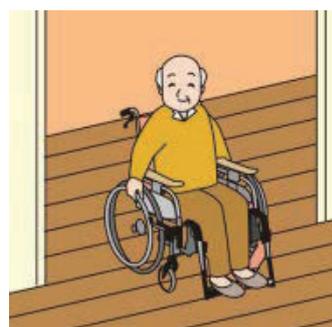


国際福祉機器展 H.C.R.2019

使用者の立場から見た 福祉機器の見かた・選び方

理学療法士が解説する
効果的な福祉機器展の見かた



公益社団法人

日本理学療法士協会

Japanese Physical Therapy Association

Aさん

日常生活は、ほぼ自立しています
歩行は不安定で手すりなどの支持物が必要です



屋内移動には、手すりや杖を使用します
立ち上がりやしゃがみ込みは、
腰掛けの高さによって手すりが必要となります
屋外歩行は、支持物があれば可能ですが、
転倒や疲労を考慮し車いすを使うことが多くあります
安全のために、トイレや浴室には手すりが必要です

Aさんの生活を想像しながら、Aさんが

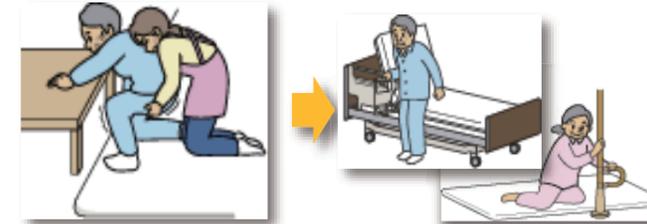
- ① できないことができるように
 - ② 介助の必要な場面を少なくするように
 - ③ 転倒などの事故がないよう安全に
 - ④ 活動や参加を助けるように
- をキーワードに、福祉機器をみましょう

快適な睡眠と 安全に立ち上がりができることが重要です

床にお布団であれば立上り用の手すりがあると便利です
ベッドであれば立ち上がりやすい配慮が必要です



睡眠
床

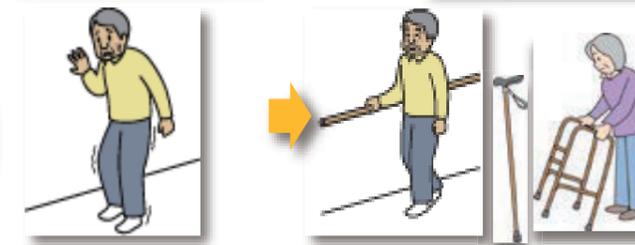


安全に屋内を移動できる手すりや 歩行補助用具が重要です

屋内移動に適した手すり、連続性にも配慮が必要です
杖や、歩行器といった歩行補助用具を確認してみましょう
室内で取り回しの良い歩行補助用具をみてみましょう



屋内移動

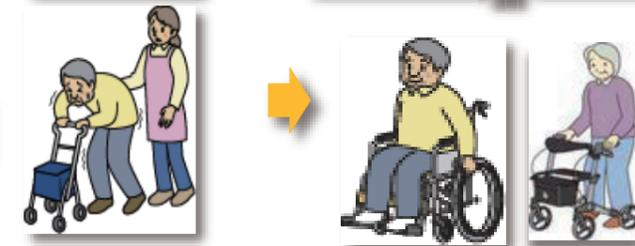


歩行補助用具は荷物運搬や休憩しやすさに配慮 屋外用の車いすは本人と介助者の操作性が重要

歩行車は屋外の悪路での操作性への配慮を確認しましょう
どの程度の荷物を運べるかの確認をしてみましょう
休憩時の安定して座れるか重要です
車いすは坂道や悪路など操作性を確認してみましょう



おでかけ



居間が床座では床からの立ち上がりが大切です 椅子の生活では椅子やテーブルが大切です 食事は使いやすい食器が重要です

床からの立ち上がりを助けてくれる手すりや昇降座椅子をみましょう
椅子は椅子への座りやすさとアプローチ性が大切です
食器も食べるものを想定しながら使ってみましょう

食事
だんらん

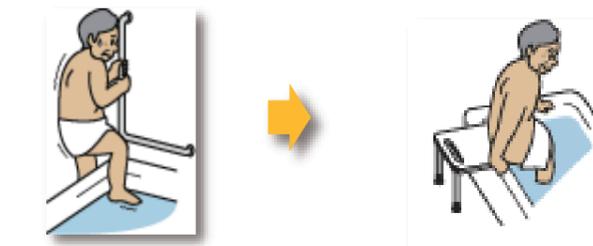


浴室では滑らない工夫と支持物が大切です 入浴用のいすと浴槽の出入りも大切です

手すりにも滑らないような配慮と設置の容易さが大切です
滑りにくい床材も確認してみましょう
アプローチしやすく洗体の容易なシャワーチェアをみましょう
浴槽へ座って入る場合の工夫と用具を確認してみましょう



入浴

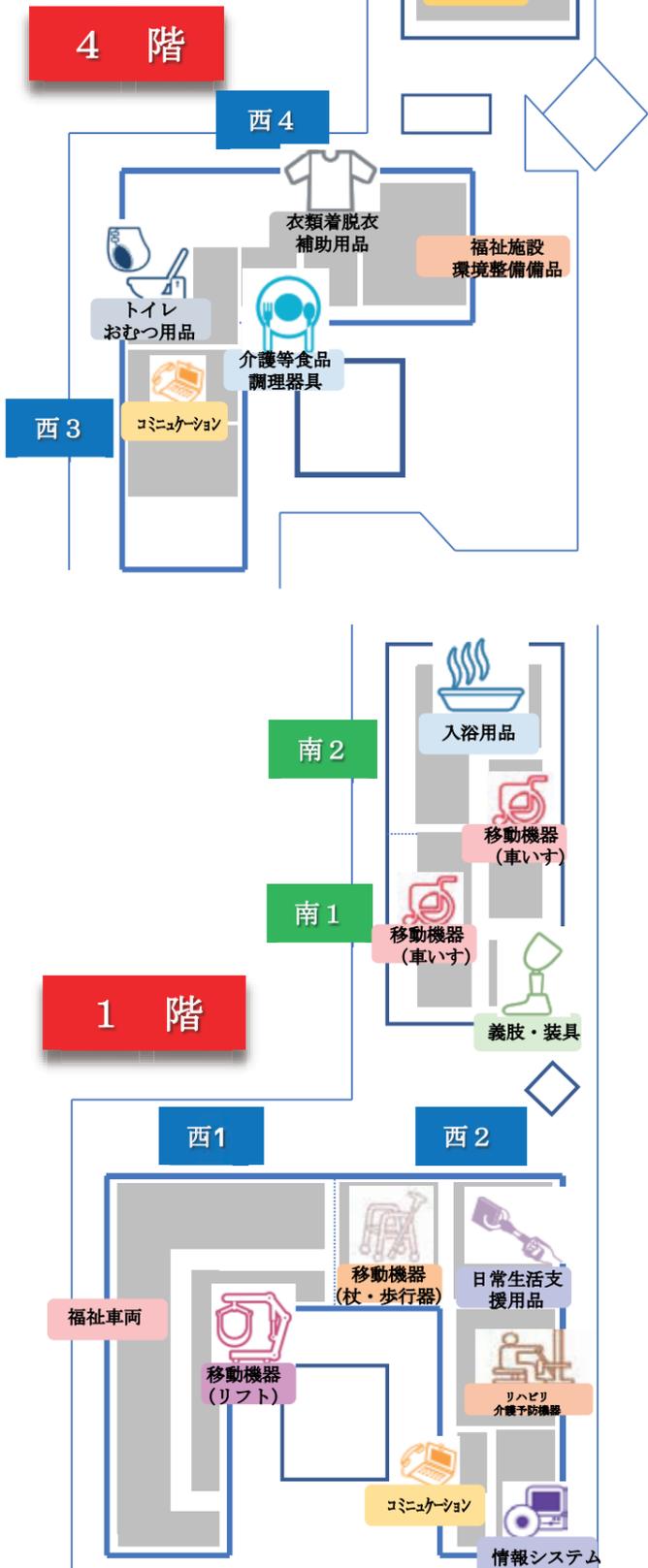
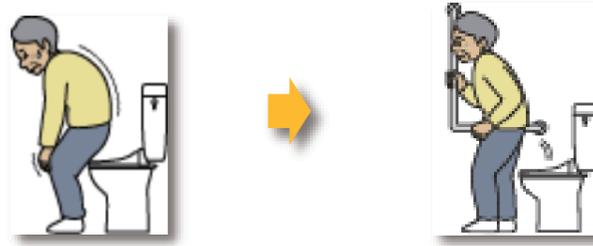


トイレは夜間も含めいきたいときに 行けることが大切です

トイレまでを安全に行けるような配慮をみましょう
扉や手すりなどの支持物を確認してみましょう
便器の洗浄機能や便器の洗浄など使いやすさを確認してみましょう



排泄



Bさん

座ることはできますが立ち上がりは介助が必要です
生活内に介助が必要な場面が多くなっています



移動は屋内外ともに車いすです
本人の自立性を高めることや、
介助者の負担の軽減が目的です
身体に合ったベッドや車いすが必要となります
トイレやお風呂に関しても、手すりや
入浴にはリフトなどの福祉用具が必要です

Bさんの生活を想像しながら、Bさんが

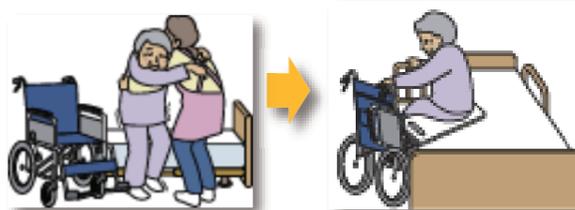
- ① できないことができるように
- ② 介助の負担を軽減させる
- ③ 転倒などの事故がないよう安全に
- ④ 活動や参加の機会が増えるように

をキーワードに、福祉機器みましょう

ベッド上で容易に寝返りや起き上がりができ
車いすへの移乗は介助者の負担を減らすよう
立ち上がりをせずに行える移乗方法



睡眠
離床



自分で寝返りや起き上がりがしやすいベッドやマットレスが大切です
立ち上がらない移乗は座位での移乗ですやってみましょう
ベッド取付用手すりや、移乗用ボード車いすなど移乗に配慮された用具が大切です

屋内を自分で操作し移動できる
車いすが大切



屋内移動

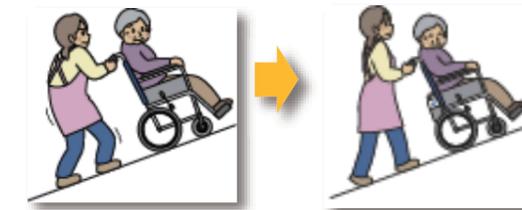


狭い屋内空間を操作できる車いすを確認しましょう
その車いすは、移乗性や長時間座っても快適であることも重要です

屋外移動の車いすでは
本人と介助者の操作性が大切



おでかけ

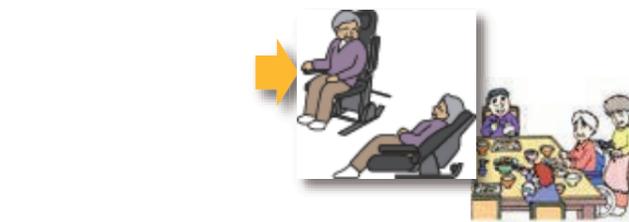


屋外で使用する車いすは坂道や悪路など介助者が操作しやすいものが求められます
電動機能のある車いすでは本人も操作することができます実際に操作してみましょう
車いすで乗りやすい自動車も見てみましょう

長時間快適に過ごす椅子や車いすが大切
食事では食器とともに食べやすい姿勢が大切



食事
だんらん

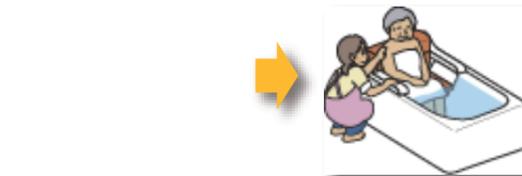


車いすや椅子は、長時間座っても快適であるために姿勢を変えることができる、
支えや機能があると効果的です。
クッションも試してみましょう
食べやすい姿勢のためのいすや食器も試みましょう

浴室まで車いすで入ります
浴槽内での立ち上がりは難しいので用具が必要



入浴

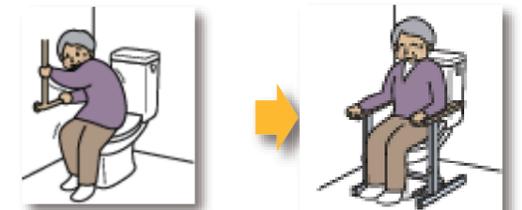


浴室に車いすやシャワー用車いすで入るので扉や残差の解消方法が重要です
シャワー用のいすや車いすの移乗しやすさは大切です
浴槽への出入りは立ち上がらずに行えるリフトが便利です

トイレに車いすが入るようになる改修方法や
居室内で使用できるポータブル用具などが必要

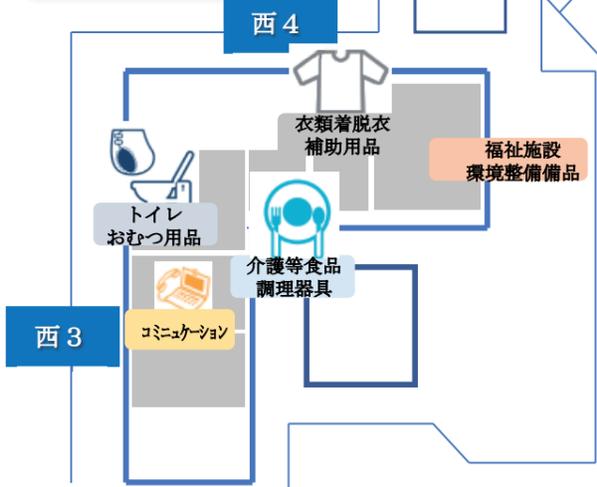


排泄

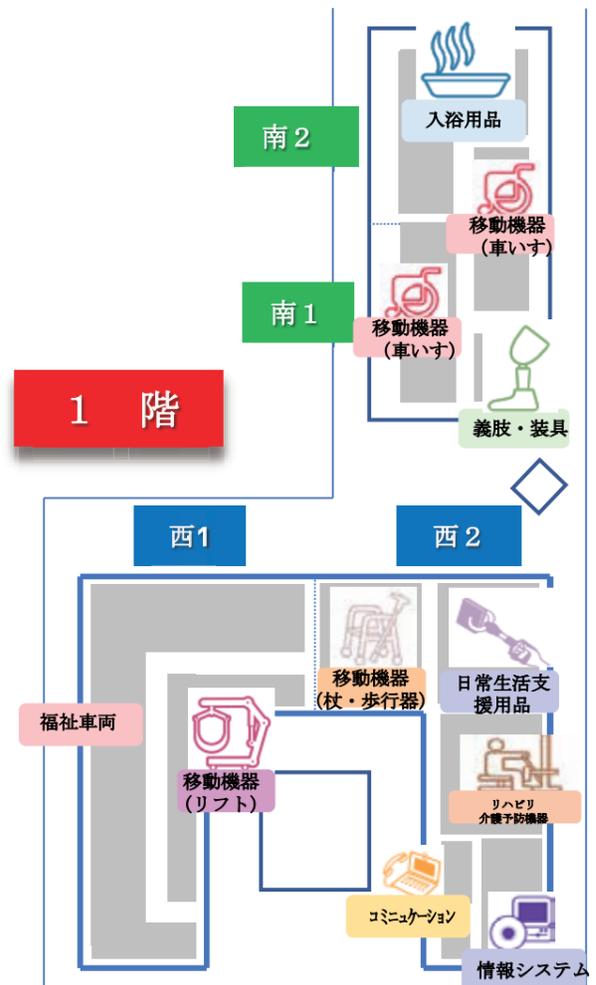


トイレの改修のための扉や空間を見ましょう
居室内での排せつの場合のポータブルトイレや尿器などの排せつ用具
を見ましょう。その際、移乗性や使い勝手も大切です

4階



1階



Cさん

支えのない状態で座っていることができません
日常生活は多くの介助を必要とします



ベッド上に滞在する時間が長くなります
寝たきりにならないように、可能な範囲でベッドから
離れた生活をするのが望まれます
そのためには快適な車いす、ベッドから車いすへの移乗に
介助者の負担を減らせるリフトの導入も検討しましょう
ベッド上や車いすでは床ずれなどの予防に配慮しましょう
入浴も自宅で、排せつも負担が少なくできるようにします

Cさんの生活を想像しながら、Cさんが
① 床ずれなどのリスクをへらすもの
② 介助の負担を軽減させるもの
③ 活動や参加を機会を増やす
をキーワードに、福祉機器みましょう

ベッド上で過ごす時間が長くなるので、床ずれ
などのリスクや介助の負担も減らしましょう



床ずれなどのリスクを減らす、ベッドの機能やマットレスなどを試してみま
しょう
ベッド上での移動や介助の負担を減らすように摩擦を減らす用具なども試して
みましょう
介助者の負担を減らす移乗方法はリフトです試してみましょう
本人のベッド上での快適に過ごすための用具を見ましょう

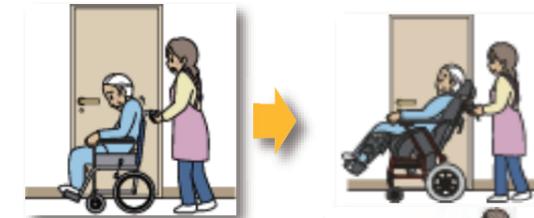
睡眠
離床



ベッドから離れると座位の安定した車いすです
負担少ない移乗方法や、狭い屋内の移動、
屋外では介助しやすいものが求められます



屋内移動



長時間座っても姿勢が崩れず安定して座れるティルトやリクライニング機能が
付いた車いすが望まれます。クッションも重要です
大型の車いすになりますので、狭い屋内の取り回しや、屋外の坂や悪路も操作し
やすいものか確認してみましょう
屋外に出るためのスロープや段差解消機なども確認しましょう
食事などでは車いすで適した姿勢をつくることができるかどうか試してみましょ
う
食事は介助がしやすい食器や、食べやすい形態の食事を確認してみましょう
車いすごと積み込みができる自動車も見ましょう

おでかけ



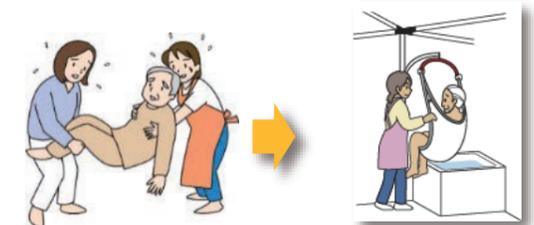
食事
だんらん



浴室ではリフトを使います
洗体時には椅子や洗体用の台を使います



入浴

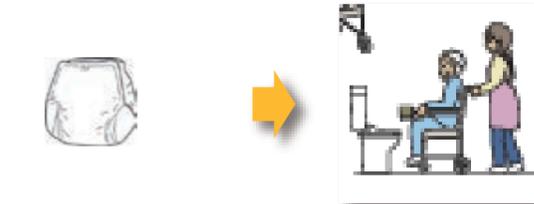


浴室に設置しやすいリフトを見てみましょう
洗体のためのいすや台を見てみましょう
洗体の介助に便利な用具も見ましょう
浴槽内での体の安定性も大切ですのでお湯があることを想定して見てみましょ
う

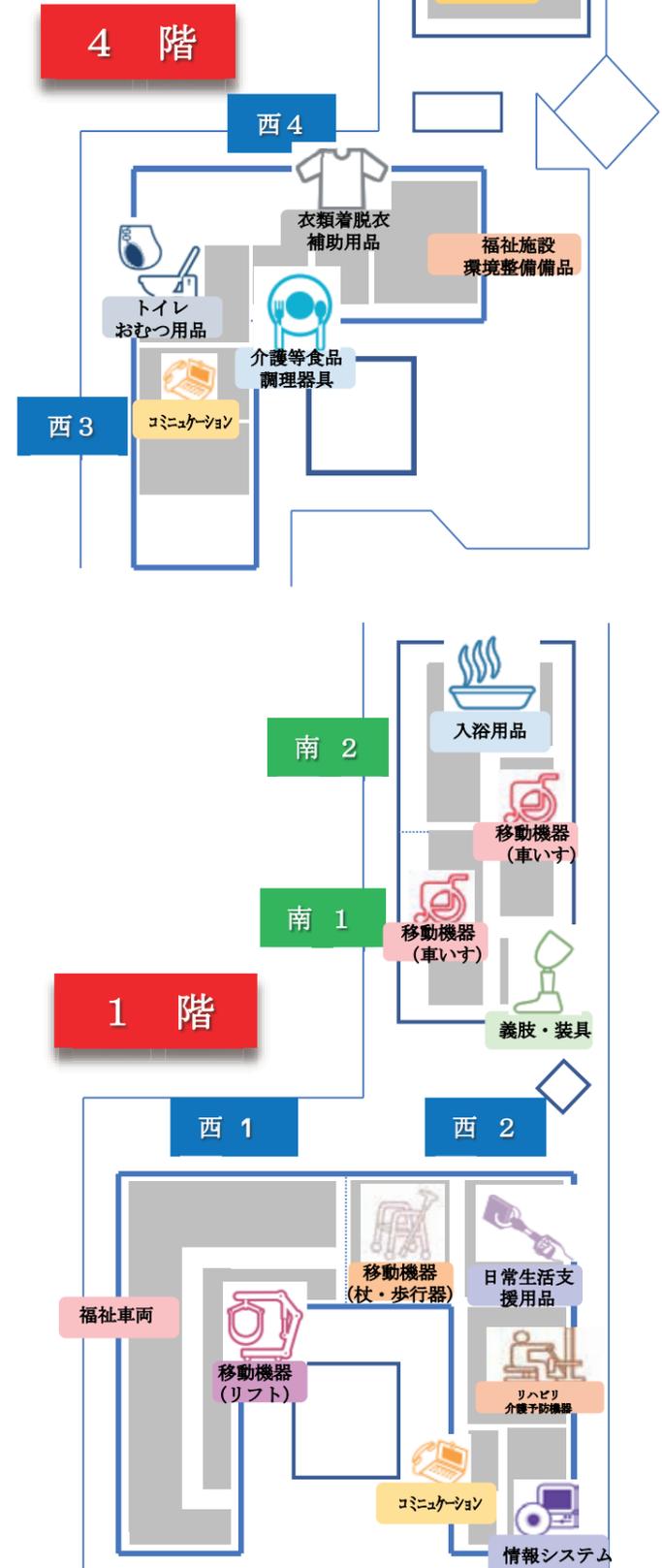
本人の尊厳を重視し
負担の少ない排せつ方法が大切です



排泄



おむつや尿器などベッド上で負担が少なく使えるものを見てみましょう
尿や便が出た際に知らせてくれる機器もあります
介助しやすい衣服も重要です



ベッド周辺用具の選び方・考え方

ベッドは生活の起点として睡眠をとる場所です。快適な睡眠がとれることが大切です。また、ベッドを起点として生活を広げるためには、寝返りや起き上がり、立ち上がりなどの動作が不安定やできない人にとっては介護用ベッドの機能を使って安心安全に、離床し生活の質を高めましょう。

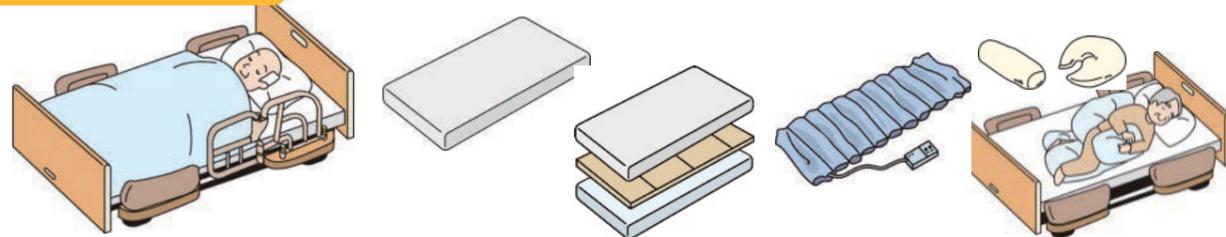
介護用ベッドの機能



多くの介護用ベッドには、ベッド面の高さの調整、背上げ、膝上げ機能があります。高さの調整は、本人の立ち上がりの補助や介護者が介護する場合に高さを上げることで介護者の負担を軽減することができます。背上げは本人の起き上がりの補助や、ベッド上で起き上がった姿勢を保持する場合に使います。この際、膝上げを使うことでずり落ちを防ぐことができます。



マットレスなど



マットレスは、ベッド上での睡眠や動きやすさに大きく影響を及ぼします。ゆっくり眠ることができて、願えりや起き上がりなどの動作がやりやすいものを選びます。また、床ずれなどのリスクの高い方は体圧分散機能の高いマットレスや、エアー式を選択します。また、自分でベッド上での動きが制限されている方には、姿勢を保持するためにポジショニングピローを使います。

柵や手すり

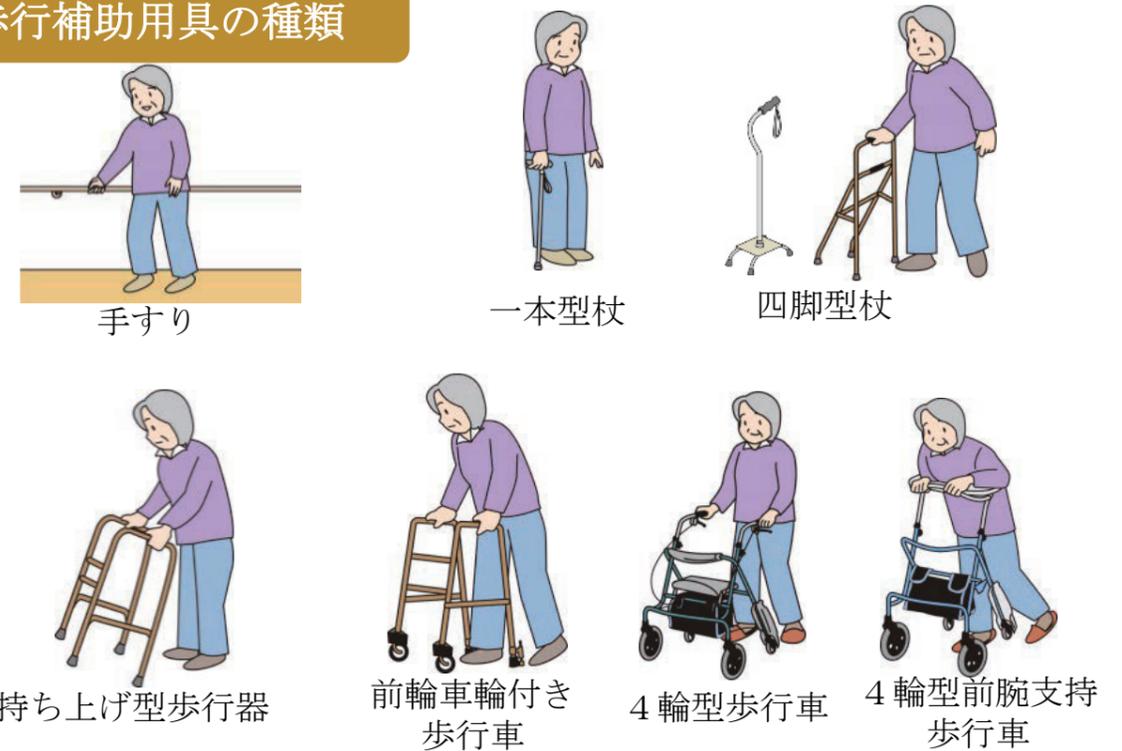


介護用ベッドには柵や手すりをつけて使うことが多く見受けられます。しかしベッド柵はあくまでも布団脱落防止用であり、寝返り等の動作に引っ張ったりして使うものではありません。寝返りなどの動作に使うものとしてはベッド取り付けよう手すりを使います。違いは、ベッドにしっかり固定してあるかどうかです。

歩行補助用具の選び方・考え方

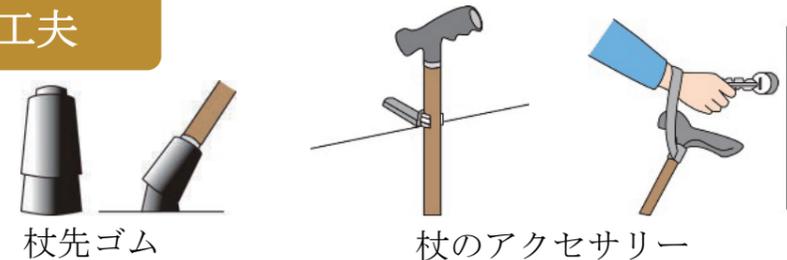
歩行補助用具は屋内や屋外で歩行が不安定な方が使います。歩行補助用具を使うことで生活範囲を広げるばかりか、転倒の危険を減らし安全に活動をおこなうことができます。適切な歩行補助用具を使って質の高い生活を営みましょう。

歩行補助用具の種類



歩行補助用具には、手すりのようにしっかりと固定しているものや、杖や歩行器、歩行車のように固定されていないものがあります。本人の歩行の際の安定性や場面に合わせて選択します。ここでは、まっすぐに歩くばかりではなく方向転換や段差などでも確認が必要です。杖もより安定性が必要な場合には四脚杖などの多脚杖が安定性が上がりますが、脚部がすべて床についているような場面ではしか使えないので注意を要します。歩行器や歩行車は歩行の安定性は増しますが使う場面によっては小回りがきかず使いにくいこともありますので確認が必要です。歩行車を屋外で使う際にはブレーキの操作、荷物の運搬機能や休憩できる椅子があるかどうか重要です。

杖の工夫



杖先ゴムはすり減ってしまうと滑ってしまい危険です。日頃から確認することが大切です。また、滑りやすいところや雨の日に頻繁に使う場合にはすべりにくい構造になっているものがありますので使うと安全です。雪など凍った場面では専用のもので確認してみましょう。その他、杖が倒れにくいようにするものや杖から手を離して使えるループなど多くのアクセサリーがあります。

移乗の考え方

移乗は 1 日に何度も行う動作です。本人が怖い思いをしたり介助者にとって負担の多い動作は継続ができなくなります。生活を広げて質の高い生活を営むためには安全で負担の少ない移乗方法を選択しましょう。



移乗方法

移乗方法には、立位移乗、座位移乗、リフトでの移乗があります。



立位移乗



座位移乗



リフトでの移乗

「立位移乗」は、立ち上がり、方向転換、着座が見守り程度でできる人が対象です。

「座位移乗」は、何かにつかまっていれば座ることができるくらいの方が対象です。

その際、車いすは肘掛けが跳ね上げることや外れることが必要です。

お尻を浮かすことができない場合には移乗用のボードを使うと便利です。

「リフトでの移乗」は何かにつかまっていなくても座ることができない人や介助者との体格差が大きく介助者の負担が大きい時に用います。

移乗対象物などの配慮



立位移乗や座位移乗では、移乗対象物の近くに手すりなどの支持物があると安全に安心で行えます。

ベッドであれば介助バーなどが便利です。



立位移乗では立ち上がりの際にベッドの高さを高くして行うとより少ない力で立ち上がることができます。また、これは着座の際にもドスンと座ることが無くなるので安心です。

車いすの選び方・考え方

車いすは歩くことができない人にとって生活を広げる意味で必要不可欠な福祉用具です。適切に使ってベッドから離れる時間を増やし寝たきりを防ぎましょう。

車いすの種類



標準型車いす



姿勢調整型車いす



電動型車いす

「標準型」は、一定時間座り続けることができる人が対象です。

「姿勢調整型」は、自分で姿勢を調整できない人が対象で、リクライニングやティルト機能によって姿勢を調整しある程度の時間を座り続けることができます。

「電動型」は、自らの力で操作できない場合や屋外のように長距離の移動悪路の移動時に効果的です。

車いすの操作



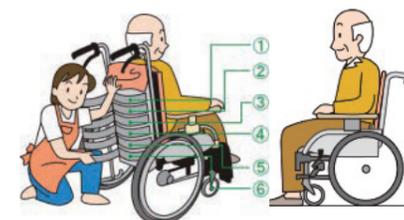
段差



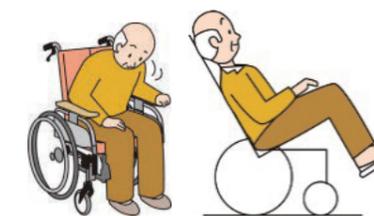
坂道

車いすの操作方法には本人自ら操作する方法（自操）と介助者が操作する方法（介助）があります。自操の場合には使用する空間の広さや本人の操作能力を合わせて選択します。介助の場合にも屋外などの使う場面と介助者の能力によって、重さや電動アシスト機能などに配慮しましょう。

長時間座り続けるために



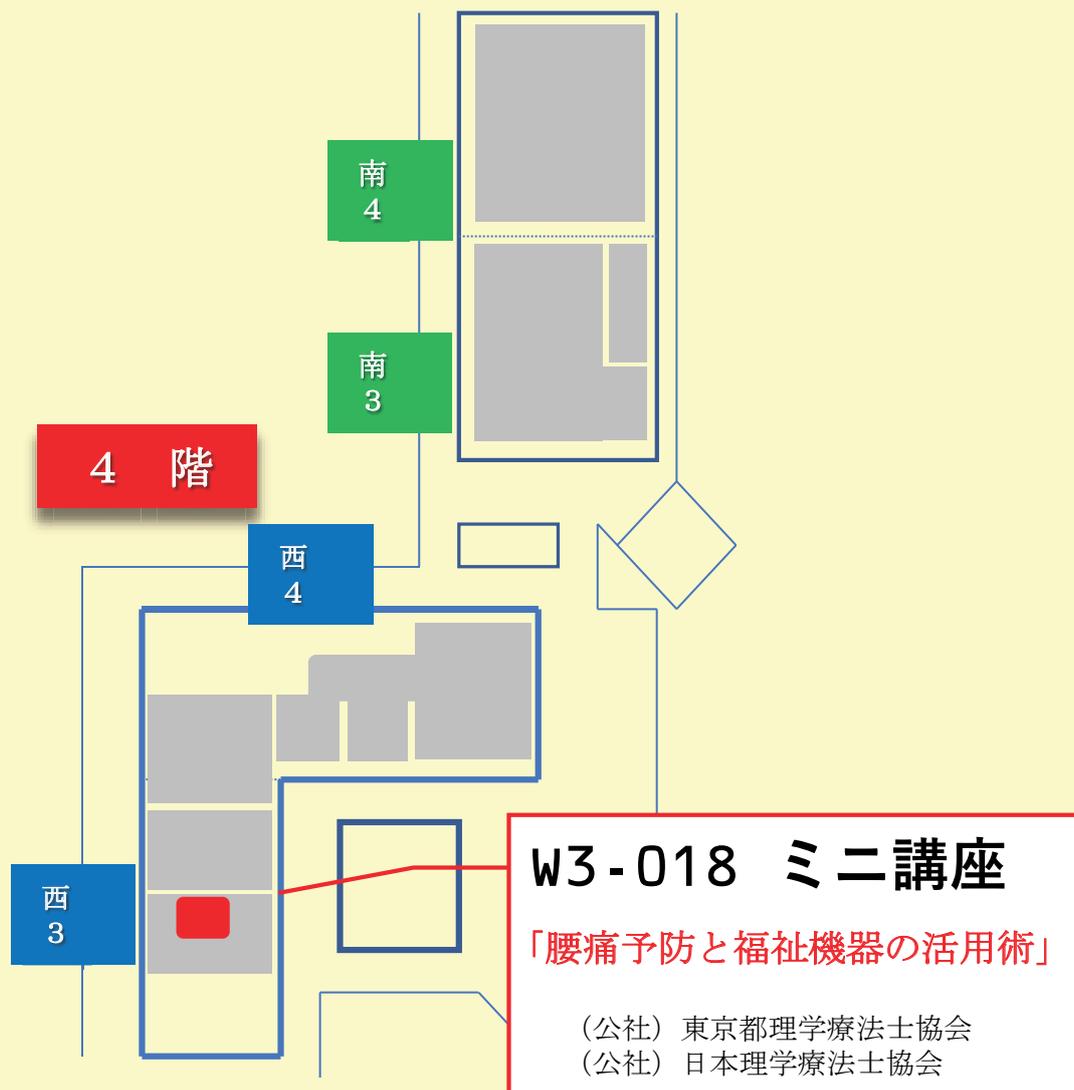
車いすも肘掛けの高さや、背や座のシーートの張りの調整ができるものがあります。適切に調整されるとより座りやすい車いすとなります。



姿勢の変換や調整も大切なポイントです。標準型を使っている方は、肘掛けや床に足が届くことで、座り直しができます。姿勢調整型ではリクライニングやティルトによって介助者が定期的に変換してあげましょう。

**車いすにはクッションが必須です。必ず使いましょう。

◆ 出展ブースでも公開セミナーを開催しています！



◆ 国民の皆様に役立つ「理学療法ハンドブック」を公開しています！



- ① 健康寿命
- ② 脳卒中
- ③ 腰痛
- ④ 心筋梗塞・心不全
- ⑤ スポーツ
- ⑥ 糖尿病



発行；公益社団法人日本理学療法士協会

文責；河添竜志郎（イラスト提供：パラマウントベッド株式会社）