

何かと出会って 新たな発見

暮らしほつとワーク

ーバリアフリーへのかけ橋ー

なごや福祉用具プラザへの 相談とは

<介護特集>

排泄について考えてみよう

- 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
- 特別展レポート
- お知らせコーナー



Vol.3

MARCH 1998



なごや福祉用具プラザ

福祉用具プラザへの相談とは



福祉用具プラザの業務の中でも一番の柱になっている相談業務について、今回はお知らせします。



相談の内容別の流れ

福祉用具の選定や使用方法等の相談

相談者と相談内容

市内 Aさん（75才）

パーキンソン病で、背中が曲がってしまった。杖がうまく使えず、歩けない。良い杖や、杖の使い方を教えてほしい。

福祉用具プラザの対応・アドバイス

杖は試用した上で、一番良い物を購入される。同時に杖の使い方も指導した。しかし、杖では背中曲がりを修正できず、歩きにくいので、歩行車をお勧めする。しっかりしたタイプの歩行車を使うと、背中曲がりを修正でき、一人でよく歩けた。

相談者はその後…

場面、場面で歩行車・杖・ご主人の介助（手をつないで支えてもらう）を使い分け、元気に過ごしていらっしゃいます。

ちよつと一言 どうしても既製品の福祉用具が合わない場合、改造や製作の相談に応じます。

在宅介護にまつわる相談

相談者と相談内容

市内 Bさん（83才）

脳卒中で入院中。近々退院予定。身体障害者手帳はないが、マヒもふらつきも残ってしまい、支えてやっと立てる程度になった。どんな在宅介護の準備をしたら良いか？

福祉用具プラザの対応・アドバイス

排泄、入浴、外出、移動、ベッド等いろいろな問題を一つ一つどうしたら良いか相談。使えそうな福祉用具を選んでみたが、具体的には、今入院中の担当の理学療法士に相談することを指導した。ご家族の介護負担を軽減させるためにも、デイサービス・ショートステイの申込みや福祉制度の利用などもお勧めする。

相談者はその後…

退院後、プラザの福祉用具を貸出して試用するなどして、使う福祉用具を決定。ご家族の収入のため購入補助は受けられなかったが、自費で必要な物をそろえられる。娘さんは介護教室にも参加され、介護の仕方にも勉強された。ご本人も、家族も協力して暮らしておられる。

ちよつと一言 在宅介護の支援機関はたくさんあります。うまく利用しましょう。

平成9年7月12日(オープン)から平成10年1月31日までの実績(7ヶ月間)

- 相談のべ数 4,374件
- 相談があった障害者や高齢者の年齢 2才～103才
- 福祉用具相談ベストスリー ①車いす②入浴用品③ベッド関連



皆さんの相談にあたるなごや福祉用具プラザの職員

[毎日]

- 理学療法士 佐藤
- ケースワーカー 松田
- 保健婦 堀木
- リハビリテーション工学技師 渡辺

[土曜日午後1時～5時]

- 住宅改造相談員 (一級建築士) 田中 ほか

お待ちしております

住宅改造関係の相談

相談者と相談内容

市内 Cさん (34歳)

難病で、植物状態のまま近く退院し、在宅介護する予定。自宅は、1階が店で2階が住居。2階で入浴サービスなどを受けさせたいが、どう改造したら良いか？

福祉用具プラザの対応・アドバイス

身体障害者手帳1級をお持ちのため「障害者住宅環境助成金」の対象となり、市総合リハビリテーションセンター総合相談室を紹介する。相談に来られたご家族の改造目的がはっきりしており、プラザで受けた相談を、リハビリテーションセンターに、住宅改造相談員が書いた簡単な図面と共に引き継いだ。

相談者はその後…

総合リハビリテーションセンターのチームと施工業者が現地調査を実施し、方針を決定。助成金をもらい、改造工事も進み、退院後、ご家族ががんばって介護しておられる。

ちよつと一言

必要に応じ、総合リハビリテーションセンターと連携しながら、より良い環境作りをお手伝いします。

その他の相談

相談者と相談内容

県内 Dさん (78歳)

心臓が悪く、歩けないと言って来所される。よく話を聞くと、二人暮らししていた息子さん蒸発してしまい、生活に困る。家賃も水道代も払えないとのこと。

福祉用具プラザの対応・アドバイス

本当に困っていらっしゃることは、生活費のことだったので、市役所に生活保護の申請をされるように勧める。住んでいらっしゃる市役所の係あて経過を書いた紹介状を発行する。

ちよつと一言

表面的なご相談の裏に、本当に困っていらっしゃる場合もあります。プラザで解決できない問題はより適切な相談機関を紹介しています。

みんなの支援と
ちよつとの工夫が
キーワード

おわりに

福祉用具プラザだけで解決できないことは、区役所や保健所、総合リハビリテーションセンター等と連携しながら、問題解決をはかるようにしています。高齢者や障害者の生活支援のためのネットワーク作りが最も大切なことです。

排泄について考えてみよう

排泄は座ってするのが自然で楽な形です。なるべくおむつはせずに、できるだけ座って排泄できるようにしましょう。また、介護力を考え、用具を適切に選んだり、環境の整備を工夫しましょう。

●どんな方法がいいのでしょうか

杖や歩行器を使って一人で歩ける



●トイレの排泄で工夫を

[部分的にでもトイレで]

- 大便だけはトイレ
- 昼間だけはトイレ
- 介護者がいるときはトイレ
- パッドや失禁パンツを併用

●手すりや便座の工夫

立ち上がりや座るのに、手すりがあると便利です。また、立ち上がりやすくするために便座の高さを調整できる補助具もあります。



▶手すりにつかまり、足を開いてゆっくりと座ります。立つときはかかとを手前に引き寄せて前かがみになり、手すりを使います。

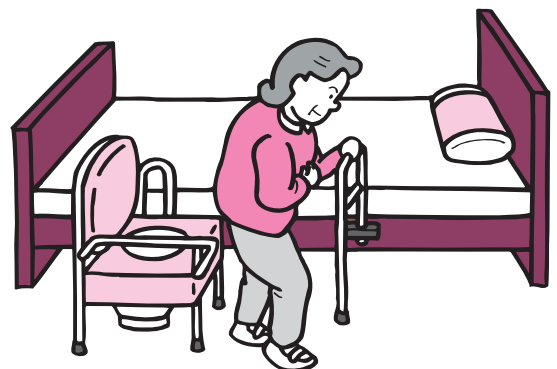
自分で座っていただける 支えがあれば座っていただける



●ポータブルトイレを活用

●自力で排泄の工夫

歩けなくても座ることができれば介助者の手を借り自力でトイレを使う。ポータブルトイレの両脇にしっかりとした手すりや枠をつけておくと便利です。



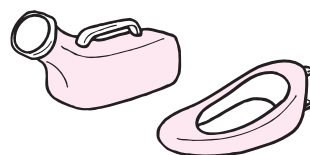
★消臭剤をうまく利用しましょう

手助けしても 体を起こせない



●便器・尿器・おむつを使用する

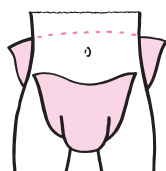
●便器、尿器を使って



- ★血圧の変動のある方、骨粗鬆症の方等は夜に尿器・紙おむつを使用します。
- ★便器・尿器がうまく使える人は、尿や便による皮膚の汚れが少なくなりますのでより良い排泄です。

●おむつのあて方

- ◀うしろは腰骨より上にあてる
- ◀局部には、ふくらみをもたせる



- ★おむつ交換の時には、腰を上げるとか、利き腕で身体を動かす等なるべく本人ができることをしてもらいましょう。
- ★尿量が多い場合は、吸収量を多くするためパットとの併用も考えましょう。

●はずかしがらず失禁について考えてみよう

おもらしは、当の本人が一番傷ついています。周りの者が騒いだり、嘆いたり、叱ったりしないで、自然な事として受け止めて下さい。また、その方にあった尿とりパッドや失禁パンツなどを選んでみましょう。(そして楽しみをみつけ活動範囲を広げましょう)

尿とりパッド と失禁パンツ の種類

～20cc
失禁パンツ



男性用 女性用
パッドタイプ(パッド併用タイプ)
のパンツもあります

～50cc
パッド



～100cc
パッド



女性用 男性用

～200cc
パッド



女性用 男性用

～300cc
パッド



女性用 男性用
専用のパンツとの併用して
使用する場合があります

●介助者の心構えは？

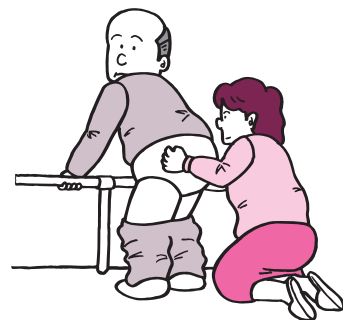
介助者は、高齢者の人間としての尊厳を守り、プライバシーの保護を重視したお世話をするように心掛けましょう。それには、高齢者の排泄の特徴をつかみ、それにあった排泄の方法や時間を考える等、技術面の向上に努める必要があります。

●便秘予防と水分摂取についても考えてみましょう

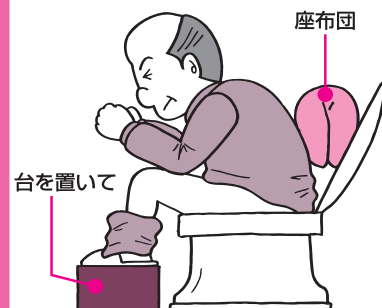
- ① 高齢者は腸の動きが弱くなるため、便秘になりやすく、また、腹筋の力も弱まり便秘に拍車がかかります。
- ② 身体の老廃物を外に出すのに、中年の方よりたくさんの水分が必要で、トイレの回数も多くなります。
- ③ 介助の必要な方は、家族に気兼ねして水分をとらなくなる方があります。その結果、脱水症状を起こしたり、便秘になったりします。
- ④ 食事が減ると便ができません。毎食きちんと食べることは特に大切です。
- ⑤ 便秘に良い食事（繊維質のもの）を考えましょう。
- ⑥ 食後30分は腸の動きが活発です。一日3回は排便しやすいチャンスがあるわけです。毎日決まった時間に排便する習慣をつけましょう。

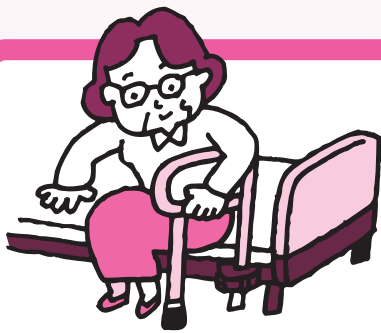
歩き回る人のおむつ

体が元気でも痴呆が進み、歩き回る人には、後方からおむつ交換ができるビキニ・カバーや前開きパンツタイプが便利。



便が出にくい時は、少し前かがみになってひざも上げると、おなかに力が入りますよ。





福祉用具 豆知識

[車いす①]の巻



車いすで走るフルマラソンは二足で走るよりはるかに速く走ることができます。一方、身体に合わない車いすは、座った姿勢が安定しないため、疲れやすく、痛みなどの障害が生じます。このように、車いすには車(移動)としての機能と、いす(姿勢)としての機能があります。車いすを選ぶときには、この2つの機能を、使う方の身体機能や使用条件に合わせる事が大切です。

今回は、車いすの車としての機能についてお話しします。

①後輪の大きさ

車いすは後輪の大きさによって、自操型車いすと介助型車いす2つのタイプがあります。自操型車いすは使用者本人が手で操作ができる

ように後輪が大きく、介助型車いすは後輪が小さくできています。後輪の大きさによって座面の高さが変わってきます。

②キャスター(前輪)の大きさ

キャスターが大きいと小さな段差などが通過しやすくなり、キャスターが小さいと小回りが楽です。



③ブレーキ

ブレーキは取付ける位置によって、前方ブレーキ、後方ブレーキ、足踏みブレーキがあります。後方ブレーキと足踏みブレーキは、使用者本人がブレーキをかけることができませんのでご注意ください。

④足台をはずすことができる、肘掛が動く

車いすから乗り移るときに足台を取りはずせたり、ひじかけが動くと便利な場合があります。

⑤メンテナンス

車いすで多く用いられているタイヤは、自転車に使われているタイヤと同じです。したがって、パンクの修理は自転車店で可能です。

どんなに軽い車いすでも、タイヤの空気が抜けていると操作性が重くなります。また、ブレーキの利きも悪くなります。タイヤの空気圧はつねにチェックして下さい。

次回は車いすのいすとしての機能についてお話しします。



シリーズ **そこが知りたい Q&A**

車いすを購入するのに利用できる補助制度は？

Q 85歳になる父が、骨折して以来とても歩きにくくなってしまいました。家の中は何とか手すりですり歩けますが、外は全く歩けません。病院に行ったりする時に車いすを使用しようと思いますが、福祉制度で購入の補助を受けられるものがありますか？

A 高齢者日常生活用具給付等事業の中の「車いす」が使えます。65歳以上の寝たきりの方または下肢が不自由な方が対象で、名古屋市の場合限度額は70,400円です。ただし、世帯の生計中心者の前年度分所得税額により、自己負担額があります。ご相談、お申込みは区役所で受け付けていますので、詳細は区役所福祉課でお聞きください。

なお、この他の制度で車いす購入やレンタルの補助があるものを簡単に紹介します。

- ①身体障害者補装具制度…身体障害者手帳の下肢・体幹等の障害3級以上の方(申込先…区役所福祉課)
- ②厚生年金制度…厚生年金をかけている時の疾病や事故で車いすを必要とする障害になられた方で、厚生年金の加入者または受給中の方(相談先…厚生年金指定車いす業者)
- ③政府管掌健康保険・船員保険加入者…車いすの必要な方で、医師などの在宅医療専門家より必要な助言を受けている方(レンタル助成)(申込先…社会保険協会)
- ④一時的に車いすが必要な高齢者や障害者の方…車いすセンターで無料貸出し実施(車いすセンター 052-841-8841)



販売・リサイクル コーナーより



電動ベッドや車いす等の福祉用具のリサイクル情報（譲りたい・譲って欲しい）を集めて、条件の合う方同士を結びつけるお手伝いをしています。ぜひご活用下さい。

- ①譲りたい方も譲って欲しい方も、まず詳しい情報、希望を事業部にお知らせ下さい。
（登録用紙があります。電話でも受付可能）
- ②条件の合う方が見つかるまで、少しお待ち下さい。
（原則として、譲りたい福祉用具は、しばらく自宅で保管して下さい）
- ③条件の合う方が見つかり次第、事業部からお客様に連絡をします。その後は、お客様同士で話し合ってください。

＜今までに登録があった福祉用具の紹介＞

電動ベッド・エアーマット・入浴用いす・ポータブルトイレ・セニアカー・歩行器・段差解消機・リフトなど5ヶ月で100人成立しており、利用できて良かった等皆

さんに喜んで頂いています。

詳しくはA J Uリサイクル相談事業部へ

TEL (052)851-0059

FAX (052)851-0159



特別展 レポート 人にやさしい生活「共用品」家電・おもちゃ展 バリアフリーの生活提案



障害のあるなしや年齢に関係なく、誰にとっても使いやすい商品・サービスを「共用品・共用サービス」と呼びます。人にやさしい共用品150点の紹介や記念講演会がある催しが、1月28日(水)から2月1日(日)まで、福祉用具プラザで開かれました。

共用品の提案・普及に取り組んできた「E & Cプロジェクト名古屋」や名古屋市総合リハビリテーション事業団など8団体で作る実行委員会の主催です。期間中、

約3500人の市民の方が訪れ、共用品を手で触れて確かめたりしながら、熱心に見学していました。

＜展示された共用品の一例＞

- リンスと区別するため、容器の側面にギザギザをつけたシャンプー
- 視覚障害者も使いやすいよう切れ込みを入れた、テレホンカードや宅配便配達証
- ワンタッチボタンで開閉できるカサ
- 点字もついた缶ビールや、缶ジュース
- 音声や光も出て、障害児も使いやすいおもちゃ



お知らせコーナー

福祉用具プラザ

介護教室参加者募集等のお知らせ

★福祉用具を使ってらくらく介護（介護教室基礎講座）

- 4月18日(土)、6月20日(土)、8月22日(土) いずれも10:30～16:00
- 対象者…高齢者、障害者の方を介護していらっしゃるご家族等。特に、8月は男性中心の募集です。
- 内容…介護のポイント、福祉用具の使い方、福祉サービスなど在宅リハビリと介護のノウハウ等を1日で学べます。
- 講師…介護専門職(大学講師)、理学療法士、ケースワーカー
- 費用…無料
- 定員…25名(先着順)
- 申込方法…1住所、2氏名、3電話、4参加日、5この講座を何で知りましたか、6現在介護をされていますか(されている場合、病名と年齢)、7今回の講座で特に知りたい事。
以上を記入され、往復はがきでお申し込み下さい。

★福祉用具ふれあい教室（介護教室入門講座）

- 毎週水・木曜日 午後1時30分～3時30分
- 対象者…5人～20人の団体ならどなたでもけっこう

です。

- 内容…福祉用具プラザの見学と・説明と福祉用具の使用体験など
- 申込方法…来所・お電話どちらでも可能です(先着順)
- 費用…無料

★パソコンボランティア入門講座開催中

- パソコンボランティアとは、パソコンの技術のある人が、障害者へパソコンの使い方を教えたり、災害などの緊急時に情報を通信で伝えたりなどの活動をするボランティアの事です。
- 3月に3回シリーズで入門講座を開催中です。興味のある方は、プラザまでお問い合わせ下さい。

その他のお知らせ

★プラザにホームページができました。気軽にアクセスして、情報交換などしていきましょう。

アドレス…<http://www.japan-net.or.jp/nrc/plaza/>



テレホンエイド
リオン株式会社製造
¥10,800

こんなのもあるよ福祉用具 ①「テレホンエイド」

年齢とともに、耳は聞こえにくくなるものです。特に電話が聞きにくくて困っていらっしゃる方は多いものです。電話の音を大きくしたい場合、これを受話器に取り付けると相手の声を拡大して聞くことができます。また、誘導コイル付き補聴器をお使いの方は、磁波の

力で、騒音の中でも楽に聴取できます。
※ これを使う前にまず、使っていらっしゃる電話機の音量を最大にしてみることもお忘れなく
※ 普通の電話より、音量が大きくなる高齢者仕様の電話機も発売されています。



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
電子メール nrc4@japan-net.or.jp
ホームページ <http://www.japan-net.or.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)

「暮らしほっとワーク」名前の由来

障害者・高齢者・介護者の方の暮らしがほっとできるお手伝い(ワーク)がしたいということと、ホットな皆(暮らしネットワーク)の支援でやっていこうという2つの意味が込められています。

暮らしほっとワーク第3号

発行日/平成10年3月15日
編集・発行/なごや福祉用具プラザ

