

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—



名古屋市農業センター
しだれ梅園

Vol.30

March 2007

今号の
CONTENTS
もくじ

プラザお困り事相談室
おむつの選び方・使い方について …P2～3
新ネタ発信 ……………P4～5

リサイクル相談事業部より… P6
家族介護者教室のご案内… P7
家族介護者教室レポート… P8

プラザ お困りごと 相談室



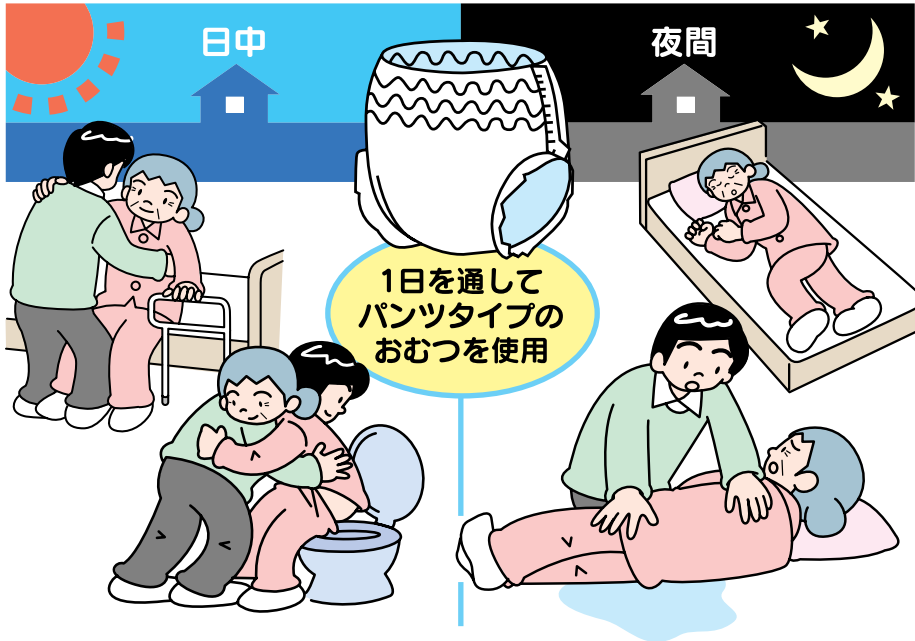
おむつの選び方・使い方について

先日こんなご相談がありました。

「おばあちゃんは毎日おむつを使用しており、日中は横漏れがないが、夜間は漏れることが多く困っています。どうしたらよいのでしょうか。」

詳しく状況をお聞きしました。

片麻痺があるが、日中は介助でトイレに行くことができている。しかし、トイレへの移動に時間がかかるため、間に合わないこともあり、念のためパンツタイプのおむつを使用している。一方、夜間は睡眠剤を使用していることもあり、トイレに行かずおむつへ排尿しているが、横漏れすることが多く困っている。腰をあげることがむずかしいので、寝たままの姿勢でのおむつ交換も困難。



最初の対応

日中はトイレに行くことができ、交換の際もつかまり立ちができるため、このままパンツタイプの使用をおすすめしました。パンツタイプは下着のような形のため、トイレでのおむつの着脱や立った姿勢でのおむつ交換が簡便です。また、テープタイプに比べて身体へのフィット性が高いため、外観上もすっきりしており、歩行時の足さばきもスムーズです。

問題は夜間のおむつです。まずは夜間のみテープタイプを使用することを提案しました。テープタイプのおむつは前開きのため、寝た姿勢での交換が簡便で、本人にとっても介護者にとっても負担が少ないです。また、パンツタイプに比べて股間幅が広く、ギャザーも大きいため漏れにくいのです。

そして、入眠前には必ずトイレでの排泄の声かけをするように助言しました。



パンツタイプ



テープタイプ

なお、最近では、1枚2役でテープタイプとしてもパンツタイプとしても使用できるおむつが販売されています。

2回目の対応

その後の来所で状況をお聞きしたところ、夜間の漏れが減ったとのことでした。そこで、もう少し快適に、そして自立を促すという目的で、日中のパンツタイプのおむつに替えて、尿とりパッドと布製の専用ショーツを使用してみてもどうかと提案をしました。

パンツタイプのおむつは構造上どうしても蒸れやすいこと、また、片麻痺があるため、歩行時の足さばきをよりスムーズにすることで、トイレへの移動がしやすくなるのではないかと考えたからです。

尿とりパッドと 布製の専用ショーツ



尿とりパッドと布製の専用ショーツの組み合わせは、

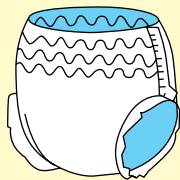
- ①パッドだけでは不安
- ②蒸れによる皮膚のトラブルはない
- ③現在のおむつでうまくいっているとの理由から今回は変更することを見送りました。

<参考>主なおむつの種類と特徴



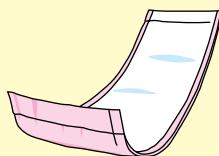
テープタイプ

- 寝ている姿勢でのおむつ交換がしやすい。
- 寝ている姿勢では比較的漏れにくい。



パンツタイプ

- トイレでのおむつの着脱や立った姿勢でのおむつ交換が簡便。
- 歩行時の足さばきがスムーズ。



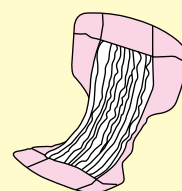
フラットタイプ

- 主におむつカバーの中に入れて使う。



軽失禁パッド

- 少量の尿漏れに対し、普段の下着に貼り付けて使う。
- 薄型で外観上も目立たない。



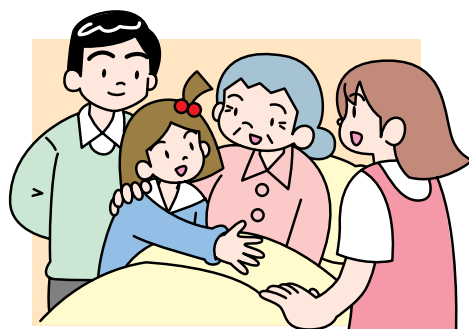
尿とりパッド

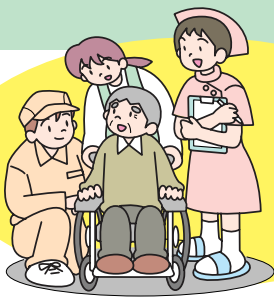
- パンツタイプやテープタイプの中に入れて使う。
- パッド交換だけならば、交換が簡便で経済的。

まとめ

今回のような歩行障害による機能性尿失禁の方には、おむつだけでなく、衣類の工夫やトイレなどの環境の整備も合わせて考えていく必要があります。

なごや福祉用具プラザでは、排泄のお困りごとの相談をお受けしています。尿失禁といってもさまざまなタイプがありますし、身体機能や生活スタイルも皆さん異なります。お一人お一人に合った解決策を一緒に考えていきましょう。どうぞお気軽にご相談ください。

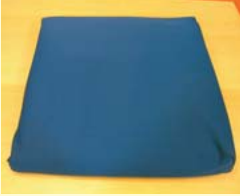




新ネタ発信 | なごや福祉用具プラザ 新製品展示のご紹介

グッドゲル

- ①17,850円
- ②流動性軽量ゲルの採用により効率的に体圧を分散し安定したカーブ形状のベースクッションによりずれ落ちを防止します。



ウィジット付車いす

- ①380,000円
- ②本機は、前進・後退・回転・停止を可能にした画期的なレバー式操舵システムです。軽い力で操作でき、坂道の上り下りも可能です。



αPLAすくっと

- ①57,750円
- ②起き上がり、端座位、介護するときの動きやすさと、体圧分散をしながら快適な寝心地を実現する体圧分散式マットレスです。



前開きパジャマ(上)

- ①6,825円
- ②前面と袖口にマジックテープを使用。ワンタッチで開き、注射や血圧測定に大変便利。洗濯時に自分のものとわかるネームシール付。



ファスナー付きズボン

- ①7,350円
- ②前両側にファスナーを使用。おむつの取替えが便利。ファスナーを下げてズボンがずれ落ちないようにウエストにベルトがある。



ウォーカー(折り畳み式)

- ①18,000円
- ②狭い屋内での移動はもちろん屋外でも使用が可能です。また、ワンタッチで折りたたみが出来るので場所もとりません。



ウォーカー(折り畳み式/キャスター付)

- ①27,000円
- ②後脚のWキャスターは体重を掛けると脚部がロックするスライドブレーキを装備してあります。



スタンダードアルミケイン(SN-421)

- ①4,000円
- ②SGマーク適合製品。2種類のグリップと豊富なカラーバリエーション、軽量。



スタンダードアルミケイン(SN-415)

- ①4,500円
- ②SGマーク適合製品。2種類のグリップと豊富なカラーバリエーション、軽量。



ロフトランドクラッチ 小

- ①8,600円
- ②2種類のアームカフはABS樹脂を採用。4色カラー。身長、体格、用途に合わせて6タイプからお選びいただけます。



ロフトランドクラッチ 中

- ①8,600円
- ②2種類のアームカフはABS樹脂を採用。4色カラー。身長、体格、用途に合わせて6タイプからお選びいただけます。



機能型クウォードケイン

- ①11,100円
- ②右手、左手どちらでも使用できる四点杖です。クリスタル独自の設計によるグリップは手のひらフィットベース面が小さいタイプです。



ミニフレームウォーカー固定型

- ①18,000円
- ②全幅が42cmと非常にコンパクトで小柄な方、狭い廊下やトイレでの使用に最適です。



シャワーチェアコンパクト折りたたみタイプ

- ①16,000円
- ②独自の折りたたみ構造により、従来品と設置面積は同等も幅で9cmもワイドな座面を実現。座面横に何も無いので介助・洗体も楽にできます。



バスツールコンパクト可変1520

- ①13,500円
- ②狭い浴槽でも足置きスペースを確保できるコンパクトタイプ。高さも15・17.5・20cmの3段階で可変します。



① 参考価格

② 特徴 (申請企業の説明文を転記)

試用体験や製品に関するお問い合わせは、
なごや福祉用具プラザのカウンターまでどうぞ。



なごや福祉用具プラザでは概ね2ヶ月に1度、
新製品展示の選定をおこなっています。
福祉用具は様々な工夫や新しい機能が増えています。
一度ご覧になってお確かめください。

入浴グリップ

- ①18,000円
- ②2枚の固定板により湾曲した浴槽ふちにも取り付けが可能で、湾曲幅3cm迄。取り付け可能な浴槽ふち厚は4.5~13cmとワイドに対応。



家具調トイレ座楽KH型

- ①53,000円
- ②ひじ掛けが跳ね上がるので、横への移乗も楽になります。独自の1軸ひじ掛け機構なので、跳ね上げ時の介助空間も広くとれます。



よべーる180SF

- ①18,900円
- ②一方向音声モニター。無線到達距離約60m。アラーム音の音量調節機能付。ナースコールはアラーム音、フロアセンサー(オプション)はメロディ音で識別。



よべーる140S

- ①14,700円
- ②双方向音声モニター。無線到達距離約70~80m。充電式電池採用。



よべーる100

- ①10,500円
- ②携帯型呼び出し専用アラーム(音と光でお知らせ)。無線到達距離約50m。音量3段階調整機能で、ペンダント型送信機同時使用可。



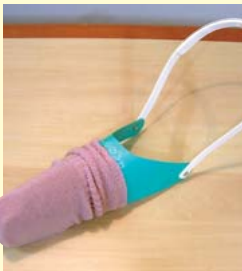
へんしん自在 ピタッチパンツ

- ①1,880円
- ②1枚で2役はき替えいらす。日中パンツで上げ下げラクラク。就寝時は開閉できるからパッド交換しやすい。昼でも夜でも使える進化したパンツ。



ソックスエイド「はくのら〜く」

- ①2,940円
- ②からだの障害やケガ、妊娠中などで、足先に手の届かない人が、自分でくつしたを履くための補助用具。



コンビキャリースルーンHi

- ①25,800円
- ②段差スルー機能を搭載、段差のつまづきを解消します(3cmまで)。また折りたたみ機能、座席、ゆっくり回る車輪つきです。



スタートヘミSE

- ①296,800円
- ②キャスターがフレーム外側にオフセット(足こぎがしやすい)。スタートヘミの機能に加えて、バックレストの角度調整が可能(6ピッチで93度~105度)。



オンリーワントランクス

- ①1,260円
- ②紙おむつオンリーエアープラス用のアウトターパンツ。マイクロファイバー使用でソフトな肌触り。



オンリーワンメッシュホルダー

- ①1,312円
- ②紙おむつオンリーエアープラス用のアウトターメッシュホルダー。伸縮性のあるネットパンツ。



大人用紙おむつ ウイングケアー

- ①2,835円
- ②横先縦後方式のベルトタイプ紙おむつ。



大人用紙おむつ オンリーワンパンツ

- ①1,980円
- ②はくパンツのトランクス型。



大人用紙おむつ オンリーワンエアープラス

- ①1,500円
- ②ひょうたん型尿とりパッド。



大人用紙おむつ さらさらスリム

- ①990円
- ②防水フィルムを使用していないので、どこからでも吸収します。



リサイクル 相談事業部とより



車いすトイレのある
飲食店をご紹介します

★和食

●しゃぶしゃぶの木曾路



【錦 店】中区錦3-20-15
TEL 052-951-3755
FAX 052-953-5875
地下鉄東山線・名城線栄駅～徒歩5分
【東名店】名東区社台3-227
TEL 052-773-3431
FAX 052-760-7555



地下鉄東山線一社駅～徒歩5分
【栄 店】名古屋市中区栄3-7-9
新鏡栄ビル1F・B1F
TEL 052-264-1691



FAX 052-264-1099
地下鉄東山線・名城線栄駅～徒歩3分

【太平通店】中川区太平通4-21
TEL 052-361-5144
FAX 052-361-5153
地下鉄東山線高畑駅～徒歩20分



【笠寺店】南区前浜通3-1-1
TEL 052-811-7501
FAX 052-819-5100
市バス基幹1、神宮16、新瑞13、南巡
回の南区役所停留所～徒歩数分

●河村屋本店(日本料理)



東区泉2-1-32
TEL 052-931-4545
FAX 052-932-5440
地下鉄桜通線高岳駅～徒歩5分

●葉若(はわか)讃岐うどん、丼物



港区港楽3-13-2
TEL 052-654-3566
FAX なし
地下鉄名城線築地口～徒歩5分

●手のべとんかつ 百年亭



天白区植田本町2-1001
TEL 052-802-1207
地下鉄鶴舞線植田駅～徒歩6分

●そば、とうふの店 味暦(あじごよみ)



中村区豊国通4-7
TEL 052-461-8448
FAX 052-461-8448
地下鉄中村公園駅～徒歩5分

おいしいものを食べに出かけませんか?今回は、安心してゆっくり食事を楽しめる、車いすトイレのある飲食店をご紹介します。すべて、公共交通機関を利用して車いすで行けるので、ご利用下さい。



★中華料理

●シャンハイダイニング彩華(さいか)



天白区元八事5-81
TEL 0120-836800
FAX 052-836-0066
市バス植田12、天白巡回の元八事四丁目～徒歩5分

★焼き肉

●名古屋ビール園 浩養園



千種区千種2-16-15
TEL 052-741-0211
FAX 052-733-9889
地下鉄鶴舞線鶴舞～徒歩15分

●長水苑



南区弥次工町3-3
TEL 052-612-3531
市バス神宮16、新瑞13、南巡回の総合体育館南～徒歩6分

★洋食

●オールドスパゲティファクトリー 名古屋市南陽通店



南区三条1-9
市バス神宮12の南陽通四丁目～徒歩数分
TEL 052-691-3915
FAX 052-691-3919

※車いすのまま入れる手すり付きのトイレはありますが、店舗により仕様は様々です。心配な方は、事前に確認をお願いします。

リサイクル相談事業部では、「福祉用具のリサイクル相談」の他に、「車いすで行く旅行」や「車いすで利用できる名古屋市内の飲食店」などの情報提供や「福祉用具の販売、レンタル・販売の斡旋」などを行っています。ぜひ、ご利用下さい。



(社福)AJU自立の家 リサイクル相談事業部

昭和区御器所通3-12-1
御器所ステーションビル3F なごや福祉用具プラザ内
TEL052-851-0059 FAX052-851-0159
【E-mail】recyclesodan@aju-cil.com

平成19年度
前期(4月～9月)

なごや福祉用具プラザ主催 家族介護者教室のご案内

名古屋市内16区で、一般市民を対象に、介護や福祉用具に関する講座を開催します。
ご家庭で介護をしている方、離れて住むご家族が気がかりな方、これから備えて
学びたい方、介護に関心のある方のご参加をお待ちしています。
各講座終了後に介護に関する個別相談会を行います。お気軽にご参加ください。

千種区

元気な脳を保つために

脳が衰えないように、また衰えてきてでもできるリハビリ方法を学びましょう。

- 7月 3日(火) 脳のしくみを学ぼう
- 7月10日(火) 健やか脳のリハビリ
～読み・書き・計算～
- 7月24日(火) 健やかバランス体操
- 7月31日(火) 脳のリラクゼーション
～ストレッチ～

東区

あきらめないで認知症

認知症介護の知識と心構えについて学びましょう。

- 6月 5日(火) 認知症の理解
～早期発見のヒント～
- 6月12日(火) 認知症高齢者のリハビリ
～読み・書き・計算～
- 6月19日(火) 高齢者虐待ってなに?
- 6月26日(火) 相談しましょう～交流会～

北区

家庭でできる安心介護

家庭でできる介護方法を学びましょう。

- 6月26日(火) からだをキレイに
着替えをラクに
- 7月 3日(火) ベッド上の姿勢と起き上がり
- 7月10日(火) 立ち座りと安全な移動
- 7月18日(水) 食事の工夫と介助

西区

リフレッシュしよう! 家庭介護

リフレッシュの機会と介護に生かす知恵を紹介します。

- 5月17日(木) こころと体をほぐす～指圧～
- 5月31日(木) 体を動かしてリフレッシュ
～体操～
- 6月 6日(水) 自然の香りもたらす効果
～アロマセラピー～
- 6月15日(金) 癒しの音楽～音楽療法～

中村区

気になる! 心臓

心臓病の予防法と付き合い方について学びましょう。

- 7月 5日(木) 狭心症・心筋梗塞について
- 7月12日(木) 食事の管理
- 7月19日(木) 薬の管理
- 7月26日(木) まさか!の時の対処方法
～心肺蘇生～

中区

認知症の介護

認知症を理解し、接し方について学びましょう。

- 7月 4日(水) 認知症の理解
～地域の医師とともに～
- 7月18日(水) 家族会からの助言
- 7月25日(水) 高齢者虐待ってなに?
- 8月 1日(水) 笑いの効果
～落語を聴いてみましょう～

昭和区

気になる病気と生活

高齢期の病気と暮らしについて学びましょう。

- 6月 6日(水) パーキンソン病の診断と介護
- 6月13日(水) 足腰の病気の診断と介護
- 6月20日(水) 今とこれから
～朗読を楽しむ～
- 6月27日(水) 最後まで自分らしく・老後の
あんしん設計

瑞穂区

リフレッシュ♪ 家庭介護

リフレッシュの機会と介護に生かす知恵を紹介します。

- 6月28日(木) 音楽の持つ力～音楽療法～
- 7月 5日(木) こころと体をほぐす～指圧～
- 7月12日(木) じぶんのきもちを見つめなおそう
～アートセラピー～
- 7月19日(木) 自然の香りもたらす効果
～アロマセラピー～

熱田区

あきらめないで認知症

認知症介護の知識と心構えについて学びましょう。

- 5月31日(木) あきらめないで認知症
～家族の力・医師の力～
- 6月 7日(木) 家族会からの助言
- 6月14日(木) 高齢者虐待ってなに?
- 6月21日(木) 認知症の予防のために

中川区

認知症を学ぼう!

認知症の正しい理解、対応方法、予防について学びましょう。

- 6月 8日(金) 認知症について
～症状と接し方～
- 6月15日(金) 回想法を取り入れた
介護の工夫
- 6月22日(金) 認知症のリハビリ～折り紙～
- 6月29日(金) 認知症の人の人権を守る

港区

こころのリフレッシュ!

介護者のリフレッシュと、介護する上でも役立つことを兼ねて紹介します。

- 6月 7日(木) 自然の香りがもたらす効果
～アロマセラピー～
- 6月14日(木) 色でゆとりとやすらぎ
～カラーセラピー～
- 6月21日(木) こころと体をほぐす～指圧～
- 6月28日(木) 笑いの効果
～落語を聴いてみましょう～

南区

認知症を理解する介護

認知症の正しい理解、対応方法、予防について学びましょう。

- 6月27日(水) 認知症について
～症状と接し方～
- 7月 4日(水) 動物があなたを癒す
～アニマルセラピー～
- 7月13日(金) 認知症のリハビリ～折り紙～
- 7月20日(金) グループホーム見学会

守山区

介護者を支える～ゆとり～

介護を長く続けるためには、生活にゆとりを取り込むことも大切です。ゆとりのヒントをご紹介します。

- 6月22日(金) 脳をイキイキ保つために
- 6月29日(金) リフレッシュ体操
- 7月 6日(金) 笑いの効果
～落語を聴いてみましょう～
- 7月13日(金) こころと体をほぐす～指圧～

緑区

認知症の理解と介護

認知症を理解し、接し方や介護の工夫について学びましょう。

- 7月24日(火) 認知症の分類と
その精神症状
- 7月31日(火) 家族会からの助言
- 8月 7日(火) 高齢者虐待ってなに?
- 8月21日(火) 最後まで自分らしく・老後の
あんしん設計

名東区

認知症になる前に

認知症の予防と早期発見の重要性や、知っておくと安心な制度を紹介します。

- 5月 9日(水) いつわかるの?認知症
- 5月16日(水) 脳トレでイキイキ!
- 5月30日(水) 体を動かして脳もイキイキ!
- 6月 7日(木) 認知症の人を支える
法的サービス

天白区

ゆとりある介護

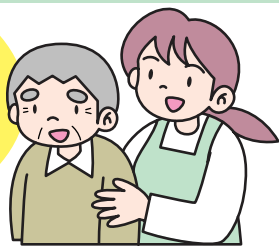
介護にゆとりを持つ工夫を紹介します。ゆとりある時間をすごしましょう。

- 5月 8日(火) ここちよい対人関係を見つけよう
- 5月15日(火) 癒しの音楽～音楽療法～
- 5月29日(火) じぶんのきもちを見つめなおそう
～アートセラピー～
- 6月 5日(火) 自然の香りがもたらす効果
～アロマセラピー～

■上記開催内容は平成19年1月31日現在のものです。日程や講座内容が都合により変更になる場合があります。
■開催場所や講師などの詳細については、区ごとに作成するチラシをご覧ください。なごや福祉用具プラザ・区役所・保健所・社会福祉協議会などのカウンターに随時設置いたします。
■1日コースの地域介護者教室も随時開催いたします。なごや福祉用具プラザまでお問い合わせください。

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？



熱田区では、「いつまでも食事を楽しむために」をテーマに、4回シリーズで講座を開催しました。1月16日の第1回は、「口からはじめる介護予防」というテーマで摂食・嚥下(えんげ)障害看護認定看護師の青山寿昭さんからお話を伺いました。

『あつた介護者教室』

講師：摂食・嚥下(えんげ)障害看護認定看護師 青山 寿昭さん
会場：熱田区在宅サービスセンター 研修室

要介護高齢者の日常生活における一番の関心事は、食事だそうです。「少しでも長い間美味しいものを食べていたい!」「障害を負っても何か食べたい!」という願いは皆同じです。講座では、毎日、意識することなく行っている「食べて飲み込む」という複雑なメカニズムを映像で学んだ後、実際に、舌を使わないでお菓子を食べたり、唇を開けたままお茶を飲むことに挑戦し、舌や唇の役割を再認識しました。

次に、ものが飲み込みにくくなる嚥下(えんげ)障害や、食べ物や唾液が食道ではなく気道に入ってしまう誤嚥(ごえん)についても学習しました。

食べ物が気道に入るとむせてしまいますが、加齢や喫煙習慣によって感覚が低下し、むせないままに起きる誤嚥もあるそうです。これは「不顕性誤嚥(サイレントアスピレーション)」といい、症状がないので誤嚥したことに気づかず、肺炎を起こす危険があるとのこと。厚生労働省調査では、肺炎による死亡は65歳から急増し全死因の第4位ですが、そのほとんどが誤嚥性肺炎の可能性があるとされており、嚥下障害を減らし、肺炎を予防することがいかに大切であるかを知りました。

嚥下障害を起こす原因のうち最も多いのは、脳血

管障害であることや、症状が少なく気づきにくい隠れ脳梗塞のサインをどのようにして知るかについても学びました。また、嚥下機能は、加齢や筋力低下によって障害を起こしやすくなり、60代より70代が、明らかに機能が悪いというデータが示されました。

最後に、誤嚥防止に効果がある肩、頸、口唇、頬、舌の運動を全員で行いました。

「脳血管障害で嚥下障害が起きても、あきらめる事はありません。制限はつくかもしれませんが、ほとんどが食べられるようになります。家族が入院して食べられない状態になったとしても、食べさせたいことを熱心に病院に訴えてください。」という講師の言葉に、皆さんうなずいていました。



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・祝休日・年末年始(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%、白色度83%)を
使用しています

暮らしほっとワーク第30号

発行日/平成19年3月15日

編集・発行/なごや福祉用具プラザ

