

何かと出会って 新たな発見

暮らしほっとワーク

—バリアフリーへのかけ橋—

平成11年度 介護講座 ご案内

<介護特集>

トイレについて

考えてみよう その①

- 福祉用具豆知識
- そこが知りたいQ&A
- 販売・リサイクルコーナーより
- イベントレポート
- お知らせコーナー
- こんなものもあるよ福祉用具



Vol.7

JULY 1999



なごや福祉用具プラザ

知識と技術を身につけて、自立支援と

1. 介護研修・実習講座

1. 福祉用具ふれあい教室 (入門講座)

なごや福祉用具プラザの見学と福祉用具使用体験

時間	内容
13:30~	なごや福祉用具プラザの概要等の説明
14:20~15:30	見学と使用体験など

- 毎週水・木曜日 13:30~15:30
- 対象：一般市民5~20名の団体
(人数が多い場合はご相談下さい)

2. 今日から在宅介護 (基礎講座)

在宅リハビリと介護のノウハウを1日で学ぶ講座

時間	内容
10:30~12:00	在宅介護の心構えと介護の実際
13:00~14:20	在宅介護で使える福祉サービス
14:30~16:00	家庭でできるリハビリと介助の仕方

- 8/25(水)・10/16(土)・12/18(土)・2/19(土)
- 対象：高齢者・障害者のご家族など
- 定員：25名

2. 専門講座

4. 福祉用具セミナー1 「いす・車いす講座」

同時開催 いす・車いす展 8/4(水)~8/7(土)

専門職対象にいす・車いすの選択と適応技術について学びます

時間	内容
11:00~12:30	在宅生活におけるいす・車いすの役割について学ぶ
13:30~16:30	いす・車いすを選定するポイントを実技を交えて学ぶ

- 8/7日(土)
- 対象：在宅介護支援専門職など
- 定員：24名
- 共催：愛知県理学療法士会

5. 福祉用具セミナー2 「排泄編講座」

排泄に焦点を当て、尿失禁の知識、具体的な対処法、アドバイスの仕方を学ぶ

時間	内容
10:30~12:00	お年寄りの尿失禁 (治療とケア)
13:00~16:00	おむつの選び方・使い方、収尿器のいろいろ等実習

- 日時：10月上旬予定
- 対象：在宅支援専門職 (訪問看護婦、ヘルパーなど)
- 定員：30名

6. 福祉用具セミナー3

「福祉用具プランナー養成講座」

介護支援専門員などを対象に、ケアマネジメントの中で福祉用具をどうコーディネートするかを学ぶ

時間	内容
10:30~12:00	ケアマネジメントの中での福祉用具の導入
13:00~16:00	事例研究にて福祉用具導入の事例を学ぶ

- 日時：1月中旬 (予定)
- 対象：介護支援専門員など
- 定員：30名

7. 「住宅改造講座」

障害者・高齢者が暮らしやすい住まいづくりや、住宅改造等で留意すべきポイントを学ぶ

<1日目>

時間	内容
10:30~12:00	q住宅の間取り図の書き方とそのポイント w日常生活動作と住宅改造
13:00~14:10	住宅の改造プランニングと住まい
14:20~16:00	福祉用具と住宅改造 他

<2日目>

時間	内容
10:30~12:00	改造プランの作成
13:00~15:20	改造プラン発表、検討と討論
15:30~16:00	福祉制度

- 9/11(土)、12(日)
- 対象：①在宅福祉・医療関係者
②建築施工等の建築関係者
- 定員：24名



詳しくは、
なごや福祉用具プラザへ
お問い合わせ下さい。

介護負担の軽減を考えていきましょう!

3. 介護レッスン (介護講座) 5回シリーズ

現在介護している方が、ちょっとした工夫や介護技術を学ぶための部門別講座

講座名	時間	内容
レッスン 1	7/3・11/6・2/26 13:00~16:00	生活を楽しくする道具と食事について
レッスン 2	7/10・11/13・3/4 13:00~16:00	生活の中での移動と介助
レッスン 3	7/17・11/20・3/11 13:00~16:00	すっきり排泄は生活のかなめ
レッスン 4	7/24・11/27・3/18 13:00~16:00	身体の清拭
レッスン 5	7/31・12/4・3/25 13:00~16:00	福祉用具の使い方

- 第1期：7/3~7/31 (毎週土曜日) 実施中
- 第2期：11/6~12/4 (毎週土曜日)
- 第3期：2/26~3/25 (毎週土曜日)
- 対象：高齢者・障害者のご家族等
- 定員：20名/人数状況により途中参加可能
- 共催：愛知県理学療法士会

特別展

ウェルフェア'99



去る5月28日(金)~30日(日)に、昨年に引き続きポートメッセなごや(名古屋市国際展示場)にて第2回ウェルフェア'99が盛大に開催されました。今年も大盛況のうちに幕を閉じましたが、詳細についてイベントレポートのコーナーを是非ご覧下さい。

いす・車いす展 8/4(水)~8/7(土)



高齢者や障害者が快適で豊かな生活を送っていただくために、①「ねたきりから起こす」、②「姿勢を保持する」、③「立ち上がりや移動を補助する」等の視点から、さまざまな、いす・車いすを展示します。

コミュニケーション機器展 10/29(金)~10/31(日)



パソコンを利用したもの、呼び出し装置、コミュニケーションエイド、スイッチ、視聴覚補助機器等の機器展示をします。障害に合わせたパソコンやおもちゃ等のコミュニケーション機器導入の相談コーナーを設けます。興味のある方は、この機会にぜひご覧下さい。

バリアフリーの生活提案 2/24(木)~2/27(日) (予定)

障害の有無や年齢に関係なく、誰もが使いやすい最新の共用品を紹介するとともに、バリアフリーの生活の情報交流を目的に開催します。

3. 特別講座

8. 生活実習体験講座

福祉用具を使って、実際の生活体験をしてみたい高齢者・障害者むけ講座

講座名	時間	内容
1	毎週金曜日午前中	自力移動困難な方のリフター体験等
2	毎月第3水曜日 11:00~13:00	手の不自由な方の調理実習体験

- 対象：高齢者・障害者ご本人等

9. コミュニケーション講座

同時開催：コミュニケーション機器展

10/29(金)~10/31(日)

時間	内容
13:00~14:30	「自分らしく生きる」ためのコミュニケーション手段の獲得とその実用例

- 10/30(土)
- 対象：一般、医療福祉関係者など
- 定員：200名
- 場所：御器所ステーションビル5階
高齢者就業支援センター大会議室

10. 福祉用具の改造・製作講座

障害者・高齢者が使いやすいように福祉用具や衣類を改造・製作する人材を養成する

<1日目>

時間	内容
13:00~16:00	・福祉用具の改造・製作の意義と技術 ・製作用具を考えよう (グループワーク学習)

<2日目>

時間	内容
13:00~16:00	・製作品の適合評価のポイント ・安全性評価とケース検討 ・ケース検討と適合評価

- 1/8(土)、1/22(土)
- 対象：医療福祉関係者・技術ボランティア希望者
- 定員：30名

4. その他

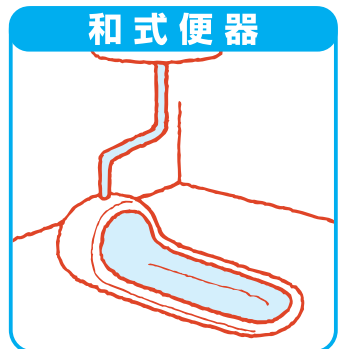
社会福祉協議会の依頼を受け、なごやかヘルパー研修会(専門講座)や中高生のボランティア学習会(特別講座)等も行っています。

トイレについて考えてみよう その① トイレにこだわる気持ちを大切に

「しもの世話だけは受けたくない」という言葉をよく耳にするように、だれもがトイレにこだわる気持ちを持っています。

「環境を整備し、用具を適切に選ぶことでトイレで排泄できないか」を検討してみましょう。

1. 便器の種類と特徴



特徴

腰掛けた姿勢で使用するため、用がしやすく、立ちあがりもしやすいタイプです。

便座が前後に細長く、前向きのまま座ることができます。介護者にとっても後始末や座薬の挿入がしやすいタイプです。

男性の小用時の便利さを考慮した和式便器です。汽車式便器ともいいます。

立ちしゃがみをして、しゃがんだ姿勢で用を足します。

注意点

立ち上がりやすく、りきみやすい便座の高さにします。

通常の使用では座った姿勢が不安定になります。脊髄損傷の方が使用される場合が多いタイプです。

据置式便座を置いて洋式トイレにするときには、便座の高さが適当か注意します。

床を這ったり、座ったまま移動される方に使用しやすい場合があります。

豆知識

痴呆のあるお年寄りのトイレを和式から洋式に変えると失敗することがあります。洋式トイレはドアを開けて入ってから体の向きを変えるなど和式と使い方が変わってしまうからです。

2. 便座の種類と特徴



特徴

和式便器の上からかぶせて洋式トイレにすることができます。和式と和洋両用式があります。

お尻の清潔を保つことができます。温風乾燥機能付きのものが増えています。

便座の上ののせて穴を小さくします。穴が大きすぎるとお尻が抜け落ちてしまう方に使用します。

洋式便器の便座を高くすることで立ち上がりを助けます。据置式(写真)と電動式があります。

注意点

頭の位置が和式と反対になりますので、立ち上がりスペースが確保できない場合があります。

リモコン付きのものを壁に取り付けて使用すると便利です。

材質のやわらかいものは、お尻がやせて骨の突き出した方や便秘で時間のかかる方にも使いやすい。

据置式は家族との共用が難しく、電動式は座面が上下しますので家族との共用ができます。

3. 洋式トイレのスペース



■内寸 幅78×奥行78cm程度
和式トイレの最小寸法です。このスペースでは、据置き便座をかぶせて洋式トイレにしても立ち上がりスペースが確保できません。

▲扉を開けて高めの手すりを取り付けると立ち上がりやすくなる場合があります。

■内寸 幅78×奥行130cm程度
便器からの立ち上がりスペースを確保することができます。介助スペースは、十分に確保できませんので、扉を開けたままの介助になります。



▲立ち上がるためには前方のゆとりが50cmは必要になります。

車いすでトイレを使用するために必要なスペース

車いすでトイレ内に入り扉を閉めるためには、内寸で幅125×奥行200cm、又は幅165×奥行165cm以上のスペースが必要になります。トイレ内に車いすが入りきらない場合でも、出入口の段差を解消することにより、廊下をまたいでトイレを使用することができます。

▲便器中心と側壁の距離は40～45cm程度が一般的です。

■内寸 幅125×奥行き165cm程度
便器の前面と側面に介助スペースを確保することができます。便器は利き手側の壁に寄せて配置します。

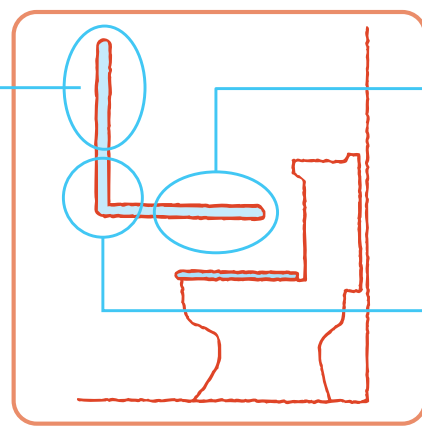
40～45cm

介助スペース

4. 手すり

立ち上がりのできる方は、利き手側の壁に手すりを取り付けます。

縦の手すり
方向転換やズボンの上げ下げのときに体を安定させます。



横の手すり

座った姿勢を安定させることで、腹圧をかけやすくします。

立ち上がりの手すり

立ち上がる時の手すりは低いところを握ります。

5. トイレの扉

トイレの扉は開けたり閉めたり動作がしやすい引き戸が適切です。やむをえず開き戸にする場合は、万一のときに外から開けることのできる外開き戸にします。

6. トイレの場所

トイレの場所が近くなるだけでも、失敗が少なくなります。お年寄りの部屋はトイレに隣接して配置したいものです。



福祉用具 豆知識 —靴の巻—

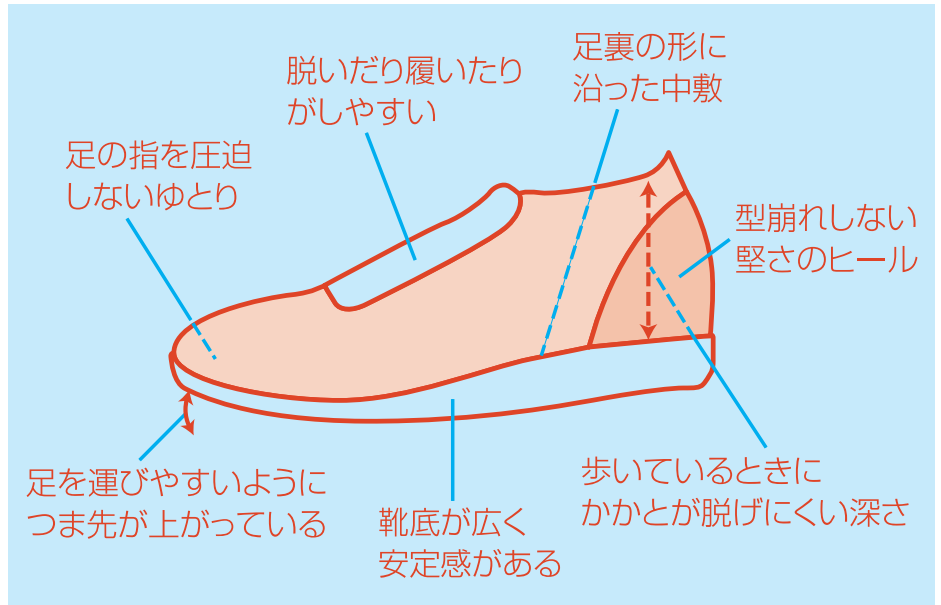


靴を選ぶ場合に最も大切なことは、使用する人の足に合った靴を選ぶことです。
足に合った靴は、使われる方の足型や歩き方、靴の使用目的やデザインなどによって変わります。

1. 履きやすく、歩きやすい靴

立ったり、歩くことができる方の靴には、履きやすさと歩きやすさが求められます。足首が硬くなっていたり、装具をつけていたり、手が不自由な方には、履きやすい靴であることと共に歩きやすい靴であることも大切なことです。図を参考にしてみてください。

片足に装具を必要とされる方は左右のサイズの違う靴にするか、中敷を入れて靴の大きさを調整します。



2. 足を保護する靴

靴には足を保護する目的もあります。立ったり、歩いたり
が困難な車いす生活の方で、足のむくみや痛み、包帯のある方
などには、伸縮性のある素材で履きやすく、保温性も考慮し
てある靴が良いでしょう。

3. 靴の専門家(シューフィッター)に相談する。

衣服に合ったデザインの靴がなくてお悩みの方や、歩行障害
はなくても、外反母趾や膝が悪く靴にお悩みの方は、靴の専
門家(シューフィッター)がいる店で相談してみることをお勧
めします。自分の好みに合った靴に出会えるかもしれません。



シリーズ **そこが知りたいQ&A**

日帰り介護(デイサービス)の利用について

Q 日中に介護をしながら、給食などのサービスが受けられるところはどこかないですか？

A 在宅のねたき高齢者の方等をリフト付きバス等で送迎し、各種のサービスを行う施設(デイサービスセンター)が各地に設置されています。身体障害や知的障害の方の制度もあります。詳しいことは、区役所福祉課、高齢者保健福祉相談窓口までお問い合わせ下さい。
(右の表は高齢者の日帰り介護の状況です)

対象者	概ね65歳以上の虚弱、ねたきり、又は痴呆性の方です。
提供されるサービス	基本事業(生活指導、日常動作訓練、家族介護者教室、養護、健康チェック、送迎) 通所及び訪問事業(入浴・給食)などです。
利用料	給食等の実費負担です。
施設の設置状況	名古屋市の施設は「高齢者福祉のあらし」平成11年6月版を参照にしてください。詳細についてはなごや福祉用具プラザまたは区役所までお問い合わせ下さい。
手続き	利用申し込みはお住まいの区の高齢者保健福祉相談窓口まで。

イベントレポート

年齢や障害の有無にかかわらずすべての人が健康で豊かに暮らすことができるバリアフリーの社会の実現、とりわけ高齢社会において福祉用具の活用はますます重要になってきています。福祉・健康に関する製品を一堂に会して展示・紹介する第2回国際福祉健康産業展「福祉用具'99」が、昨年に引き続き5月28日(金)～30日(日)にポートメッセなごや(名古屋市国際展示場)で開催されました。

出展社数は昨年の121社・団体から160社・団体へ、海外製品も10ヶ国1地域から15ヶ国1地域へと大幅にアップし、今回は日常生活用具、住宅設備・機器や地域の公設試験場や大学からの出展も増加しました。

入場者は3日間で5万7千人と、昨年より8千人増加しました。入場者の内訳は一般・学生が55%、次いで福祉・医療関係が18%、メーカー・流通関係が17%と一般利用者(エンドユーザー)が多いことが特色です。利用者の福祉用具への知識が豊かになっていくことが福祉用具の発展に欠かせません。今後も利用者

と出展者とのコミュニケーションが図られる展示会としてより充実していくことが大切なことだと実感しました。

この展示会の楽しみは各種講演会、シンポジウム、講座などの併催行事が充実していることです。いずれの会場も満席で、聴講者も様々な年齢の方が出席され、あらためて健康、介護など高齢社会への関心の高さに驚かされました。全部を紹介できませんが、「やればできる! 17歳の挑戦」と題する講演をしていただいた家本賢太郎氏は障害をもちながら、しかも中学卒業後パソコン会社の起業準備をされた姿勢には、会場のあちこちから驚嘆と賛辞の声が聞かれました。また、「介護保険制度導入で暮らしはどう変わっていくのか」の講演をしていただいた樋口恵子氏は女性の視点を軸に介護を社会化していくことの大事さを力説され、予定を30分超過した講演となりました。

今年の展示会から名古屋市総合リハビリテーション事業団は、主催団体の一員として参画することになり、なごや福祉用具プラザのブースの他、車いすバスケットボール「3on3」の模範試合や市民に体験していただく各種スポーツコーナーを企画、担当しました。

福祉用具という機械・機器をどう人間化して伝えていくかという視点で、今後ともこの事業を推進していきます。

NFP技術ボランティアのご紹介

私たちNFP技術ボランティア(なごや福祉用具プラザ技術ボランティア)は、福祉用具の製作・改造を通して、皆様の生活用具を豊かにします。

例えば…『市販品では自分に合ったものがなくて、困っている』



『ちょっと改造すれば、もっと使いやすく、自分に合ったものになるのに...』

『パソコンをやりたいけど、どうしたら良いか、いろいろ支援してほしい』

などの声にお答えします。

◆ 活動の紹介

現在、自助具グループ、被服グループ、パソコングループに分かれて、36名が活動しています。そして、なごや福祉用具プラザ

と連携をとりながら相談内容に応じて、用具や衣類の製作・改造、パソコンの導入支援、さまざまな工夫やアイデアの提供を行っています。グループメンバーは、企業の技術者、洋裁や手芸の講師、学生、福祉関係者など、さまざまな職種の人の集まりです。

◆ 製作、改造相談は？

窓口は、なごや福祉用具プラザで受付けています。お気軽にご相談ください。(担当：渡辺)

◆ 製作費用は？

製作、改造にかかる材料費等(実費)が、必要です。

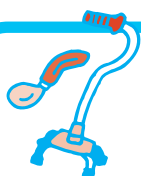
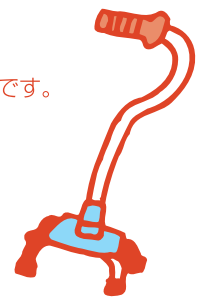
<活動日>

自助具グループ：毎月第1、3土曜日の午後

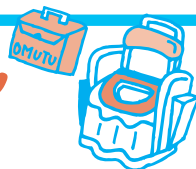
被服グループ：毎月第1、3金曜日の午後

パソコングループ：毎月第2土曜日の午後

合同定例会：毎月第4日曜日の午後1時～



販売・リサイクルコーナーより



福祉用具リサイクル情報のFAXサービスをはじめます。

福祉用具のリサイクル相談事業を始めて、早2年。電動ベッドや、車いす、入浴用品など、さまざまな福祉用具の「譲りたい」「譲ってほしい」という相談があり、登録件数も今年6月で1,100件を越え、たくさんの市民の方々に利用していただいています。

しかし、まだまだ、広報活動の行き届かない点もあり、もっと身近なところでこの情報を入手できるようにする必要があると考

えています。

そこで、1ヶ月に1度リサイクルの登録情報をまとめ、病院、在宅介護支援センター、訪問介護ステーションや市民団体などを対象にリサイクル情報を送るFAXサービスを始めます。前述の団体以外にも、銀行、スーパーなど市民の方々の方より身近なところへも情報を発信していきたいと考えています。FAXサービスを利用し広報にご協力いただける団体は、ぜひ一度ご連絡下さい。お待ちしております。

FAXサービスを希望する団体募集中!!

AJUリサイクル相談事業部

なごや福祉用具プラザ内

TEL052-851-0059 FAX052-851-0159

★なごや福祉用具プラザ★ 「今日から在宅介護」参加者募集等のお知らせ

日 時	① 8月25日(水)
	② 10月16日(土)
	③ 12月18日(土)
	④ 2月19日(土)

- 時間：いずれも10時30分～16時
- 対象者：高齢者・障害者の介護を
していらっしゃるご家族など
- 講師：保健婦、理学療法士、ケースワーカー
- 定員：25名
- 申し込み：q住所、w氏名、e電話、r参加
日、t現在介護をしているかしていないか（し
ている場合は書ける範囲で具体的内容）y講
座で聞きたいこと
以上を記入して、往復はがきでプラザまで

こんなのもあるよ福祉用具 ⑤食器編

食器を持って食べられない時、食事がしにくいことが
あります。器がテーブルの上ですべったり、最後の
一口が食べられずに困ったことはありませんか？

そこで、器の裏面に「すべり止め」と内側に「反り
返し」が設けられた食器を使ってみましょう。片手使
いでも簡単に物をすくったり、刺したりして最後まで
残らず食べられます。

いずれもプラザに展示しています。



- ライフモア青の風プレート ……………¥2,450
- ライフモア青の風ライスボール ……………¥2,150
- ライフモア青の風スूपボール ……………¥2,000
すべり止め加工付き。強化磁器。すくいやすい一方が低く斜めにな
っており、他方が壁になっています。腕の動作がコントロールしに
くい方、片手しか使えない方など
- 木製すくいやすい皿（小） ……………¥3,800
すべり止め加工なし。すべり止めシートと併用すると良い。すくい
やすい一方が低く斜めになっており、他方は深い壁になっています。
- フードガードD ……………¥1,800
皿のふちに取り付けて、すくいやすいよう壁をつくる。直径19～26cm
の皿に取り付け可。食べ物を皿から取るのが難しい方に便利です。
- ウルトラグリップ薄手シート ……………¥980
いろいろな場所で使えるすべり止めシートです。汚れたら手洗いで
できます。今ある食器の下に敷くことで、器がすべらず安定します。
- ライフモア青の風らくらくマグ ……………¥1,400
強化磁器。すべり止め加工付き。テーブルの上に手をおいたままで握
れるように、おむすび型になっています。4本の指が楽に入ります。



社会福祉法人 名古屋市総合リハビリテーション事業団
なごや福祉用具プラザ

〒466-0015 名古屋市昭和区御器所通3丁目12-1
御器所ステーションビル3F
TEL (052) 851-0051
FAX (052) 851-0056
電子メール nrc4@japan-net.ne.jp
ホームページ <http://www.japan-net.ne.jp/~nrc/plaza/>
●営業時間/AM10:00～PM6:00
●営業日/火曜日～日曜日
●休業日/月曜日・祝日・年末年始（月曜日が、祝日にあたる日は
翌日も休業になります）



この広報誌は再生紙
(古紙配合率100%)を
使用しています

暮らしほっとワーク第7号
発行日/平成11年7月15日
編集・発行/なごや福祉用具プラザ



※平成12年4月から介護保険制度が始まります。