なごや福祉用具プラザ広報誌

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.80

November 2023

史跡 小牧山

特集 プラザお困りごと解決ノート …… P2～4
【相談①】靴選びのお悩み　【相談②】排せつのお悩み
製作・改造事例の紹介 …… P5
新ネタ発信 …… P6～P7

プラザ お困りごと解決ノート

なごや福祉用具プラザでは、ご利用者の皆さまからさまざまなご相談をいただいています。今回は、そうしたご相談の一例を紹介いたします。

相談① 靴選びのお悩み

プラザへ来所される方からの相談で、どのような靴を選んだらよいかと尋ねられることがあります。

靴のサイズが適切でない、目的とは異なる靴を選ぶと、つまずきや転倒の危険性が高まる、靴擦れ等の足のトラブルの原因になるなどの不具合が起こりやすくなります。

そこで様々な機能を持った靴のご紹介や、目的別の選び方、靴のサイズのポイントをご紹介します。

靴を選ぶためにまず考えたいこと

靴屋さんなどでは、サイズを合わせることはもちろん、歩きやすい靴、おしゃれやアウトドア用など、目的や用途に合わせて選ぶことが多いと思います。例えば、山登りをするのにハイヒールを選ばれる方はいないですね。

福祉用具としての靴も基本的には同じ考え方で、靴にはさまざまな種類がありますが、まずどんな時に使用するのか、どんな機能を必要とするのかを検討していきます。

どんな時に使用するのか

- 外出用
- 運動用
- 室内での移動用
- 足の保護、保温用（室内用）など

どんな機能を必要とするのか【機能別の特徴（例）】

保護・保温

- 柔らかく、温かいものが多い（主に室内履きで使用される）
- 靴裏も柔らかいことが多く、歩行には向かないものが多い

足の変形・変化に対応

- 中敷きの工夫がされている
- 伸縮性のある生地が使われている
- 面ファスナーなどで調整しやすい

転倒防止・歩きやすい

- つま先部分が上がってつまずきにくい
- 足首の安定性を高めるため、かかとがしっかりしている
- 甲の部分がしっかりおおわれている
- 紐や面ファスナーで調整しやすいものがある

装具の上から履くことができる

- 開口部分が大きく開けられる
- 靴の幅が広い
- 面ファスナーで調整できる

サイズ合わせについて

目的や用途に合った靴を選ぶことができたら、履く人の足に合ったサイズを検討します。

歩行を目的として靴を選んだ場合、できれば立った状態で足の長さ（足長）と足の幅（ワイズ）を測り、それを目安にサイズを選びます。

両足に履いて実際に歩いてみることが望ましく、以下の❶～❺を確認します。

❶つま先に10～15㎜程度の余裕があること
❷足の指が動かせること
❸足の付け根やつま先に圧迫感や痛みがないこと
❹足のかかとと靴のかかとがあっていること
❺足が靴の中で遊んでいないこと（大きすぎないこと）

靴の履き方

❶靴の中に足を入れます。かかとを踏みつけると足首の安定性が落ちてしまうので、靴ベラを使用したりして、踏みつけないように工夫します。
❷かかとを合わせる（つま先を上に向けてかかとでトンと床をたたく）。
❸紐や面ファスナーでしっかりと甲の部分を止める。
❹立ってみて少し足踏みをして不具合がないか確かめる。

相談員の独り言

家に上がるときに靴を脱ぐという習慣や草履や下駄の文化的背景の中で、きちんと靴を履くことに対して無頓着な部分が日本人には多い気がします。今でもご自身のサイズをきちんと測ったことのない人が多く、靴の着脱のしやすさや見た目などで選択しがちです。

体のどこかに不調があるときにこそ、正しい靴のサイズで目的・用途に合った靴を選択することで歩きやすく安全に移動できる場合があります。

適した靴を一緒に考え、プラザに相談に来てよかったと思っていただけることに喜びを感じます。日々笑顔で皆様の来館やご相談をお待ちしたいと思います。

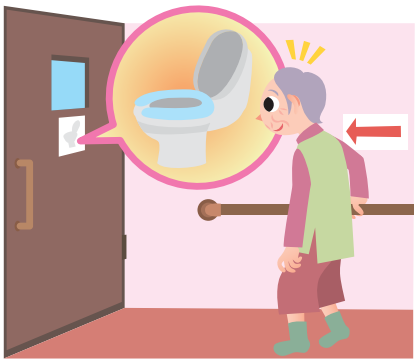
相談② 排せつのお悩み

みなさんも、外出先でトイレに行きたくなったが、トイレが見つからず我慢して、ギリギリ何とか間に合った…！という経験を一度はしたことがあると思います。

これは「トイレが間に合った」例ですが、「トイレが間に合わなくなった」という相談をよくお受けします。ひとくちに「間に合わない」といっても、詳しくお聞きすると、困っている内容はさまざまです。

そこで、排尿のお困りごとの相談例と、その対策についてご紹介します。

相談例 1 認知症や目の見えづらさなどにより、トイレの場所がどこかわからない



実はトイレの表示自体が、その方にとってわかりにくい場合があります。

人型のマークやWCなどの表示がトイレだと認識しづらい方には、大きな紙に大きな文字で「便所」と書いて貼り、矢印で誘導してみたら、トイレにたどり着けるようになった例があります。また、トイレのイラストや写真が表示されていると認識しやすいという方もいます。

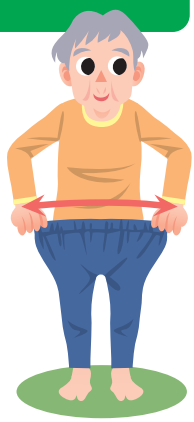
廊下などが暗いことでトイレの場所がわかりにくくなる場合もありますので、足元への照明設置、蛍光シールでの誘導、トイレまでの通路は電気をつけたままにしておくなどの対応でスムーズにたどり着ける場合もあるようです。

相談例 2 筋力低下や運動機能の低下により、立ち上がりや歩行に時間がかかり間に合わない

室内にあるローテーブルやテレビ、ドアノブなどにつかまって立ち上がったり、手すりのない壁を伝って歩く場合があります。いずれも不安定なためにかえって動くのに時間がかかったり、転倒の危険性が高くなります。

その方の身体状況や住宅事情を考慮する必要がありますが、立ち上がり用に置き型の手すりを置く、移動時は家の中でも杖や歩行器を使う、廊下に手すりをつけるといったご提案をします。

相談例 3 トイレ内でズボンなどを脱いでいる間に尿が出てしまう



トイレ内での衣類の着脱に時間がかかる場合、衣類の工夫もひとつです。

普段からボタンやファスナーのあるズボンにベルトを締めている方には、ベルトを外してみる、ウエストをゴム製のものにしてみる、裏地がサテンのようになめらかな素材のズボンをはいてみる、といったご提案をします。

また、衣類の工夫とは異なりますが、トイレに到着してから排せつまでの工程を短縮するという点では、トイレの扉を出入りしやすくする、トイレのフタを開けておく、スリッパを履かないなどもひとつの方法です。

相談例 4 尿意を感じると我慢できない、トイレのことを考えただけで尿が出てしまう

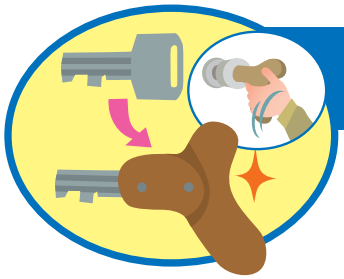
❶～❸のような生活上の工夫だけでは対応が難しい❹のようなの症状を『切迫性尿失禁』といいますが、早めに泌尿器科などの専門医への相談をお勧めしています。

実際の排尿状況を知るために3日ほど、排尿の時間や回数、水分摂取状況を記録した「排尿日誌」を受診時にご持参ください。診断の参考になります。

相談員の独り言

このように、排せつのお困りごとは人それぞれ、対策もさまざまです。プラザでは、状況に応じて、どのような工夫ができるかを相談者と一緒に考えてご提案しています。

排せつの相談は恥ずかしくて気が進まないなぁという方は、来所の他に電話での相談もできます。どうぞお気軽にご相談ください。



プラザの利用者さんへ自助具を提供し、
ご本人の生活が豊かになった例を紹介します。

製作・改造事例の紹介

車いすのまま市販の体重計に乗ることができる自助具

車いすを使っている利用者から、健康管理のために自宅で車いすに乗ったまま体重を測りたいと相談がありました。

病院やカタログ等で車いす用体重計を見かけますが、購入するとなると高価であり、手軽に使えるものではないという相談でした。そこで車いすのまま台に乗って測ることができる自助具を製作することにしました。

●材料リスト

●ベニヤ板(550mm×550mm×9mm)	1枚
●角材(250mm×30mm×20mm)	2本
●アルミL字アングル	4か所
●ゴム足	4か所
●固定皿ネジ	8か所
●付属スロープ用傾斜板	2枚
●化粧板(550mm×200mm×12mm)	1枚
●持ち手	1個
	など

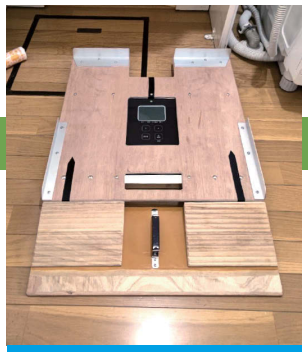
●材料費

4,200円程度

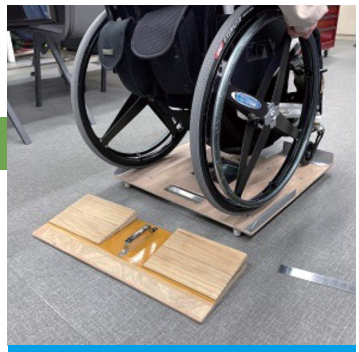
●作り方

車いすが乗る最小面積で台となるベニヤ板を切ります。そこへ体重値を見るための四角窓を切り抜き、板の4か所へアルミL字アングルを取り付けます。裏にはこの板と体重計がズレないように角材を貼り、枠を設けました。そして四隅にゴム足を取り付けます。

付属スロープは化粧板を土台に傾斜板を左右に貼り付け、その間に持ち手を固定しました。



自宅での設置の様子



体重を測っている様子

●工夫した点と使い方

製作の際、体重計へ乗せる台が床に着かないようにバランスが取れる位置にしました。利用者が台に乗った時に大きく傾かないように四隅に足をつけ、それが床には触れないように隙間を設けました。また台から脱輪しないよう4か所へアルミL字アングルでガイドを付けました。

体重を測る手順は、①リーチャー(棒)で体重計の電源ボタンを押す。②付属のスロープを使って台に乗る。③体重計の体重値が表示され、数値の変動がなくなったら台から降りる。④体重計の体重値表示を読み取る。となります。

この体重計では台を乗せた状態で電源ボタンを押すと台の重さは計測しません。体重計の値は車いすが降りてから30秒程度の表示を保持しているので読み取ることができます。

しかし利用者から台自体が重いため自分で設置や片付けができず、以前と同様の方法で直接体重計に乗って測っているとの連絡を受けました。家が広くて置いたままにできる方や、介助者がいる方には良いだろうとのことでした。

いったん台をお預かりし、再検討することにしました。今後プラザに来館された車いす利用者が自由に測っていただけるよう設置し、ご意見をいただきながら改良していく予定です。

なごや福祉用具プラザでは福祉用具の製作・改造を通じて、
ご本人やご家族等の生活を豊かにするお手伝いをします。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追加展示品のご紹介です。

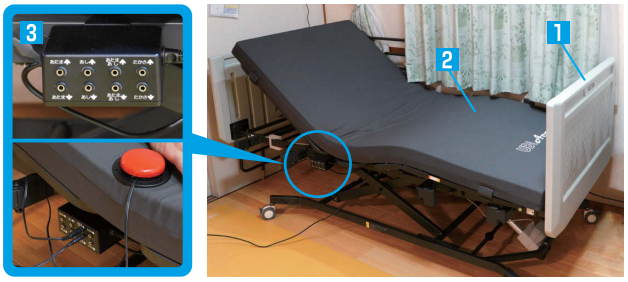
なごや福祉用具プラザでは、年２回の常設品展示の選定と毎月の新製品展示の選定を行っています。新しい機能や工夫がある福祉用具が増えています。是非、一度ご覧になってお確かめください。

1 ミオレットⅢ　２モーター　樹脂ボード
2 ユービーポイントエース　通気タイプ
3 スイッチ接続キット

1 価格 オープン価格　重量 85.5キログラム
特徴 利用者にも事業所にも優しいマルチなスタンダードベッド。垂直昇降で省スペース設置を実現。身長に合わせてベッドサイズを変更可能。ズレ・圧のない背上げを４つの機能で実現。
※キャスター使用の場合は課税

2 価格 45,000円（税別）　重量 6.0キログラム
特徴 寝心地の良さと動きやすさを両立した、幅広い方にお使いいただけるベーシックなウレタンフォームマットレス。硬さが選べるリバーシブルタイプ。
※非課税対象の電動ベッドと同時購入で非課税対象

3 価格 オープン価格　重量 0.19キログラム
特徴 環境制御装置の電動ベッドへの取り付けが可能となり、手元スイッチの操作が困難な方でもベッド操作ができるようになります。



「ラ・クリップ」カバータイプ　キャリー

価格
オープン価格
重量
45.2キログラム

特徴「引いて立つ」新発想の手すりラ・クリップは、これ１本で起き上がり・立ち上がり・立位保持・移乗の４つの動作を支える事ができる自立支援のための福祉用具です。

まえてあ

価格 128,000円（税別）
重量 13.0キログラム
特徴 つけ外し可能な大きな前手すりと、幅広い左右の手すりで姿勢崩れを支え、前後姿勢を保ちます。快適な排泄姿勢を保ち、自立を支援します。

車椅子レインコート　クリアー／ピンク　Mサイズ

価格
10,000円
（税別）
重量
0.5キログラム
特徴 生地が厚く、しっかりした作りのためタイヤへの巻き込みを防ぎ、こぎやすく、脱ぎ着しやすさを考えた作りになっています。裏返しに脱ぐことで、雨水が内側となり、膝の上で畳んでも濡れにくくなります。

ピーチスマイルチノパン　フルオープン前ファスナー Mサイズ

特徴 脱ぎ着が楽、おむつ交換が楽、排泄が楽など、高齢者をはじめ、車椅子ユーザーもご利用いただけます。無理なく生活出来ます。
※L・LLサイズあります。

価格 19,000円（税別）
重量 0.8キログラム

車椅子バッグ

価格 10,000円（税別）　重量 0.5キログラム
特徴「バルーンバッグを他人に見られるのが嫌だ。」という問題点を解決！車いすの座面にバッグを取り付け、その中にバッグや余分なホースを入れることで、膀胱より下に取り付け可能。撥水加工。取り外しもできます。

ピーチスマイルジーンズ３Lサイズ

価格 18,000円（税別）
重量 0.8キログラム

特徴 お尻の縫い目を無くして圧を分散（特許取得）。導尿しやすいように前のファスナーのかんぬき止めが股まで開きます。ファスナーのステッチはカムフラージュで、見た目は普通のジーンズ、使い易さはチェアウォーカーに合わせました。

※「特徴」の項目は、申請企業の説明文を転記しております。
※試用体験や製品に関するお問合せは、なごや福祉用具プラザの相談カウンターまでどうぞ。

ご紹介できなかった半年間の期間限定の新製品、追加常設品もあります。是非一度プラザまで足をお運びになって、福祉用具に触れてお確かめください。

参考価格は税別表示となり、購入時は表示価格に加え、消費税10%が必要となります（非課税品目を除く）。

暮らしほっとワークweb版では、過去に紹介した展示品もご覧いただけます。
価格等が変更になっている場合があります。
また、現在は展示していないものもあります。

常設品は、なごや福祉用具プラザのホームページから検索できます。

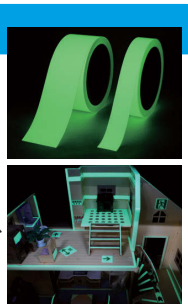
スライドフィットEX歩行器
1 H-0294WT／2 HT-0288

1 価格 37,500円（非課税） 重量 4.3キログラム
2 価格 29,400円（非課税） 重量 3.5キログラム
特徴 バランスの補助と疼痛免荷作用を兼ね備えた新構造商品。体格や家庭内環境に合わせて調節でき、高身長や体格が良い方が使用可能。1の前輪は直進固定と360°フリーに簡単に切り換えられ、後輪もストッパー効果と段差乗り越えに簡単切り換え可能。
ハンドル角度：90°～105°
横幅伸縮調節：グリップ内寸 1 380～460㎜ 2 420～520㎜

電球型ネットワークカメラ「テラスアイ」

価格 オープン価格 重量 0.24キログラム
特徴 工事不要で簡単に設置できる電球型ネットワークカメラです。スマートフォンで外出先からでも映像を見ることができ、ご家庭や介護施設での高齢者の見守りに役立ちます。

高輝度蓄光テープ α-FLASH



価格 7,800円（税別）
特徴 太陽光や蛍光灯、LED照明の光を蓄えて発光するテープです。突然の災害時でも暗闇で明るく光り、足元や避難経路を明示してくれ避難時間を1/3に短縮します。
〈オプション〉AF1005（10㎜幅×5m巻）定価3,400円、AF1505（15㎜幅×5m巻）定価4,400円 蓄光テープ保護フィルムSOC2505（50㎜×5.2m巻）定価4800円

前開きトランクスMサイズ

価格 3,000円（税別）
特徴「市販のパンツだと全部開かないので導尿が困難だ」「普通に改造してももう少し、股まで開いていればいいのに…」という方に最適。マジックテープを付け、股の部分まで開くことでと簡単に導尿の動作が可能になります。

サイドサポートクッションFit

価格 12,800円（税別）
重量 1 0.45キログラム
2 0.52キログラム

特徴 車椅子や手すりのある椅子での横倒れを防ぐクッションで、強いサポート力で姿勢を保ちます。食事の邪魔にならないようなコンパクトサイズ。

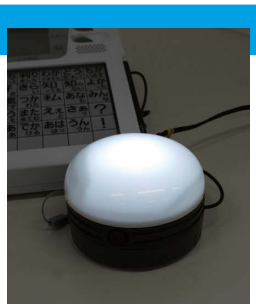
1 紙パッド対応フィッテイングパンツ「イフ・イフ」左右開閉式タイプ
2 紙パッド対応 左右開閉式フィッティングパンツ「LaSiQu」女性用
3 紙パッド対応 左右開閉式フィッティングパンツ「LaSiQu」男性用

価格 1（S/M/L）3,300円・（LL）3,500円（税別）
2・3（SS～L）4,200円・（LL）4,500円（税別）
特徴 市販の紙製パッド1枚入れて下着の暮らしを。1はマジックテープ、2・3はスナップボタンの左右開閉式で、トイレでの上下もベッドでのパッド交換も可能な2WAY方式。いつもオシャレで楽しい毎日を。

意思伝達装置 ファイン・チャット

価格 400,000円（非課税）
重量 0.75キログラム
特徴 利用者の身体状況に応じた入力スイッチ1つだけで簡単に言葉を綴ることができます。呼出ブザー、学習リモコン、パソコン、iPad連携等必要な機能を一通り備えています。
〈オプション〉入力スイッチ、ワイヤレスコール、支持具など多数あり

ブザーライトプラス



価格 7,200円（税別）
重量 0.158キログラム
特徴 入力スイッチを押すと音と光でお知らせすることで、入力スイッチをタイミング良く押す練習を行う事ができます。外部接点出力機能も備えています。
※外部接点出力の無い「ブザーライト」もあります。5,000円（税別）

皆さまに安心してご利用いただくため、感染症対策を実施しています

なごや福祉用具プラザでは、来館される皆さまが安心して展示品を手に取ったり、お気軽にご相談いただける環境を保つため、引き続き感染症対策を実施しています。

- 非接触型の体温計および手指消毒剤を出入口に設置しています。
- 展示場内各所に手指消毒剤を設置しています。
- 講座や介護者教室などで距離が近くなる体験を行う際に、参加者にマスク着用のお声掛けをする場合があります。
- ご相談の際に使用した福祉用具はその都度消毒を行います。
- ご相談時、職員はマスクを着用いたします。
- ご相談時、職員は手指消毒を行います。
- 館内は常に換気します。

トイレの扉は、直接取っ手に触れなくても済むように、男性用は足で、女性用は肘で開けられる自助具を設置しています。

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

- 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
  (月曜日が祝休日にあたる日は翌日も休みになります)

●ホームページ https://www.nagoya-rehab.or.jp/plaza/ ●電子メール n-plaza@nagoya-rehab.or.jp

暮らしほっとワーク第80号
発行日／令和5年11月15日
編集・発行／なごや福祉用具プラザ
この広報誌は再生紙(古紙パルプ配合率100%、白色度83%)を使用しています

暮らしほっとワーク 検索 バックナンバーはこちらからご覧いただけます。

Welcab

NTP名古屋トヨペットのウェルキャブ

お体の不自由な方やご高齢の方が、より快適に移動できるよう、乗り降りを助ける機能を装備したウェルキャブシリーズ。

トヨタウェルキャブ全車種取り扱い

NOAH
ノア
車いす仕様車タイプI
(車いす1名仕様)

※車いすは含まれません。

sienta
シエンタ
車いす仕様車"タイプI
(助手席側セカンドシート付)

HIACE
ハイエース
車いす仕様車
Fタイプ

※車いすは含まれません。

ウェルキャブステーション

NTP名古屋トヨペットのウェルキャブステーションでは実際のウェルキャブを展示。介助専門士やウェルキャブコンサルタントが常駐し、ご希望を詳しくうかがいながら最適なウェルキャブ選びをサポートいたしております。

豊橋下地店	トヨタ248店	上重原店
〒440-0083 豊橋市下地町境田90番地	〒471-0874 豊田市前田町5丁目15番地の1	〒448-0031 刈谷市東新町6丁目48番地3
0532-53-7231	0565-31-7611	0566-24-3338

千種内山店	瀬戸店
〒464-0075 名古屋市千種区内山3丁目7番3号	〒489-0808 瀬戸市見付町37番地
052-741-1101	0561-83-3161

・上記以外にも、ウェルキャブシリーズをご用意しています。
・詳しくは営業スタッフにおたずねください。

ご存知ですか? Welcab(福祉車両)シリーズはどなたが購入しても

「消費税非課税」★です!

さらに、環境対応車(エコカー)は優遇税制が適用されます。

対象条件
★車いす等を車両に乗せるための昇降装置とその車いす等を固定するために必要な装備をした車両。※
★お身体の不自由な方が運転できるように指定の運転補助装置を装着した車両。※
★リフトアップシートは車いす等の昇降装置として認められています。
※ 仕様により課税となる場合があります。

NTP名古屋トヨペット

定休日／毎週月曜日(祝日の場合は営業、翌火曜日休業)
本社／〒456-8555 名古屋市熱田区尾頭町2番22号

NTPグループお客様相談テレフォン
0120-039-758
(365日・24時間 受付いたします)

ホームページはこちらから
www.ntp.co.jp

※掲載の内容は1月31日現在の内容です。