

今日も、自分らしく「**地**」**域**で暮らそう。

第3号



福祉用具 住宅改修 “あるある” 紹介

「その人に合わせた住宅改修」 ～基準とは違う設定が必要だった連携支援事例～

胸腰椎圧迫骨折を受傷した A さん。保存的治療の後、円背になってしまいましたが、歩いて退院できる見込みとなり、退院前に一時外泊をしてきました。



A さん、週末の一時外泊はどうでしたか？



いやあ～家はやっぱりよかったですよ。早く退院したいもんですな。
そうそう、息子が家に手すりを付けてくれていたんですよ。
でも、いつものリハビリの時よりも手すりの位置が高くて使いづらい感じがしたんじゃが…。

担当のリハ職は一時外泊に同行した担当ケアマネジャーから、その時の様子について聞きました。



手すりは「寝室～居間～トイレ～浴室の廊下」に付いていました。
確かに手すりが高かったように見えました。
息子さんに確認してみますね。

確認

- ▶息子さんは、手すりの種類や設置基準についてインターネットで調べて参考にした。
- ▶一般的な基準の「床から 850mm」で設置。
- ▶手すりの太さは35mm、掴みやすいように表面に凸凹のある「ディンプルタイプ」を選択。



A さんの場合、リハビリでは床から 650mm の高さの手すりを使って歩行練習をしています。
850mm ではちょっと高すぎるかもしれませんね。
リハビリの時にもう一度本人と確認してみますね。

★手すりの高さの目安

建築基準上、手すりの明確な高さは明記されていません。
「700mm～900mm」の根拠は「高齢者等配慮対策等級基準寸法」と言われています。



700～900mm

腰・膝が曲がって、
手すりが低くなった

650mm



※手すりは、使う人の身体状況に合わせて選択し設置することが大事です。

※リハ専門職が関わっている場合には、身体状況や設置の留意点等について確認・相談をしてみてください。

福祉用具・住宅改修チェックポイント

今回は「手すり」です

住宅改修で最も一般的なものは「手すり」ではないでしょうか。手すりの用途と効果は人によって様々ですが、今回は手すりの基本的特徴と特性について確認していきましょう。

◆手すりの特徴

① 手すりの高さ

手すりが高すぎると身体の重心が後方へ、低すぎると前方に動き、転倒リスクが高くなります。

※小さいお子さんがいるお宅は手すりの高さに注意が必要です(エンドキャップを使用する等、お子さんが手すりにぶつからないよう予防が必要です。)

② 手すりの太さ

32mm と34mm が主流となっています。掌や指の大きさ、握力や腕の力を考慮して選定していきます。

③ 手すりの種類

一般的な手すりの他に、視力が弱かったり夜間に活用される方には光を発する手すり、また冷感に抵抗がある方には触感の温かい手すり等もあります。

◆手すりの特性

○握る(Grip)

手すりをしっかりと把持し、身体を引き寄せたり押し離すことにより動作を補助する。



○擦る(Hand-Rail)

手すりに触れ、擦りながら移動することにより歩行などの動作を補助する。



○寄り掛かる(Support)

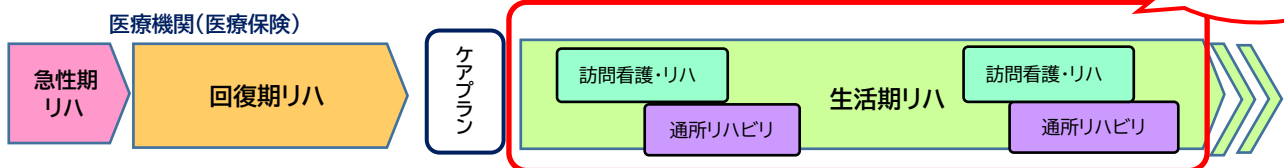
腕や身体を載せたり寄り掛かったりすることにより、立位や座位の姿勢を安定させる。



(出典:財団法人テクノエイド協会 福祉用具シリーズ 14)

5行(6行)でわかる！お仕事紹介

今回は「生活期リハビリテーション」です



生活期リハビリテーション（主に通所リハビリ、訪問看護のリハ職訪問、訪問リハビリ）では、病院の急性期、回復期リハから引き継がれた御本人の想いやリハビリ目標、ケアプランに沿って、退院後の生活課題に対応しています。御本人、御家族、ケアマネ、リハ職等多職種がチームとなって御本人が望む生活の実現に向け、個別リハビリの他、環境調整や社会資源の活用、一日の生活の過ごし方等を一緒に考えます。

その時々ニーズに応じて短期間で繰り返しサービスを利用する方や、長期に継続したりハビリが必要とされる方もいる等、御本人の目標や個々の状態を考慮しながらサービスの利用スタイルを検討します。

[発行元]

宮城県仙台保健福祉事務所(塩釜保健所)健康づくり支援班

〒985-0003 宮城県塩竈市北浜4丁目8-15

TEL/FAX : 022-363-5503 / 022-362-6161

管内の地域リハビリテーション資源情報は「仙台 リハレコ」で検索！

仙台 リハレコ

検索