴缸外面開關水龍頭。
- 坐在浴缸時，可以拿到毛巾及洗髮精。
- 在浴缸周圍有可以抓握的扶手。
- 浴缸上有容易操作的撥桿式水龍頭，且冷熱給水標示清楚。



扶手(I-5-7 ~ I-5-10) p.61

是 否

- 在馬桶、浴缸及淋浴設備旁皆有扶手。
- 扶手確實的固定在牆面上。
- 扶手直徑在2.8-4公分之間。
- 扶器材質舒適防滑且耐用。
- 扶手和牆壁間有3-5公分左右的距離。



淋浴設備 (I-5-2) p.59



是 否

- 淋浴空間容易進入。
- 淋浴間有摺疊椅或可移動的淋浴椅。
- 淋浴設備都是防滑材質。
- 淋浴空間內設有需要的扶手。
- 淋浴間蓮蓬頭的高度可任意調整。
- 淋浴間內置物架的位置伸手可及。
- 有容易操作的撥桿式水龍頭，且有清楚的冷熱給水標誌。

洗臉盆(I-5-4) p.60



是 否

- 洗臉盆距離地面不超過85公分高。
- 在洗臉盆下方留有可以坐著使用並供腿部活動的空間。
- 可以使用水龍頭來控制冷熱水。
- 水龍頭為撥桿式，按壓式或感應式開關。
- 有足夠可以擺放浴室用品的櫃子或平台空間。
- 浴室或櫃子平台邊緣都是圓滑的。
- 坐著的時候可以容易拿到櫃子裡的東西。



居家安全、照明設備及儲物空間檢核表

照明設備 (B-S-3) p.71

是 否

- 拉開窗簾及移開其他遮光物後，可充分使用自然光。
- 家中採用發光效率良好且照度適中的節能省電燈泡。
- 特別需要光線的地方使用立燈來獲得直接光源。
- 在夜間會移動的通道或區域內裝設夜燈。
- 家中的每處電燈開關皆為按壓式開關。
- 家中的燈具都很容易清潔並且方便更換。
- 所有戶外的通道、梯間及陽台都有良好的照明。



火災警報器 (B-S-1~B-S-2) p.70 p.71

是 否

- 住棟內每一樓層及家中廚房內都裝有火災警報器。
- 經常檢查火災警報器是否故障，且每年至少清潔一次。
- 當火災警報器響起時，家中每個成員都知道該怎麼做。
- 住棟中每一個樓層及家中都有放置滅火器。



電源插座 (I-S-3) p.73

是 否

- 插座距離水源至少90公分。
- 經常檢查電源插座及外露的固定電線。
- 電線、電話線或網路線都沿著牆面固定良好。
- 儘量不使用延長線。
- 拔除不常使用的電器插頭，節省能源。
- 在小孩活動的地方，使用電源插座遮蓋器。



衣櫃及儲藏空間 (I-7-2 · I-8) p.64、p.67

是 否

- 吊衣桿可以昇降，即便坐著也能容易拿到衣櫃內的東西。
- 衣櫃內裝有照明設備。
- 家中有一處完整且獨立的儲藏空間。
- 儲藏空間內有層板可以放置各種雜物。
- 儲藏空間通道至少50公分寬，可容納一個人進入移動。



洗衣及曬衣空間 (I-9-3) p.68



是 否

- 洗衣或曬衣的陽台有足夠的寬度。
- 曬衣空間在室外通風的地方。
- 洗衣或曬衣空間在家中的一樓或主要生活起居樓層。
- 洗衣所需的東西很容易拿到。
- 曬衣架的高度可調整，操作方便又省力。
- 烘衣機擺在小孩不容易碰到的高度上。



想起了什麼嗎？
拿起筆快點記下吧！

住宅設計特別需要檢核表

有限的視力

是 否

- 火爐控制器標示的數字，非常清楚容易閱讀。
- 廚房流理台下方有足夠的照明。
- 流理台的桌緣顏色和桌面不同。
- 所有的衣櫃與櫥櫃皆有充足的照明。
- 室內外的走道、樓梯間及出入口大門都有良好的照明。
- 在樓梯的每一階前端，都使用不同顏色以突顯邊界。
- 在樓梯開始往上或往下時，平台會使用和周圍環境不同的顏色來區隔。



聽力損傷

是 否

- 火災警報器有視覺閃光的警示功能。
- 電話及電鈴的音量可以調高。



走路及爬樓梯困難



是 否

- 所有進出口都沒有門檻或門檻低於3公分。
- 家具、流理台的邊緣是圓滑的，避免跌倒時撞傷。
- 廚房有一個可以坐著使用的流理台。
- 在爐具或流理台下方有足夠的空間可以坐著烹煮食物。
- 在浴缸或淋浴間內有一個防滑的洗澡椅。
- 浴缸上放有一個平板凳子，可方便進出移位。
- 有一個容易進入的淋浴間。
- 在浴缸及馬桶旁都設有扶手。
- 樓梯兩側都裝設扶手。
- 樓梯上與下的扶手端部都有延伸。
- 到達臥室或浴室不用爬樓梯。
- 所有的樓梯、走道、浴室鋪面均採用防滑材質。
- 門足夠寬並且容易通過。
- 家中地毯確實固定於地面上。
- 在必經的通道上，沒有凌亂的東西堆放，也沒有電線。
- 通往住家大門有斜坡道，坡道兩側皆加裝扶手。

使用輪椅長期無法站立

是 否

- 坐在輪椅上時，可以使用桌子。
- 做菜用的流理台下方有膝蓋可活動的空間。
- 家中所有的設備控制器都在伸手容易觸及的地方。
- 廚具距離地面高度適中，容易使用。
- 廚房中有下拉式置物架，可容易取得櫃子內的東西。
- 有一個輪椅可方便進出的淋浴空間。
- 有手持的淋浴設備。
- 可以容易從輪椅上移動進入浴缸。
- 有足夠的空間從輪椅移位到馬桶上。
- 衣櫃中的吊衣桿可以拉下到方便使用的高度。
- 插座距離地面40-70公分高，容易接觸。
- 室內的走道足夠寬，可以讓輪椅輕鬆移動，並且平坦防滑。
- 住家大門前後有足夠的空間可以供輪椅迴轉。
- 所有進出口大門都沒有門檻或高低差，或門檻低於3公分且做斜角處理。
- 在必經的通道上沒有凌亂的電線。



手部及手臂力量不夠

是 否

- 所有的門都使用撥桿式把手。
- 櫥櫃及抽屜的把手皆容易開啟。
- 特殊的硬體設計讓抽屜的開關滑動更省力且容易。
- 水槽採用撥桿式水龍頭。
- 廚房流理台表面光滑可讓較重的鍋子在上面移動容易。
- 家中的所有設備、電燈開關都採用按壓式開關控制。
- 車庫門或住棟大門為自動門。



平衡及協調問題

是 否

- 家具或桌子的邊緣是圓滑的，避免跌倒時撞傷。
- 在淋浴間內有一張防滑的洗澡椅。
- 浴缸上放有一個平板凳子，方便移位。
- 有一個容易進出的淋浴間。
- 浴缸及馬桶旁都裝有扶手。
- 浴室內有緊急通訊設備(如電話)。
- 樓梯的兩側裝設扶手，且扶手端部有做水平延伸。
- 到自己的臥室或浴室時不需要爬樓梯。



肢體延伸範圍受限

是 否

- 櫥櫃有可下拉式的架子。
- 可以容易拿出放在櫥櫃較裡層的東西。
- 廚房櫥櫃的高度適中，就算坐著也能方便拿到櫥櫃內的東西。
- 料理爐具前方有容易開關的控制器。
- 水龍頭在水槽附近且容易操作。
- 料理爐具距離地面高度適中，容易使用。
- 衣櫥中的吊衣桿可以下拉到方便使用的高度。
- 插座距離地面40-70公分之間。
- 使用前開式的洗衣機及烘乾機。



家有兒童

是 否

- 家中的瓦斯爐具有特殊的安全鎖，讓兒童不易開啟。
- 若牆面設有扶手，扶手以軟性材質包覆。
- 家中所有家具的邊角是圓滑的，或以軟性材質包覆。
- 兒童的遊玩設備不靠近無防護柵欄的窗邊。
- 兒童遊戲空間的地板柔軟可減輕摔落時的衝擊。
- 妥善收納窗簾繩。
- 兒童活動的地方使用電源插座遮蓋器。





居住空間通用設計指南



透過檢核表逐項仔細檢查過自己的家後，是否發現有些地方需要進行整修與改善，但卻不知該如何著手？別擔心，以下這份居住空間通用設計指南，就是我們進行居家改造時最佳的參考書。這份指南著重的部分為：

集合住宅共用空間部分

- 強化水平共用空間〈室外通路、大樓出入口、騎樓與人行道、共用走廊、停車空間〉的可及性與安全性。
- 提高垂直共用空間〈坡道、樓梯、昇降設備〉的可及性與安全性。
- 增加公用設施設備使用的便利性與舒適性。

住宅自用空間部分

- 消除室內高差、防止跌倒、提高可及性。
- 強化浴廁使用的安全性。
- 增加室內設施設備的便利性與舒適性。

指南架構

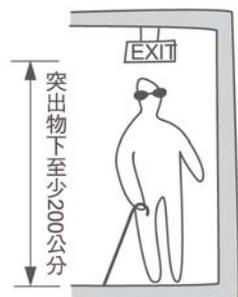
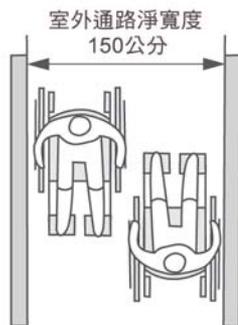
基地內環境 Site	S-1 室外通路	S-2 坡道	
	S-3 停車空間	S-4 騎樓與人行道	
建築內環境 (棟) Building	B-1 大樓出入口	B-2 共用樓梯	B-3 共用走廊
	B-4 昇降設備	B-5 扶手設置	
室內環境 Interior	I-1 住家出入口	I-2 室內走道	I-3 樓梯(間)
	I-4 廚房	I-5 衛浴空間	I-6 客廳/飯廳 / 起居間
	I-7 臥室	I-8 儲物間	I-9 陽台 / 露台
居家安全與 健康 Safe & Health	S-S 基地安全	B-S 住棟安全	I-S 居家安全
	S-H 基地健康	B-H 住棟健康	I-H 居家健康

設計指南

S-1 室外通路

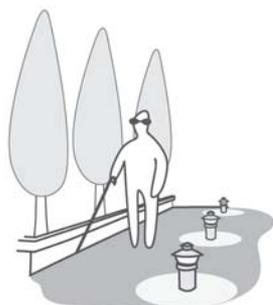
S-1-1 室外通路設計與尺寸

- 為方便輪椅使用者，室外通路淨寬度不應小於 90公分，最理想寬度為150公分。如果寬度小於 150公分，最好每10公尺處提供面積至少150公分 x150公分空間，供輪椅迴轉。
- 建議室外通路應盡量平坦且無高低差，如有坡度則不超過1:12。
- 室外通路上應沒有阻礙物或突出物，且通路鋪面應平整、防滑，並有良好的排水。
- 排水溝與通路交界處應設置水溝隔柵，隔柵的溝槽不應與主要行進方向平行，且開口應小於1.3公分，避免拐杖或輪椅的輪子陷入。
- 室外通路之樹下、燈下或指示牌下，應留設至少 200公分的淨空高度。



S-1-2 室外通路引導設施及照明

- 為方便視障者使用，建議室外通路邊緣、鋪面應以不同的顏色、光度、材質及引導設施加以引導。
- 建議室外通路照明至少要有50-75流明〈註1〉，最理想的照度為75-120流明。



室外通路應有平整的邊緣線

註1：流明(lumen)是計算光通量的單位，一般常見燈泡發光效率(流明/瓦)如下：日光燈 50~95；LED 30~250；省電燈泡 40~65以上。

S-2 坡道

S-2-1 坡道設計、坡度與尺寸

- 坡道應設置於住宅出入口方便使用的地點，不應特別區隔坡道使用者與階梯使用者。
- 如地面高低差大於20公分，且無電梯或昇降平台的服務時，應設置坡道。
- 坡道的淨寬度最少要有90公分寬，最理想為150公分寬，方便輪椅使用者或嬰兒車進出。
- 坡道的坡度不應大於 1:12，但以下情況可以放寬：



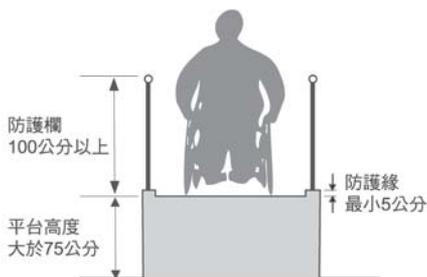
於住宅出入口處設置坡道

高低差	小於20公分	小於5公分	小於3公分
坡度	1:10	1:5	1:2



S-2-2 扶手、防護欄及防護緣

- 坡道高差大於20公分時，兩側應設置扶手或護欄（扶手設計詳見 B-5）。坡道高於地面75公分以上者，未鄰牆面的一側，應設置高度100公分以上的防護欄。
- 任何坡道或平台，未鄰牆壁開放的一端或兩側，應設置高於5公分之防護緣。

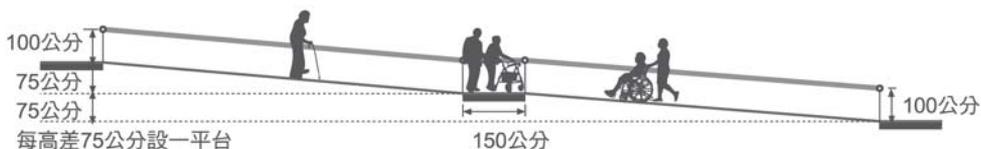


S-2-3 坡道平台

- 坡道前後端、中間(每高差75公分處)與轉彎處應設置平台，且平台面積不小於150公分x150公分。

S-2-4 坡道材質與視覺強化

- 坡道地面應為防滑材質。
- 為方便視覺障礙者使用，坡道地面或牆面應選用對比色，且應有足夠的照明，建議地面照度最少有 120流明，最理想照度為 300流明。



S-3 停車空間

S-3-1 上下車等候處

- 建議集合住宅主要出入口處附近，設置可臨時上下車之停車空間。

S-3-2 無障礙停車位

- 建議無障礙停車位設置於建築物主要出入口或昇降設備出入口旁，以增加可及性。
- 無障礙停車位寬度應不小於350公分(含下車區)，長度不小於 600公分。兩個車位之間並應保留 150公分的共用下車區，且停車位格線之顏色為藍色，下車區為白色斜線，以利識別。
- 建議車道入口處及轉彎處，設置明顯的指引標誌，引導無障礙停車位方向與位置。
- 無障礙停車位數量比例，建議如下：

停車場車位總數	應設置無障礙停車車	停車場車位總數	應設置無障礙停車車
1-50	1	251-350	4
51-150	2	351-450	5
151-250	3	450以上	6

註：為老人與身心障礙者設置之住宅，建議無障礙停車位數目應多於以上配額。



S-4 騎樓與人行道

S-4-1 騎樓及人行道設計

- 基地內騎樓與人行道應維持平坦無高差，且鋪面應為防滑材質。
- 在人行道末端銜接馬路時，應設置坡度至少 1:8 的下斜路緣石。

S-4-2 下斜路緣石與坡道

- 建議下斜路緣石長度至少 120 公分，寬度至少 130 公分，且表面為防滑材質。
- 騎樓或人行道銜接大樓出入口處，應盡量平坦無高低差。如有高低差時，應設置斜坡道，坡道寬度至少 90 公分。

人行道末端應設置1:12的下斜路緣石



人行道平坦無高差



防滑的下斜路緣石

B-1 大樓出入口

B-1-1 出入口門尺寸及門檻

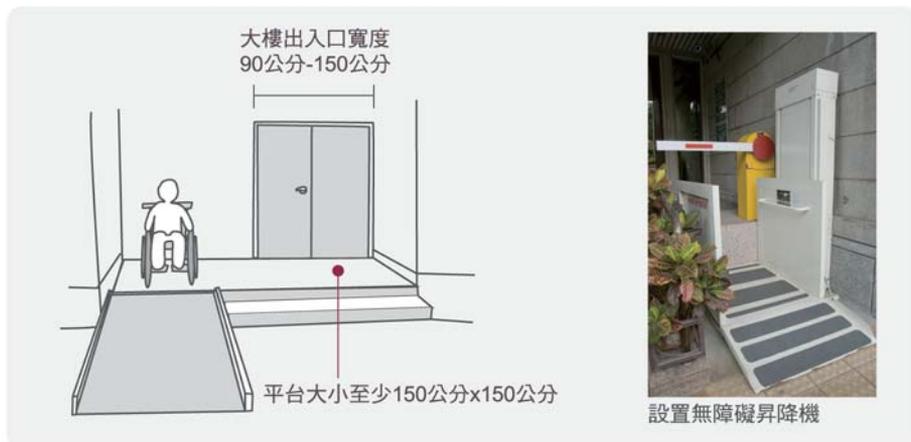
- 大樓出入口門淨寬應大於 90公分，理想寬度為150公分，以方便兩部輪椅同時通行。
- 大樓出入口處最好沒有門檻，若有門檻，高度應低於 3公分，且應以 1/2斜角處理。
- 為協助輪椅使用者通行，建議大樓出入口最好設置自動門。

B-1-2 出入口前後平台

- 出入口前後皆應留設150公分x150公分平台空間，供輪椅迴轉。
- 建議在出入口外側的平台上方加設雨棚。

B-1-3 出入口設置無障礙昇降機

- 出入口如有高低差且無法設置坡道時，建議設置輪椅升降台或其他輪椅可使用之爬梯機。



B-1-4 出入口照明、通訊及警示設備

- 出入口應有足夠照明，讓視障者容易找到。
- 為方便聽覺障礙者，建議提供有燈光之視覺門鈴或震動式門鈴。
- 為方便輪椅使用者，建議出入口處設置門鈴、對講機，且高度離地面90-110公分，並採用對比色。
- 避難層出入口應設置避難指示燈、聽覺警示設備及火災警報器。

B-1-5 出入口淨空高度

- 出入口通道上應維持至少200公分之垂直淨空高度，低於190公分處，須設置欄杆或危險警告，提醒行人或視障者，避免撞頭。

B-1-6 出入口門扇操作

- 出入口門扇不應裝設旋轉門，若使用自動門則應設有感應裝置，當門扇阻礙時，即可自動停止或重新開啟，增加安全性。
- 門扇若整片為透明玻璃時，應於地面120-150公分處，設置告示牌。
- 門扇不可過重，應讓手臂無力或體弱者容易開關，且應採用適合門開關的門弓器或五金器具，減少碰撞與噪音。

B-1-7 出入口門把、踢板

- 門把高度應距地高95-105公分間，且應選擇容易操作之開關。
- 輪椅使用者有時會用輪椅擱腳板開門，建議門扇下方可設置20公分高的踢板，長度與門寬相同。

B-1-8 接待處、郵箱及儲物間

- 為方便輪椅使用者，大樓接待處櫃台至少有一段長 100公分以上台面，距地高度介於70-80公分間，並預留膝蓋空間深度至少 45公分與膝蓋高度65公分。
- 為方便輪椅使用者，建議郵箱頂端不高於 120公分，底部距地不低於40公分。且郵箱上可設點字，方便視障者辨識。
- 考量集合住宅清掃及其他使用的安全性與方便性，在可允許的情況下，應設置公共儲物間。



良好的出入口門扇設計



門弓器



© 攝自內政部多功能輔具資源整合推廣中心
撥桿式把手

B-2 共用樓梯

B-2-1 樓梯設計與尺寸

- 共用樓梯的淨寬度至少應有90公分。
- 盡量不要設計旋轉式及梯級間無垂直板之露空式樓梯。
- 建議室內樓梯級深不小於26公分，級高不應大於16公分。戶外樓梯梯級深不應小於28公分，級高不大於15公分。

B-2-2 梯級與樓梯平台

- 樓梯各階的級高與級深應統一。
- 建議每10個梯級就應設置一個休息平台。
- 樓梯平台及梯級表面應採防滑材料，且戶外樓梯應注意排水。

B-2-3 樓梯警示設施與視覺強化

- 為方便視障者使用，所有樓梯平台均應設置顏色與質地不同的地面警示設施或引導地磚，該警示設施應距離每段梯級端點處30公分。
- 為方便視障者使用，建議樓梯面及牆面之色調採對比色，並鋪設寬度至少4公分且具對比色的止滑條。
- 樓梯間應有充足的照明與採光，所有樓梯面之照度至少應達到 120流明以上，且應設置緊急照明燈。

B-2-4 扶手、欄杆與防護緣

- 建議樓梯兩側裝設連續不中斷的扶手(扶手設計詳見B-5)。
- 梯級未鄰接牆壁部分，應設置高出梯級5公分之防護緣。



◎ 昇陽建設提供
採用具對比色的梯面止滑條



◎ 昇陽建設提供
使用連續不中斷的樓梯扶手



使用不同材質及色彩的警示設施

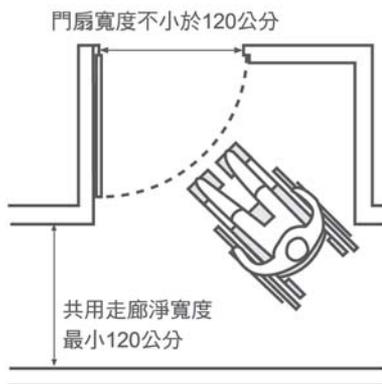


高出梯級5公分的防護緣

B-3 共用走廊

B-3-1 共用走廊設計

- 建議共用走廊淨寬度最少要 120公分以上，淨高度最少要 190公分。
- 如共用走廊長度大於35公尺，建議淨寬度至少要 150公分，且每10公尺處及末端應設置150公分x150公分之迴轉空間。
- 如果門扇推向走廊，建議採用內凹門廊，且寬度不應小於 120公分。



B-3-2 共用走廊地面

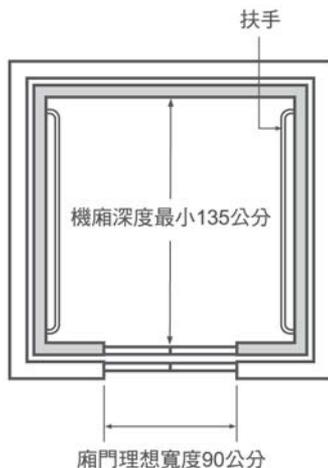
- 共用走廊地面應採防滑地面。
- 地面應盡量無高低差，若有在3公分以下的高低差，應以1/2斜角處理。
- 共用走廊地面起 60~200公分之範圍不得有 10公分以上的懸空突出物，如為必要設置之突出物，應設置警示或其他防撞設施。



B-4 昇降設備

B-4-1 昇降機尺寸

- 建議昇降機廂內深度應不小於135公分。
- 建議昇降機門淨寬度不應小於80公分。
。理想寬度為90公分。



B-4-2 昇降機設置要求

- 建議所有的集合住宅設置符合通用設計之昇降機或無障礙昇降平台，強化垂直空間的可及性。

B-4-3 昇降機出入口大廳及地面

- 為協助老年人或體弱者，昇降機出入口大廳應設置座椅。
- 昇降機出入口處之樓地板面，應與機廂地板面保持平整，其與機廂地板面之水平間隙不得大於3.2公分。



B-4-4 昇降機地面及引導標誌

- 昇降機地面應防滑。
- 為方便視障者使用，建築物主要入口及沿路轉彎處應設置昇降機方向指引。
- 昇降機設有點字呼叫鈕前方30公分處之地板，應作30公分×60公分之不同材質處理。



昇降機呼叫鈕前方30公分以不同材質處理

B-4-5 昇降機門、呼叫按鈕、語音系統

- 昇降機門應採用橫向水平開啟型式。
- 建議採用具對比色的昇降機門。
- 昇降機門應具備可自動停止開關的設計，以免夾傷人。
- 昇降機門開關速度應低於每秒0.5公尺。如果有人按鈕要搭昇降機時，昇降機門建議保持開啟至少5秒。
- 建議使用語音或廣播系統，報知樓層數、行進方向及開關情形。
- 為方便視障者使用，昇降機大廳內之呼叫鈕高度應距樓地板面 110公分，且應設置點字。



採用具對比色的昇降機門

B-4-6 昇降機內扶手、後視鏡、操作盤與座椅

- 昇降機廂內兩側及後方應設置扶手〈扶手設計詳見B-5〉。
- 為方便輪椅使用者，建議在昇降機廂內設置後視鏡，後視鏡之下緣距機廂地面約85公分，寬度不應小於出入口淨寬，鏡面高度應大於90公分。
- 昇降機內操作盤應設置在85-120公分之間。
- 操作盤之按鈕最小尺寸至少應有2公分寬，按鈕間距不小於1公分，數字之標示應與底板顏色明顯不同，盡量不使用觸摸式按鈕。
- 為方便老年人或體弱者，昇降機內宜設置讓人歇息的座椅。



昇降機內設置扶手及後視鏡

B-4-7 輪椅昇降台 (無障礙昇降機)

- 建議輪椅昇降台或無障礙昇降機，淨寬不小於120公分x80公分。
- 輪椅昇降台或無障礙昇降機應設有扶手〈扶手設計詳見B-5〉。
- 為方便視障人士使用，輪椅昇降台或無障礙昇降機上之按鈕應設有點字系統。



© 攝自內政部多功能輔具資源整合推廣中心
無障礙昇降機

B-5 扶手設置

B-5-1 扶手高度

- 建議所有扶手高度離坡道、梯級面、平台或地面，應介於75-85公分之間。
- 設單道扶手者，地面至扶手上緣高度為75公分；設雙道扶手者，高度分別為85公分、65公分。

B-5-2 扶手延伸部分

- 扶手端部應有延伸部分，延伸部分末段距離每段樓梯最後與最前一個梯級邊緣至少30公分。
- 扶手末端應作彎入牆面或直接落地等防勾撞處理。
- 扶手接頭處應平整，不可有銳利之突出物。
- 建議扶手延伸部分視需要設置可供視障者辨識之資訊或點字，增加提醒。

B-5-3 扶手形狀

- 扶手設計應能讓肢體障礙者舒適的使用。建議設置圓形或管狀扶手，直徑應介於2.8-4公分之間。
- 建議扶手與牆壁之淨距離介於3-5公分之間。

B-5-4 扶手堅固度

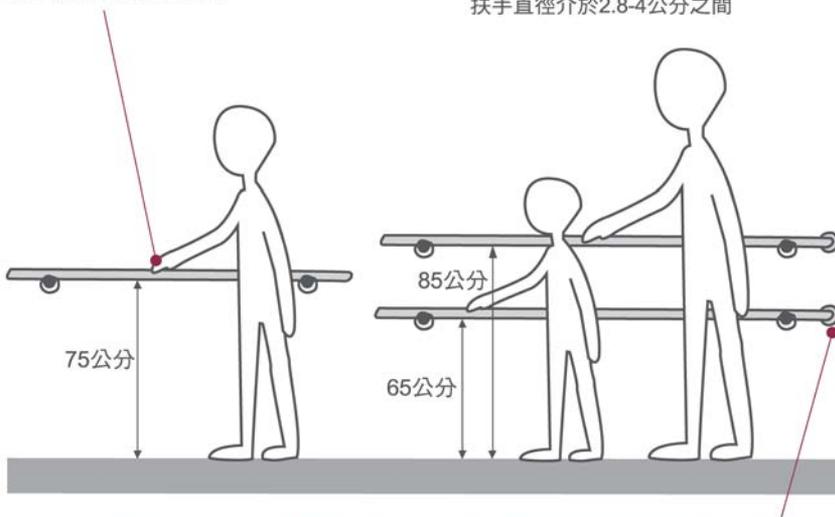
- 扶手設置應穩固不搖晃。



扶手與牆面距離3-5公分



© 攝自內政部多功能輔具資源整合推廣中心
扶手直徑介於2.8-4公分之間



走廊連續扶手



扶手端部固定於牆面上

I-1 住家出入口

I-1-1 住家出入口設計與尺寸

- 建議出入口大門淨寬至少80公分以上。
- 出入口處應無門檻或高低差，如有 3公分以下的門檻應以 1/2斜角處理。
- 為方便輪椅使用者通行，出入口前後應留設150公分 × 150公分迴轉空間。
- 出入口前如設置腳踏墊，應與地板緊密接合並固定，以免絆倒。

I-1-2 門鎖及門把

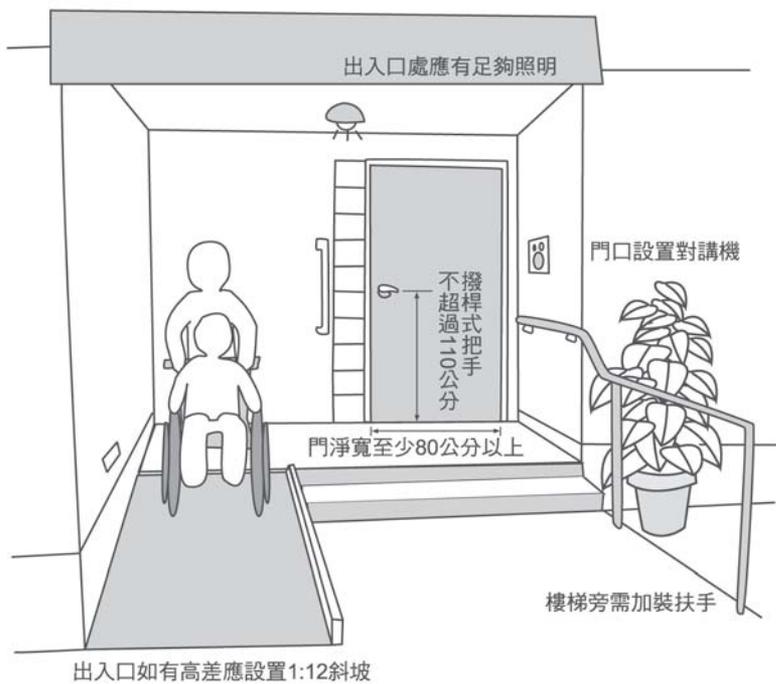
- 出入口大門門把使用撥桿式把手，且距地高度不超過110公分。

I-1-3 照明、門鈴與對講機

- 住宅出入口門鎖處應有足夠的照明。
- 建議安裝門鈴與對講機組合，在開門前可以清楚看見訪客。門鈴及對講機安裝高度，應離地面90-110公分，並採用對比色，方便辨識。

I-1-4 玄關空間

- 建議玄關空間留設鞋櫃與置物櫃的空間，玄關大小至少180公分x150公分，方便輪椅使用者進出。
- 玄關空間的地板鋪面應防滑。



©昇陽建設提供
玄關空間設置可穿拖鞋的壁掛板椅



©攝自內政部多功能輔具資源整合推廣中心
90公分寬的出入口

I-2 室內走道

I-2-1 室內走道尺寸

- 為方便輪椅使用者，室內走道淨寬度至少需90公分，且不要有高低差，如有高低差時，應設置坡度1:12以下的坡道。
- 室內走道改變方向或轉進臥室時，建議加寬通道為110公分。

I-2-2 走道扶手

- 為方便老年人或體弱者使用，建議室內走道設置連續性扶手〈扶手之安裝與設計詳見B-5〉。



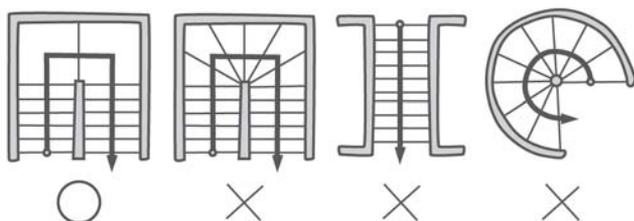
I-3 樓梯(間) 相關設計請見 B-2 (p.45)

I-3-1 樓梯及扶手

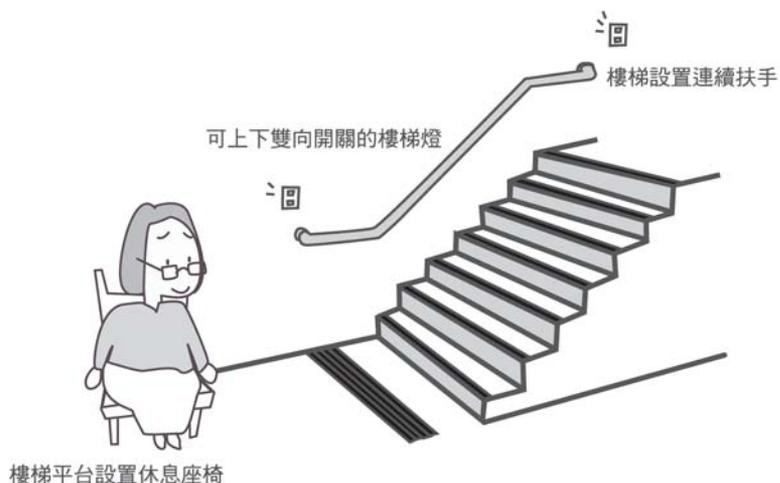
- 建議家中的樓梯兩側均裝設扶手，扶手高度及端部延伸，詳見B-5。
- 樓梯間應有良好的採光或照明，上下樓梯處均設有電燈的開關。

I-3-2 樓梯間平台

- 建議家中樓梯每10個梯級就有一處休息平台。樓梯平台處，在允許情況下，應設置休息座椅，提供老年人或體弱者使用。



不要設計旋轉式及梯級間無垂直板之露空式的樓梯



1-4 廚房

1-4-1 廚房尺寸

- 建議廚房內通路淨寬度不小於120公分，如通道兩旁設有櫃台，通道淨寬不小於150公分。
- 建議廚房流理台面離地高度應介於75-80公分之間，下方櫥櫃深度應介於50-60公分之間。
- 櫥櫃離地面高度應適中，讓坐著也能方便使用，且深度不超過 30公分。

1-4-2 廚房方便性

- 為方便視覺退化者使用，爐具、櫥櫃及牆壁應採用對比色。
- 準備食物的流理台面上應有足夠的照明。
- 所有的櫥櫃應設置易開啟的把手。

1-4-3 預留膝蓋空間

- 為方便輪椅使用者，建議廚房流理台、洗滌槽及料理爐台下方應留設最少65公分高的膝蓋空間，供坐著使用時的腿部活動。

1-4-4 爐具與瓦斯

- 料理爐台距離地面高度約75-80公分高。
- 烤箱或微波爐應放在高度適中、容易使用的位置上。
- 若使用瓦斯桶，應放在陽台或室外通風的地方，遠離爐具。



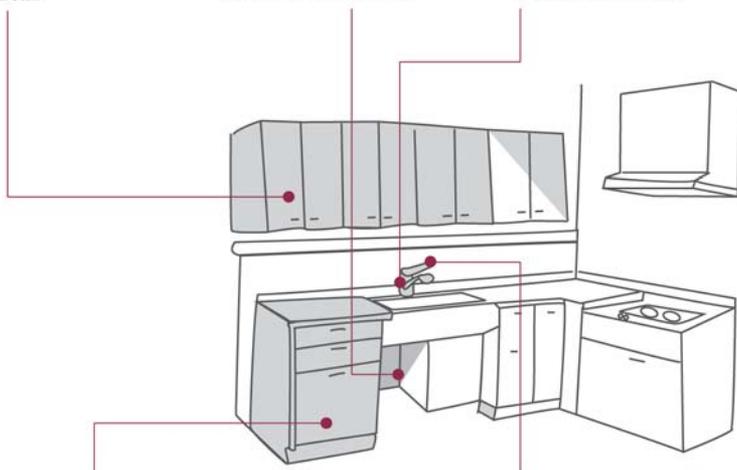
◎ 昇陽建設提供
下拉式櫥櫃



◎ 昇陽建設提供
具可坐空間的流理台



◎ 昇陽建設提供
可伸縮的給水設備



◎ 攝自內政部多功能輔具資源整合推廣中心
可外拉的儲物櫃



◎ 攝自內政部多功能輔具資源整合推廣中心
撥桿式水龍頭

I-5 衛浴空間

I-5-1 衛浴空間的門與門檻

- 建議衛浴空間的門扇不要向外開，應盡量採用橫拉門。
- 衛浴空間的門淨寬至少80公分；如設置摺疊門，則推開後扣除折疊門扇寬之距離應大於80公分。
- 為方便輪椅使用者，進出衛浴空間應無門檻或門檻低於3公分且以1/2斜面處理。

I-5-2 浴缸及淋浴空間

- 浴缸及淋浴設備前方的淨空間至少80公分x150公分，方便輪椅使用者移動。
- 建議浴缸離地面高度不超過45公分，理想高度不超過30公分。
- 考慮老人及兒童使用安全，浴缸內面應防滑。同時，使用可移動的平台或板子。
- 為方便老年人及體弱者，建議淋浴間設置淋浴椅，淋浴椅高度距離地面40-48公分之間。淋浴椅表面應防滑。
- 建議淋浴間的蓮蓬頭高度可任意調整，且可取下來使用。



◎昇陽建設提供
推拉門



◎昇陽建設提供
良好的衛浴空間

I-5-3 馬桶空間

- 為方便輪椅使用者，馬桶周邊至少有150公分x150公分的迴轉空間，馬桶的一側至少有75公分以上的淨空間，方便輪椅使用者側面移位。
- 建議馬桶座位高度介於40-45公分之間。沖水控制最好為自動式或撥桿式沖水閥，並可調整沖水量。
- 建議衛生紙設在馬桶使用者伸手可及的位置上。

I-5-4 洗臉盆

- 為方便輪椅使用者，洗臉盆台面高度距離地面應不超過85公分。且臉盆下方應留設膝蓋空間65公分。

I-5-5 浴廁地面

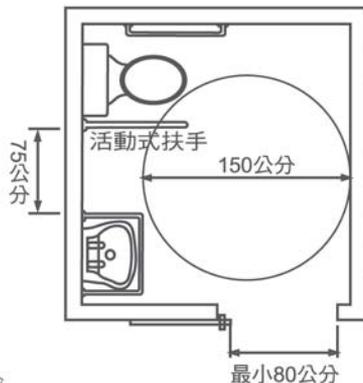
- 浴廁內地面無高低差，且鋪面材質為堅硬、平整、防滑之材質。



© 昇陽建設提供
具扶手的馬桶



© 攝自內政部多功能輔具資源整合推廣中心
具腳部活動空間的洗臉盆



I-5-6 浴廁用電、給水、照明、鏡子大小

- 建議浴廁內之開關、插座、按鈕應離地高85公分以上。
- 為方便肢體障礙使用者操作，建議浴廁之水龍頭應設置省力、易操作之撥桿式、按壓式或感應式水龍頭。
- 建議水龍頭應清楚顯示冷、熱水，並以對比色區分。
- 衛浴空間應有足夠的照明及明暗對比區域。
- 鏡子大小建議60公分x110公分，使不論坐著或站著皆可照到鏡子。

I-5-7 馬桶扶手

- 為方便體弱者及老年人，建議至少在馬桶的兩邊各設置一個扶手或一邊設置一個L型扶手。
- 建議馬桶旁至少設置一個長度不小於60公分的橫向或垂直扶手，其末端離牆面30公分，距地高度不大於75公分。

I-5-8 浴缸扶手

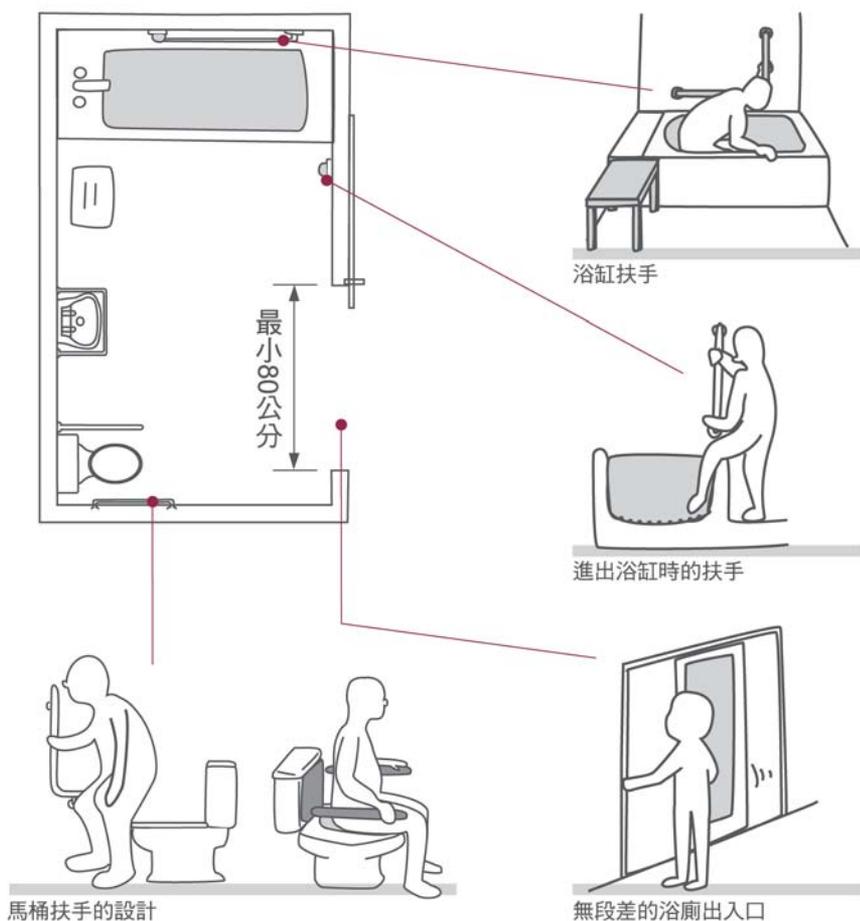
- 為方便體弱者及老年人，建議浴缸鄰牆壁面至少設置一個橫向扶手，長度不小於60公分。扶手高度離浴缸頂邊，約15-30公分之間。

I-5-9 淋浴間扶手

- 為方便體弱者及老年人，建議在浴椅靠邊的牆壁上，設置橫向的L型扶手，可延伸至另一側牆面。扶手距離地面高不大於75公分。

I-5-10 扶手設計與堅固度

- 不論馬桶、浴缸或淋浴間的扶手都必須確實的固定在牆面上。
- 扶手的直徑約2.8-4公分左右，且材質必須是防滑的，形狀也以圓形或筒形為佳。扶手距離牆壁應留設3-5公分左右的距離。



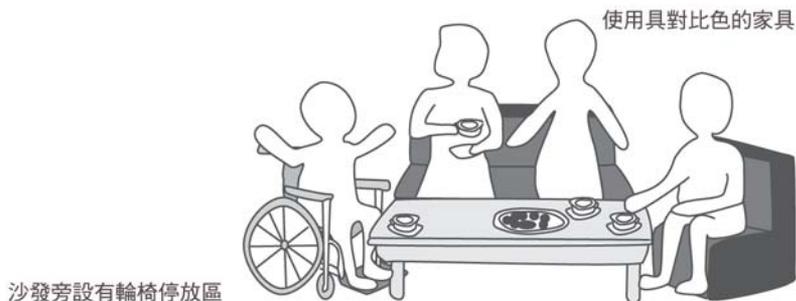
I-6 客廳 / 飯廳 / 起居間

I-6-1 家具

- 在資源許可的情形下，建議應設置結構穩固的家具，並且家具不應有尖角或突出的邊角。

I-6-2 家具擺設

- 為方便年長者、身障或視障人士使用及安全起見，建議家具的擺設應留設足夠的輪椅迴轉空間。
- 建議在客廳提供兒童遊玩空間，促進兒童、照顧者及長者之間的交流與活動。
- 在情況許可下，家具最好不要靠近窗戶。為方便輪椅使用者，窗戶前應留150公分x150公分的輪椅操作空間。
- 沙發旁或電視機對面最好設有輪椅停放處，面積至少為 80公分x120公分。
- 建議家具顏色使用對比色，以方便視力退化者使用。



1-7 臥室

1-7-1 基本要求

- 為確保有足夠空間讓輪椅通過，建議臥室門的淨寬度至少85公分，且沒有門檻高低差。

1-7-2 臥室家具

- 一般而言，床面距地高度約55公分，但應依個別需求加以調整，以舒適使用為原則。
- 建議採取可調降式吊衣桿。
- 臥室內之電源開關，應能在黑暗中找到。



© 攝自內政部多功能輔具資源整合推廣中心
可調降式吊衣桿



床面高度適中

I-7-3 適合兒童使用的臥室

- 資源許可狀況下，兒童臥室應配合年齡，設置具安全措施的遊戲空間。
- 遊玩設備如設在牆上，應檢查是否安裝完善且有足夠承載力，地板材質應防滑，並具有可減輕衝擊力的功能。
- 安裝在牆上的遊玩設備不應靠近窗戶，也不應有尖角或突出物。
- 建議家具應耐用穩固，高度和擺設位置應顧及兒童的可及範圍。
- 有兒童居住時，如果沒有設置窗戶防護柵欄，家具最好不要放置在窗戶旁。
- 建議在臥床的一邊，至少留有90公分的淨空間。
- 建議臥室內至少應設有150公分x 150公分的輪椅旋轉空間。如不能提供此空間，則至少留有寬達90公分的通道，可通達所有家具及房門口。



選擇適合兒童的寢具



依據兒童身高選購家具

I-7-4 適合老年人或輪椅使用者的臥室

- 長者和身障者，尤其是乘坐輪椅者，對於臥室的活動空間會有更高的要求。
- 建議在臥床的一邊，至少留有90公分的淨空間。
- 最好在臥室內提供一處150公分x150公分的淨空間作為輪椅旋轉空間。
- 建議在門開啟的方向，靠近門把手一側的牆面，應留有50公分寬的牆面淨空，作為輪椅使用者開啟門的操作空間。
- 建議臥室靠近衛浴空間，方便使用與到達。



I-8 儲物間

I-8-1 儲物間尺寸

- 建議每戶住宅都應設置至少一處儲物間，以方便放置居家必要家電及雜物，如吸塵器、除濕機、行李箱、家庭日用品等。
- 儲物間大小至少要120公分寬，並留有50公分通道，可供使用者進入並移動。
- 收納家具的選購以容易開關使用為原則。



◎ 攝自內政部多功能輔具資源整合推廣中心
容易開關的儲物櫃

I-9 陽台 / 露台

I-9-1 陽台 / 露台尺寸

- 陽台或露台深度不小於150公分。
- 為兒童安全起見，陽台或露台之欄杆頂端離地面至少110公分。且陽台或露台之欄杆間隙不應超過10公分。

I-9-2 陽台 / 露台操作空間

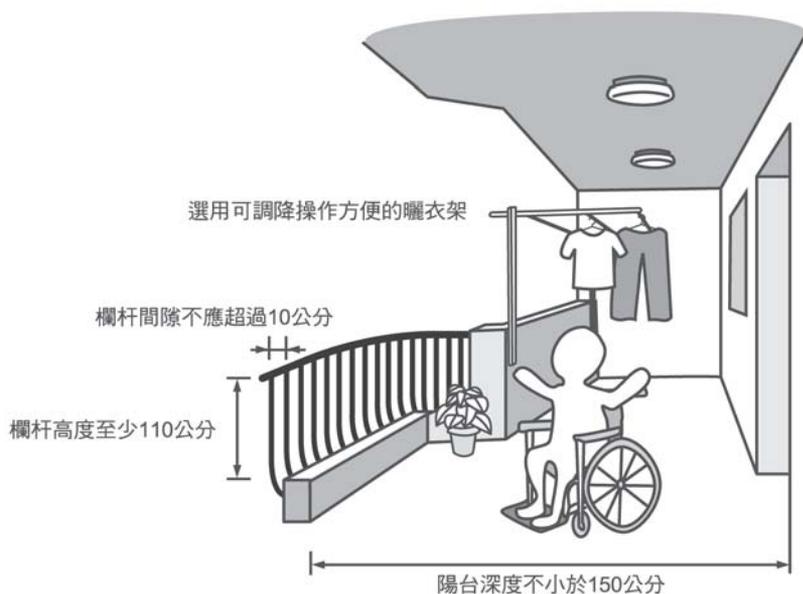
- 為方便輪椅使用者，陽台或露台不應設置門檻，並提供大於150公分x150公分的輪椅移動與操作空間。



◎ 攝自內政部多功能輔具資源整合推廣中心
無高低差輪椅容易通過

I-9-3 曬衣空間

- 建議在陽台或露台通風良好的室外區域曬衣，曬衣架的高度應可調降並操作方便。
- 建議選購開口在前方的洗衣機。
- 為兒童安全起見，烘衣機及洗衣機應有兒童不易開啟的安全設計。



S-S 基地安全

S-S-1 兒童遊戲空間

- 兒童遊戲空間的設計應遵循國家標準 CNS12642及CNS12643〈註2〉規定。
- 戶外遊樂場需維修良好，並定期由受訓的管理人員檢查，以確保設備的安全性。
- 建議在遊玩場地的入口，設置使用者年齡範圍及安全遊玩的告示牌。

S-S-2 社區公共通道

- 老年人及身障者因行動不便，對於社區公共空間的需求較大，建議通往社區公共設施空間應全面規劃為無障礙通道。
- 建議社區內的公共通道沿途提供座椅，並在座椅邊設輪椅停放處。如允許的話，應沿路設置雨棚或綠蔭，供年長者和輪椅使用者歇息。



安全的兒童遊樂場



順暢的社區公共通道

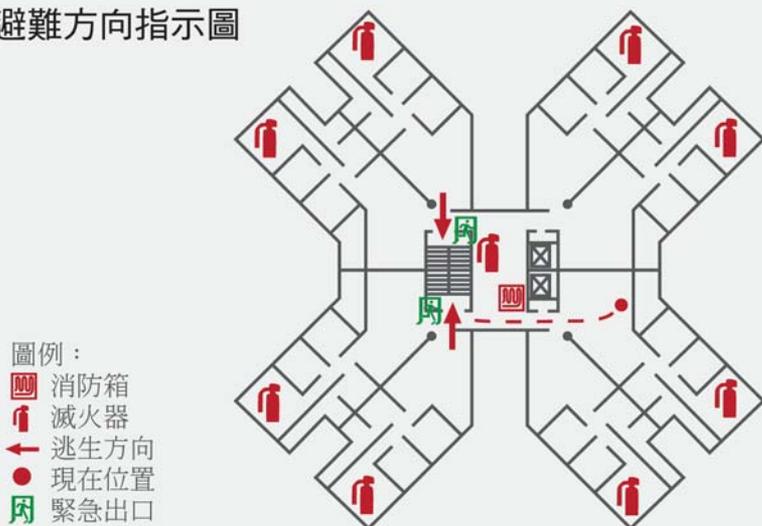
註2：為加強兒童遊戲設施本身的安全問題，經濟部標準檢驗局依「國家標準制定辦法」進行 CNS 12642「兒童遊戲設備安全準則－設計與安裝」及 CNS 12643「兒童遊戲設備安全準則－檢查與維護」2種標準之修訂，並於民國94年1月10日公告。詳見經濟部標準檢驗局網站 <http://www.bsmi.gov.tw/>

B-S 住棟安全

B-S-1 大樓消防安全逃生路線

- 建議社區提供完整的大樓平面圖，標出所有與消防逃生相關的位置，如窗戶、門戶、樓梯、升降機、火災警報器、滅火器的位置。
- 建議每一樓層之住宅共用空間須張貼逃生路線圖，路線圖並應以對比色標示。
- 至少設定兩條逃生的疏散路線，包括體弱者和身障者適用的路線。
- 建議住宅共用空間及自用空間均應安裝火災警報器。
- 社區管理委員會應定期檢查火災警報器，確保功能正常。
- 火災警報器應安裝閃光燈、震動器或其他形式的聽覺及視覺警示，確保視障及聽覺障礙的居民可以收到警報。
- 窗戶也是逃生設施的一部分，應定期檢查窗戶，確保能正常開啟。

避難方向指示圖



B-S-2 滅火器設置

- 建議居家廚房、公共走廊、每層樓梯間均應設置滅火器。
- 建議滅火器設置高度離地面不超過120公分，以方便輪椅人士及兒童使用。
- 建議社區應進行火警演習，講解滅火器的使用方法。
- 建議提供小型、易攜帶的滅火器，方便體弱者、長者和兒童使用。

B-S-3 人工照明設置

- 建議共用走廊和升降機大廳均應設置人工照明系統，地面照明度不得少於120流明。
- 為節省能源，建議在可使用自然光線的白天，或在間歇使用期間，使用感應器控制人工照明時間。



◎ 攝自內政部多功能輔具資源整合推廣中心
煙霧偵測器



◎ 攝自內政部多功能輔具資源整合推廣中心
緊急照明燈

B-S-4 重要指示牌設置

- 建議集合住宅每層住戶的門口立面上，設置門牌，且離地面不應超過200公分。
- 建議在升降機大廳及樓梯平台處，提供樓層指示牌，顯示樓層數。
- 建議集合住宅應設置火警疏散指示牌，清楚標示疏散動線、避難層出入口及消防升降機的方向，並應能顧及老弱和身障人士的需要。



逃生指示牌

I-S 居家安全

I-S-1 窗戶安全

- 預防兒童從窗戶跌下，建議在所有窗戶裝置欄杆，或者將家具搬離窗戶，使兒童不能攀越。
- 建議每隔兩三年檢查並更新窗戶，確保窗戶順利開啟及緊閉。
- 窗簾繩對嬰兒和小孩可能造成危險，建議平日妥善收納網綁，避免兒童玩弄。



窗簾繩應妥善收納網綁

I-S-2 廚房安全

- 如廚房能源為瓦斯者，建議安裝瓦斯漏氣警示及瓦斯自動遮斷器。
- 建議將廚房的櫥櫃角改為圓角，避免撞擊受傷。
- 建議廚房流理台上提供不小於 120流明的照度。
- 窗簾應離開廚房爐具至少100公分。
- 定期檢查廚房通風系統或抽油煙機的排氣功能，以確保功能正常。



◎ 攝自內政部多功能輔具資源整合推廣中心
在廚房放置滅火器

I-S-3 用電安全

- 建議電源插座安裝的位置，應離開水源最少90公分。
- 為兒童安全起見，建議電源插座位置應高於110公分，或應在小孩活動的地方，使用電源遮蓋器。
- 建議所有的外露的電線、電話線、網路線，應該沿牆面固定，避免絆倒受傷。
- 建議電源插座不可超載負荷，盡量不使用延長線並定期檢查外露的固定電線。
- 建議應拔除不經常使用的電器插頭，節省能源。



電源插座不可負荷超載

I-S-4 家具擺設安全

- 建議家具的擺設應預留充足的步行或輪椅操作空間，方便老年人、小孩和輪椅人士使用。
- 建議椅子和沙發不應太矮及過於貼近地面，方便長者使用。
- 椅子和沙發應有穩固的背部支撐，高度由座位計算應不少於45公分。
- 應定期檢查椅背和椅柄，防止損壞。
- 室內如果使用地毯，應黏牢於地面，避免滑動。



座椅高度適中

S-H 基地健康

S-H-1 社區聯誼空間

- 建議利用社區開放空間設置聯誼空間，擴展年長者的社交機會。
- 建議戶外聯誼空間的上方，設置遮雨棚，增加舒適性。
- 建議在戶外聯誼空間放置長椅，長椅應設有低扶手及椅背，以增加舒適度。此外，長椅子旁設置至少 80公分 x 120公分的輪椅停放處。
- 建議在戶外聯誼空間的周邊栽種植物，增添視覺趣味，但不應被植物遮蔽。
- 夜間，社區聯誼空間應提供足夠的照明，最好在75-120流明之間。



社區聯誼空間

S-H-2 社區花園的植物

- 為了視障人士，建議社區花園的樹木如有低生橫枝便應修剪，或將樹木種植於距離無障礙通道較遠的地方。
- 建議利用不同植物，在社區花園營造四季景觀，使充滿視覺趣味。
- 建議花卉植物要選用對比色，以供視障人士欣賞，同時避免種植有害、有毒、有刺的植物。

B-H 住棟健康

B-H-1 健康的共用梯間

- 共用梯間不應放置垃圾箱或回收箱，且應定期清理樓梯。
- 共用梯間應能自然採光和自然通風。如果無法自然採光，建議設置照明度達 120流明的燈光，並使用感應器和定時器控制照明時間，以達到節能效果。

I-H 居家健康

I-H-1健康的室內空氣品質

- 為減低揮發性的有機溶劑釋入空氣中，建議室內設施應避免使用油性漆油、塑膠塗料或人造纖維的物質。而多用傳統高性能水性油漆或天然材料取代。
- 避免過度的室內裝修，地板、家具表面、天花板應盡量平滑，減少不必要的突出物，避免灰塵聚集。



選用具環保及綠建材標章的產品

I-H-2 良好的通風

- 建議所有的臥室、客廳、餐廳和廚房都有自然通風。
- 建議廁所盡量開窗，如沒有，則應設置機械通風系統。



室內應有良好通風

I-H-3 健康的熱環境

- 建議浴室設置合適的冷暖氣設備，以方便老年人和體弱者使用。
- 建議室內最佳溫度保持在攝氏22度至24度之間。濕度應保持在70%以下，濕氣太重時，應使用除濕機。



室內維持適中的溫度及濕度

I-H-4 健康的光環境

- 建議所有臥室、客廳、餐廳、廚房和廁所都使用自然採光。
- 建議每層家戶住宅出入口處設置照明燈，以照亮門牌、匙孔和扶手。



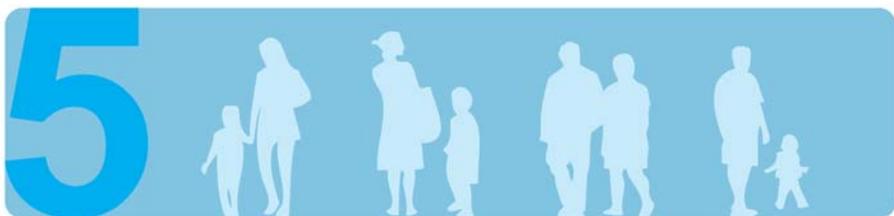
多利用自然採光

I-H-5 健康的聽覺環境

- 老年人與體弱者需要寧靜的居住環境。為減低噪音干擾，建議在住家大樓周邊種植樹木作為隔音屏障，或將居家牆面和地板改成隔音材料。
- 如室外噪音聲響高於60分貝，建議安裝雙層玻璃窗戶，使噪音減至40分貝以下。



大樓周邊種植樹木作為隔音屏障



居家通用設計相關資訊

住宅改造補助方案

- 臺北市都市更新整建維護補助計畫 (受理單位：臺北市都市更新處)
- 修繕住宅貸款利息補貼 (受理單位：都市發展局居住政策及服務科)
- 中低收入老人住宅修繕補助計畫 (受理單位：社會局老人福利科)
- 身心障礙者醫療及輔助器具費用補助 - 居家無障礙設施設備改善補助 (受理單位：社會局身心障礙者福利科)

通用設計網站

- 自由空間教育基金會 <http://www.freeuniverse.org.tw/>
- 臺灣創意設計中心 <http://www.tdc.org.tw/>
- 亞洲通用設計聯盟 <http://audn.boco.com.tw/>
- 內政部輔具資源入口網 <http://repat.moi.gov.tw/>

推薦參訪

- 臺灣創意設計中心-通用設計體驗室 <http://www.boco.com.tw/Lab1.aspx>
- 多功能輔具資源整合推廣中心 - 居家無障礙體驗區 <http://repat.moi.gov.tw/>
- LIVING 3.0 智慧化居住空間展示中心 <http://living3.tabc.org.tw/>
- 昇陽建設 - 昇陽高性能住宅體驗屋 <http://www.sunty.com.tw/>

相關書籍

- 余虹儀 (2008)，愛・通用設計。網路與書出版。
- 中川 聰 (2008)，Universal Design 通用設計的法則。博碩出版。
- 中川 聰 (2006)，通用設計的教科書。龍溪國際出版。
- 林玉子 (2004)，40 歲開始打造舒適的家園。田園城市出版。
- 檜崎雄之 (2002)，圖解高齡者身障者無障礙空間設計。詹氏出版。

諮詢單位

- 宜修網(內政部營建署輔導設立) <http://www.fixy.com.tw/>

參考資料

- 臺北市政府都市發展局(2008)，臺北市居住空間通用設計規範研究。
- 建築物無障礙設施設計規範，內政部97.12.19台內營字第0970809360號令修正。
- 香港房屋協會 (2005)，香港住宅通用設計指南。
- AARP美國退休者協會 (2008)，Understanding Universal Design 認識通用設計。網址：http://www.aarp.org/families/home_design/
- 家づくりの会(2007)，老いの発想で家づくり-人生これから100年超!

臺北市居住空間通用設計指南

Universal Design Guidelines for Housing Development in Taipei

發行人：丁育群

審稿：許阿雪、邊子樹、黃一平、王玉芬、蔡學義、羅世譽

專案執行：郭駿敏、丁秋霞、謝佩砭、李宏育

出版機關：臺北市政府都市發展局

地址：臺北市信義區市府路1號9樓西南區

網址：<http://www.udd.taipei.gov.tw>

創意總監：余美鳳

專案執行：謝雯惠

美術編輯：高汶賢

插圖繪製：謝雯惠、高汶賢、高弘政

攝影：高弘政

設計：尋俠堂國際創藝有限公司

網址：<http://sunshine-town.com>

印刷：贏家全方位資訊企業社

規格：A5 (14.8公分x 21公分)

發行量：3000本

出版日期：民國九十八年七月

版次：第一版

刷次：第一刷

定價：170元(非賣品)

GPN：1009801193

ISBN：978-986-01-9142-4



 臺北市府都市發展局
TAIPEI Department of Urban Development, Taipei City Government

 1999 臺北市民當家熱線

 DEAFLYMPICS 2009年臺北聽障奧林匹克運動會
TAIPEI 2009 21st Summer Deaflympics Taipei 2009

 2010臺北國際花卉博覽會
TAIPEI INT'L FLORA EXPO

本手冊內容刊載於「臺北市居住服務平台」網站 <http://housing.taipei.gov.tw> 歡迎下載
對此手冊有任何建議請來電 02-23572807 或來信 huyu@udd.taipei.gov.tw
udhousing.taipei@gmail.com



ISBN:978-986-01-9142-4

GPN:1009801193 定價:170元(非賣品)

