



ゆいまーるケアセンターは、茨木市でケアプランの作成・ヘルパーの派遣を行う介護保険指定事業者です

春のおでかけに 歩行車 と 杖 の 選び方

扱いやすく、どこでも使える

杖は使い方が簡単で、誰でも扱いやすい補助具です。コンパクトで場所を取らないので、段差の多い所や狭い場所、乗り物の中でも使えます。

持ち歩きにも便利

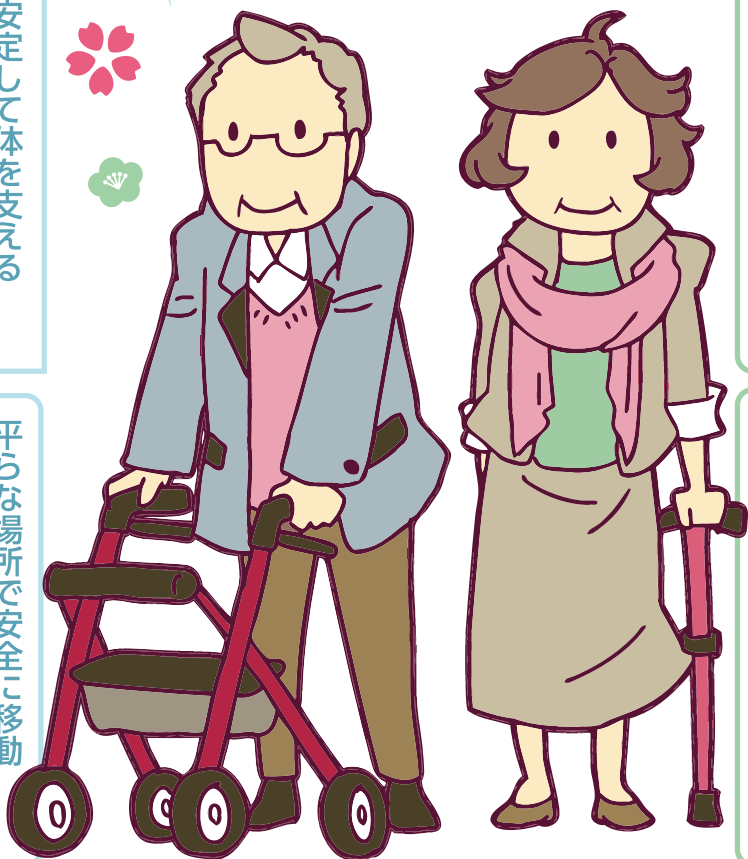
杖は持ち運びにも便利です。普段は持ち歩いておき、疲れた時や痛みが強い時だけ杖を使うなど、必要に応じて使うことができます。T字杖なら折りたためるタイプもあります。

より安定して体を支える

歩行車とは車輪と取っ手の付いた歩行器で、掴まりながら体を支えて歩く補助具です。頑丈に作られているので、安心して体重をかけて歩くことができます。

平らな場所で安全に移動

歩行車は段差の少ない屋外を移動するのに向いています。握りやすい位置に取っ手とブレーキが付いているので、操縦もしやすく、小回りが利きます。



杖や歩行車のはたらき

杖や歩行器は、足腰にかかる力を軽減し、姿勢のバランスを取って安定させることができます。また、歩く速さが保たれるので、疲れにくくなります。

杖や歩行車を使うメリット

- ① 姿勢が安定し、バランスが取れる
- ② 歩く速さを保つ
- ③ 疲れを減らす
- ④ 足腰にかかる痛みを和らげる

荷物運び・休憩に

シルバーカー

荷物をたくさん運ぶ時や、歩き疲れて休憩したい時には、シルバーカーが便利です。カゴやカバンのほか、休憩用のイスが付いているものなど、使い勝手に合わせて様々なタイプが選べます。

シルバーカーの注意点

シルバーカーは荷物を運ぶ道具であり、身体をしっかり支えるには不向きです。シルバーカーに体重を預けながら歩くようになると、丈夫な歩行車の方が安全です。



◀ 裏面につづきます

つづき 杖・歩行車の選び方

身体の状態や場所に合わせて

杖や歩行車は、身体の状態や使う場所によって使えるものが異なります。例えば、歩行車はじゅうたんや段差のある場所では不安定で使いにくいことがあります。また、握力の弱い人がT字杖を使うと、体重を支えきれずバランスを崩すことがあります。価格やデザインで決めるのではなく、専門家と相談のうえ身体に合った用具を選ぶことが大切です。

専門家に相談を

杖や歩行車が必要になったら、福祉用具販売店やケアマネジャー、地域包括支援センターなどの専門家に相談ください。

歩行補助杖・歩行器は 介護保険が使えます

要支援1以上の方は、費用の1割負担で購入またはレンタルできます。

※T字型杖・シルバーカーは介護保険の対象外です

身体の状態に合った補助具を使い
できるだけ歩く機会を多く持って
楽しく安全なお出かけを！

杖の種類

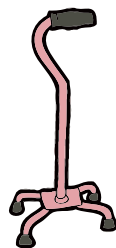
T字杖

握りがT字型の一般的な杖です。コンパクトで高さ調節ができる種類も。



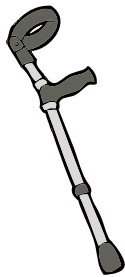
四点杖

先が四点に分かれているので、安定感があります。T字杖では不安な人に。



ロフトランド杖

麻痺などで握る力や手首の力が入りにくい人に。肘から先を支えるカフ付。



茨木市・岡田様宅
岡田 ゴンくん
(7歳)



飼い主様から

お父さんが倒れたとき、一生懸命吠えて教えてくれた、とても賢い子です。服は子供服をメイクした手作りです。パーカやTシャツからトレンチコートまで沢山あります。

うちの子

「うちの子」募集中

あなたと暮らす小さな家族を紹介してみませんか？

うちの子

「趣味いろいろ」募集中

あなたの生きがいや趣味を紙面で紹介してみませんか？

掲載を許可いただける方は、ゆいまーる各事務所までお知らせください。

所長コラム オオブタ日記



今年の介護福祉士の試験問題に、『じいさんは夫と二人暮らしで…』という問題がありました。「ええ？おじいさん同士の夫婦なのか！」とびっくりして再度よく見ると、正しくは「Gさんは夫と二人暮らしで…でした。Gさんはおばあさんだったのです。なぜAさんやBさんではなくGさんにしたのでしょうか。紛らわしいなあ。また、テレビのニュースを見てみると、『四人を五人逮捕した事件で…』と。

「四人逮捕するところ、少し余分に五人逮捕しておいたのかなあ？」とか思っている、と、正しくは「四人を誤認逮捕した事件で…」です。単に『誤認逮捕した事件』

で良いのに。ホントに紛らわしいなあ。以前に家内がニュースを見て「この人たちはごちそう食べて逮捕されたらしいで」と言っていました、たぶん『汚職事件で逮捕』を『お食事券で逮捕』と勘違いしていたのでしょう。より身近なモノにすり替わるのでしょうか。

ワタシの場合は、テレビや新聞記事などにある『米朝会談』とは、桂米朝さんがありがたい話をしてくれることだと思ってきました。『米朝関係』、『米朝協議』、『米朝緊張』…みんな桂米朝さんのことですね。

今では早とちりして恥をかかないように、よく読んで聞いて十分理解してから、人となしやるように気を付けています。



ゆいまーるケアセンターは、茨木市でケアプランの作成・ヘルパーの派遣を行う介護保険指定事業者です

ゆいまーるケアセンター南茨木
茨木市沢良宜西1丁目13-25 美山ビル101
TEL 072-601-0696 FAX 072-601-0697

ゆいまーるケアセンター総持寺
茨木市庄2丁目10-103 アバンテ茨木103
TEL 072-601-0007 FAX 072-601-0875



• Web/Blog サイト作成
• 商品写真撮影 / 販促物のデザイン
• メニュー / 広告物などの作成
• 各種ポスターのデザインおよび印刷
<http://www.yuinet.co.jp/>



見やすく読みまちがえにくい
ユニバーサルデザインフォントを採用しています。

3月号 2013年3月1日発行 第17号
企画・編集 宮田なつ子 制作・発行 有限会社ゆいまーる