

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—

Vol.13

SEPTEMBER 2001

今号より
内容を一新しました



今号の
CONTENTS
もくじ

使ってみて!おすすめ福祉用具… P2~3
新ネタ発信…………… P4
介護教室レポート…………… P5

お困り事相談室…………… P6
リサイクル相談事業部より… P7
お知らせ…………… P8

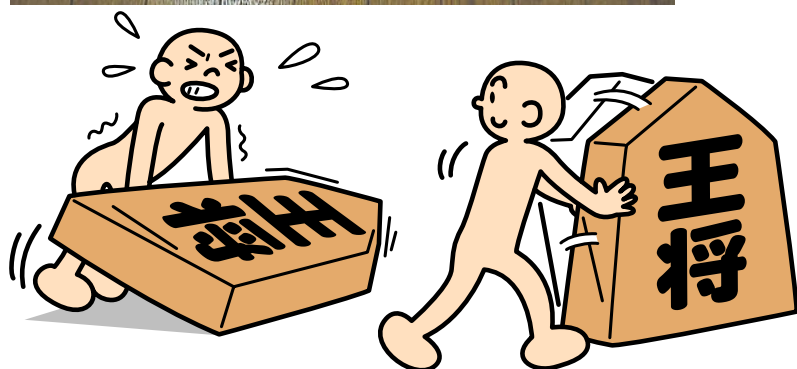


使ってみて!

おすすめ 福祉用具

介護保険でレンタルできる
生活の便利道具

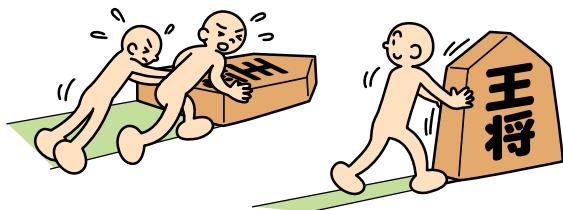
その1 体位変換器



将棋の駒で考えてみましょう。どちらが左右に動かし易いでしょうか？人の体も同じです。ベッドに上向きに寝たわたしたちの体もこれと同じと言えます。ですから、寝たままの方を左右どちらかに向きを変えるということは、とても力が

必要なことがわかりでしょうか。

介護保険の福祉用具貸与で利用できる‘体位変換器’は、寝たままの方を楽に動かすことのできる便利な福祉用具です。筒状のスライディングシートは内面が滑りやすい素材でできており、身体の下に敷き込むことでベッドとの間



1. 足側にずり落ちた身体を元の位置に戻す

● 膝を立てて足側から介助する方法



1 ▲頭を上げて頭から肩にかけて敷き込みます。



2 ◀介助者はベッドに上がり、膝が倒れないよう支持します。



3 ▲お尻に手を当てて、頭側に滑らせるように押し上げます。

● 頭側から介助する方法



1

▲シーツ交換の要領で頭からお尻の1/3程度がのるよう敷き込みます。



2



3

▲筒状のスライディングシートの上側を引くことで、身体を頭側に引き上げることができます。

◀ベッドの頭側のボードを取り外して頭側に立ちます。この時、ベッドのリモコンを使って介助しやすい高さにします。

2. ベッドの端に寄った身体を中央に戻す



1

▲横向きになり頭からお尻にかけてスライディングシートを敷き込みます。

※「1.足側にずり落ちた身体を元の位置に戻す」場合とシートを敷く向きが変わります。



2

▲筒状のスライディングシートの上側を引くことで、ベッドの中央に引き寄せます。

3. 身体の下になったスライディングシートを引き抜く



▲筒状のスライディングシートの下側を引くことで取り外すことができます。

スライディングシートの使用にあたっては、障害をお持ちの方の身体機能によって、頭を上げる、腕を組む、膝を立てるなどの動作ができれば、より楽に介助することができます。

詳しい使用方法、介護保険貸与に関しては、なごや福祉用具プラザまでお問い合わせ下さい。



新ネタ発信

障害者情報 バリアフリー化支援事業

パソコンの障害者
向け周辺機器と
ソフトの購入助成
のお知らせ



障害を持つ方がパソコンなどを使用するにあたり、必要となる周辺機器やソフトなどの購入費の一部を助成する制度が始まりました。なごや福祉用具プラザでは、この制度利用によるパソコン周辺機器のご相談を受付けています。

【対象となるものの例】

(1) 重度視覚障害者の方

① 視覚障害の方

ワープロソフト

例：マイワードⅢ、
ブレイルスター、
でんぴつなど

② 画面を拡大するソフト

例：ズームテキスト、
Vズームなど

③ 画面の文字や文章を 音声化するソフト

例：95リーダー、
PCトーカー、
ホームページリーダー、
アウトスポークン、
ヨメールなど

(2) 重度上肢障害の方

① 入力を補助する機器

例：らくらくマウス、
ヘッドマウスなどの
特殊なマウスや
スイッチなど

例：小型キーボード、
タッチウィンドウなど
の文字入力補助ソフト

② 入力を補助するソフト

例：オペレートナビ、
キネックス、

オンスクリーンキーボ
ードなど

【機種選定について】

上にあげたものが全てではありません。また、機器の選定は、使われる方の身体状況や目的によって選ぶ必要があります。各種周辺機器やソフトは、なごや福祉用具プラザにも展示してありますし、関係する情報提供もしています。

(参考) 周辺機器に関するホームページ [こころWeb](http://www.kokoroweb.org/)

<http://www.kokoroweb.org/>
機器の選定に関することは、
なごや福祉用具プラザまでご
相談ください。

・この助成は、1回の購入についてのみになりますので、
ご注意ください。

・パソコン本体は、助成の対象にはなりませんので、
ご注意ください。

【購入の流れ】

(1) 購入したい周辺機器の見積書を販売店などで取ってください。

(2) 各区役所民生課に「障害者情報バリアフリー化支援事

業助成申請書」がありますので、それに必要事項をご記入の上、見積書を添えてお申込みください。

※購入が先ではなく、事前に区役所に申し込んで決定通知が届いてからの購入になりますので、ご注意ください。

※助成額は、周辺機器等の購入に要した費用の3分の2以内で、10万円が限度です。

※申請書は、なごや福祉用具プラザにもあります。

【問い合わせ先】

なごや福祉用具プラザ
電話 (052) 851-0051
FAX(052)851-0056

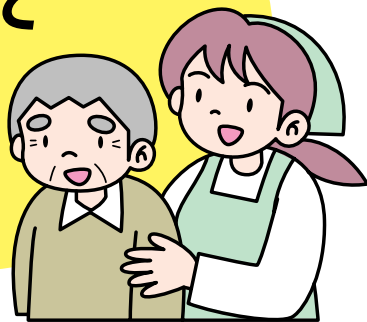
メール：nrc4@japan-net.ne.jp
名古屋市盲人情報文化センター
電話 (052) 654-4521
FAX(052)654-4481

名古屋市総合リハビリテーションセンター視覚指導課
電話 (052) 835-3523
FAX(052)835-3745

わだちコンピューターハウス
電話 (052) 841-7811
FAX(052)841-3788

介護者教室レポート

介護者教室って
どんなことを
しているの？



名古屋市の委託を受け、市内各区で実施している一般市民向けの無料講座で、現在は「痴呆症の方の介護」「福祉用具の活用法」など4日間コースが8シリーズ、「けがや病気の応急手当」「リラクソのためのアロマテラピー」など1日コースのものは12テーマほどを実施しています。今回はその中でも9/5(水)に行った1日コースの介護者教室をご紹介します。

「お年寄りが食べやすい、やわらかい食事の工夫～調理実習～」



於:中村区在宅サービスセンター 調理実習室

「かむ力が弱くなった」、「飲み込むときによくむせるようになった…」、お年寄りのそんな悩みを少しでも軽くする食べやすい食事とはどんなものなのでしょうか？

最初に椋山女学園大学 食品栄養学科の高野良子先生から、「厚いお肉はかみ切りにくい方でも薄切り肉を重ねることで食べやすくなる」など、調理の工夫や隠し包丁の入れ方の具体的なお話があり、参加された皆さんは「なるほど〜!」と感心。さっそく調理実習です。

今日のメニューは、やわらか焼き肉、鮭の蒸し焼きとろろソースかけ、キャベツのピーナツあえ、りんごの甘煮。普段介護をしている方も、今はまだただけど今後の参考に…という方も、皆さん大変熱心に、でも和気あいあいとした雰囲気の中、予定の2時間半はあっという間に過ぎていきました。作った料理はもちろん皆さんで試食…、「おいしい!」という声があちこちであがっていました。

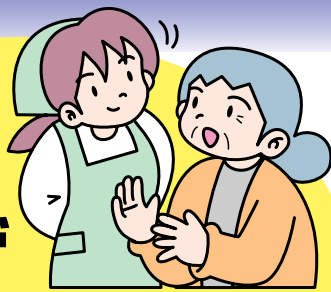
中村区在宅介護支援センターさんのご協力を得て実施した今回の調理実習は定員いっぱいとなり、好評を得て終了することができました。

同じテーマで平成14年1月9日南区在宅サービスセンターにて、また2月にも北区で実施を予定しています。
南区開催のものは12月より、申込みを開始しますのでご期待ください。

介護者教室に関するお問い合わせは、なごや福祉用具プラザまで。

TEL 052-851-0051 FAX 052-851-0056

プラザ お困りごと 相談室



先頃、76歳の夫を介護している71歳の女性からこんなご相談がありました。

最近夫が「たまには、前みたいにゆっくりとお湯につかりたいなあ〜」と一人つぶやいているのを聞くことが多くなりました。なんとかお湯につかれるようにしてあげたいのですが…



ご夫婦はお二人暮らし。夫は脳出血による軽度の左麻痺で、杖を使えば一人で歩く事ができます。椅子からの立ち上がりや、立っている時はバランスをくずさないよう見守りが必要です。これまで浴槽をまたぐことが大変なのでシャワーだけで済ましていました。また現在使っているお風呂用のイスは低く、ご本人が座ることも立ち上がることも何かと大変だった



プラザでは、浴槽と同じ高さのイスを置いて座って入る方法を紹介しました。浴槽へは、いすに座りお尻を浴槽の方にずらして出入りするようになります。

また選ぶ時のポイントとして次のような説明をしました。

- ①浴槽の出入りの時に肘掛が邪魔にならないものを選ぶ。
- ②浴槽の出入りがしやすい平たい座面のものを選ぶ。

- ③介護者も扱いやすいものを選ぶ。
- ④洗体しやすいものを選ぶ。

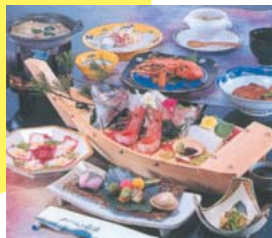
後日、シャワーイスを使用した様子についてお話をうかがいました。

今まで入浴は本人も介護者も疲れ、苦痛でした。しかしシャワーイスを使うことによって浴槽に入れるようになり、ゆっくりとお湯につかれるようになりました。また、今までのイスより高くなったことで、立ち座りも楽になりました。久しぶりに入浴が楽しく、気持ちの良いものとなりました。

その他、入浴に関する次ようなご相談もお気軽にどうぞ。

- ・浴槽に付ける手すりはないか？
- ・浴槽の上に腰をかけるための板はないか？
- ・浴槽の中に置ける椅子はないか？
- ・滑らないマットはないか？
- ・風呂場の壁に手すりはつけられないか？
- ・風呂場と脱衣場との段差をなくせないか？
- ・経済的に大変なので補助はないか？

リサイクル相談事業部より 楽しいおでかけ情報



「車いす利用の母とゆっくり温泉に行きたいけれど、名古屋の近郊で泊まれるところはないですか？」これは当情報センターによくあるご相談です。たまには日常生活を離れて、のんびりすることはとてもいいことですよね。今回は、名古屋から2時間半で行ける三重県志摩郡にあるお宿を紹介します。

■サンペルラ志摩

場所：三重県志摩郡磯部町の矢314 TEL0599-57-2130
FAX0599-57-2131

的矢湾入り江の高台にあり、部屋・大浴場・ラウンジ・レストラン、どこに居ても夜は灯台の灯り、朝は水平線から昇る太陽を眺めることができるというすばらしいロケーション。心身ともにリラックスできるそんなお宿です。

◎大浴場

アルカリ性単純温泉。入口から脱衣場、大浴場、露天風呂までは段差なし。湯舟に入るところに13cmの段差があるが手すりあり。洗い場には座面高30cmの風呂椅子あり。大浴場は基本的に貸切不可。

◎身障者専用浴室

洗面場・車いす用トイレ・浴室がある。（残念ながら、ここは温泉ではない）

◎ハンディキャップルーム

洋室ツイン1室。入り口は間口の広い引き戸。浴室とトイレは、部屋の中から繋がる（引き戸、内鍵あり）隣接の身障

者専用浴室を利用。部屋全体はかなり広く、電動車いすでの方向転換も充分余裕がある。

◎食事

夕・朝食ともレストラン。（椅子移動可能）夕食メニューは伊勢志摩の新鮮な魚介類を使った会席料理。朝はバイキング形式。

◎館内の移動

玄関、ラウンジ、食堂、各フロア一段差なし。身障者用エレベーターあり。

◎料金 1泊2食付き11,500円（平日、税・サ別）～

◎身障用トイレ 共用部分に2ヶ所

◎身障用駐車場 1ヶ所

◎貸出車いす 1台

◎アクセス

鉄道の場合：近鉄志摩線「志摩磯部駅」（エレベーターあり）下車、タクシーで約15分（志摩磯部駅まで送迎あり。但し予約制）

車の場合：伊勢自動車道 伊勢西ICより伊勢道路経由、磯部町へ。（伊勢西ICより約40分）または、パールロード的矢出口より5分

◎最寄りの観光施設

アトラクションも楽しいけれど、スペインの雰囲気も充分楽しめる「志摩スペイン村」（車で5分）

お伊勢さんの名で親しまれる「伊勢神宮内宮」（車で40分）ジュゴンや、ラッコで有名な「鳥羽水族館」（車で40分）
etc

”伊勢・鳥羽・志摩“を旅するならぜひ持っていきたい、車いすガイドブックのご紹介

『伊勢・鳥羽・志摩ガイド おでかけ!チェアウォーカー』伊勢鳥羽志摩の飲食店、観光スポットガイド、エリア内障害者トイレマップ等、お出かけ情報満載のガイドブック。

編集：伊勢バリアフリー団
2001年3月11日発行/A4版・50ページ
オールカラー
一冊400円

（郵送の場合は1冊の場合は送料込みで500円）
問い合わせ先：

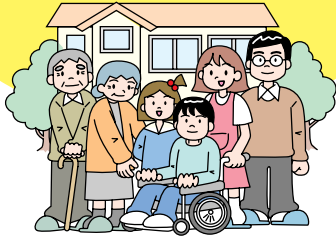
TEL0596-20-6616 FAX0596-20-6617

バリアフリーな宿情報、交通機関、福祉制度情報等々、お気軽にお問い合わせ下さい。

AJU自立生活情報センター

昭和区御器所通3-12-1 ステーションビル3F なごや福祉用具プラザ内
TEL052-851-0059
FAX052-851-0159
E-mail aju-inc@pop21.odn.ne.jp

お知らせ コーナー



と き 平成13年
11月10日 (土)
午後2時～4時
ところ 名古屋市高齢者
就業支援センター
大会議室

※なごや福祉用具プラザと同じビル内です。
※ビル西側のエレベーターをご利用下さい。

受講料 無料(定員180名締切)
対象 どなたでもご自由に
申込 不要

※手話、要約筆記が必要な方は申込み時に
その旨をお書き添え下さい。

※定員に満たないときは、当日申込みも
できますので、お問い合わせ下さい。

講演会のお知らせ

我が家の 車いす奮闘記

～車いすで歩む第二の人生～

講演者 前田 正和氏

ある日突然、あなたの大切な人が車いす生活になってしまったら…。「脳梗塞で倒れた父を“寝たきりにならないため”と車いすに乗せるのだが、車いすからずり落ちてしまう。ずり落ちないように車いすの上で縛られ、苦痛の表情を浮かべる父。そこには威厳に満ちた父の姿はなかった…」

車いすの生活になって家族は何をしてあげることができるのでしょうか?もし自分が車いす生活になったとしたら、どうして欲しいですか?大切な父親のために、より快適な車いすを探し求める奮闘記です。

主催： 名古屋市/
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
協賛： 愛知県理学療法士会

[同時開催] 身体拘束しないための車いす展
～より快適に座るための車いす選びを解りやすく展示します～
時間：午後1時～4時30分



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、翌日も休みになります)



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13号
発行日/平成13年9月15日
編集・発行/なごや福祉用具プラザ

