

Topics

- ✓ フリーRレール好評発売中
- ✓ 5月開催 施工例写真大募集
- ✓ 理学療法士からみた福祉用具
- ✓ まつろく津津浦浦
- ✓ 新企画① 動物証明写真
- ✓ 新企画② English Tips! etc...

現場で自由に曲がる 屋外用手すり

BAUHAUS
FreeRrail
フリーRレール

カラー ラインナップ

チョコレート×ダークブロンズ

チョコレート×ステンカラー色

木目ナチュラル×ダークブロンズ

木目ナチュラル×ステンカラー色

木目ダーク×ダークブロンズ

木目ダーク×ステンカラー色

コンパクトな
1本支柱式手すり

g型スタンドも
好評発売中

BAUHAUS 施工例 たよレール 設置例

Before After

写真大募集!

マツ六では、弊社オリジナル商品を使用した施工・設置事例の写真を募集しております。ご応募いただいた写真は、当社のカタログ・ホームページなどでご紹介させていただくほか、新商品開発の資料とさせていただきます。ぜひあなたの自慢の現場を披露してください!

応募方法は後日、マツロクプラス5月号とチラシにてご案内いたします。

キャンペーン期間
2018.5月1日～5月31日

募集要項の内容を満たしている写真を
送っていただいた方全員に

551 HORAI 蓬莱の豚まん プレゼント!
ギフトセット

理学療法士 からみた

福祉用具

「理学療法士からみた福祉用具」、「作業療法士からみた住宅改修」を交えてそれぞれの視点から、専門的な知見を踏まえお伝えするコラムです。

自己効力感

2014年から始まったコラムが5年目に入りました。ご愛読ありがとうございます。今年度は要支援者や要介護者の転倒予防の実際を自分の経験を書いて書きます。楽しみに読んでいただけることを期待しています。

転倒予防はなぜ必要なのでしょう?骨粗鬆症などの影響で高齢者が転倒すると骨折しやすいことは以前お話しました。今回は、骨が折れなくても心が折れてしまう要支援者の転倒予防の必要性についてです。自分はそれが実行できるという期待や自信のことを“自己効力感”といいます。要支援者は転倒すると心が折れ自己効力感は著しく低下します。その結果、介護度が重度化するとされています。

脳梗塞左片麻痺で自宅内の生活は自立している要支援1の男性利用者のケースでした。片麻痺によりつま先が下がるため装具を装着しています。つま先が引っ掛からないようトイレまで慎重に移動している方でした。しかし、ある日訪問すると移動することもままならないほど全く足が出なくなっていました。原因を追究すると夜トイレに行くときに転倒していたことがわ

かりました。受診して骨は折れていないことがわかりましたが、心が折れてしまったのです。転倒をきっかけに自己効力感が急激に低下し、何をしても不安で自信が無いと言います。要支援だった介護度は要介護に見直され、あっという間に車いすでの生活に変わってしまいました。

この方のような支援ができたのでしょうか?転倒してからでは手遅れです。障がいのある方には重度化の予防として転倒しない生活指導が重要となります。日中は杖で移動できていても、夜中寝ぼけているときには身体機能も低下するため杖より簡易手すりで移動することを勧めます。また、夜間だけはポータブルトイレや尿器を使うことを了承いただくことも1つです。一般的には自己効力感は成功体験などで向上すると言われますが、要支援者には自己効力感が低下しない失敗の予防が必要です。いつまでも自分でできるという自信が自立支援の大きなカギとなります。

Sport(エスポート)
リハビリテーション福祉コンダクター
理学療法士

和田 圭市



まつろく 津津浦浦

沖縄=海 今回は沖縄の海開きを紹介します。

沖縄では3月から4月にかけての季節のことを“うりずん”(うるおい初め)といい、この時期に海開きが開催されます。海開きは安全祈願から始まり音楽ライブやエイサー、花火など様々なイベントが行われています。

全国でもいち早い海開きですが、4月までは寒い日もあり実際に泳ぐのは5月頃になります。ここで沖縄あるあるですが、うちなーんちゅ(沖縄県人)はよく海には行きますが、実際に泳ぐことは少ないです。それでは何をするかと言いますと、海を見ながらBBQ(バーベキュー)をすることが定番になっています。

ビーチでは屋根付きのBBQセットが用意されており、お肉を食べながら海を目の前にオリオンビールを飲むことが、うちなーんちゅにとって幸せな過ごし方です。

一足先に海を感じたい方がありましたら、ぜひ沖縄に遊びに来てください。



Information この場をお借りして マツ六からのお知らせです。

- 皆様からのご意見を募集しております。
- ✉planning@mazroc.co.jp

福祉住環境
コーディネーター

道の答え: ②生活期リハビリテーション

発行元: **マツ六株式会社**

〒543-0051 大阪市天王寺区四天王寺1丁目5番47号
TEL 06-6774-2255(代表) FAX 06-6774-2248

http://www.mazroc.co.jp/
MAZROC 1804-1



新企画① 動物証明写真

File No.
1

なまえ **タンタン (旦旦)**
ところ **神戸市立王子動物園**
しゅるい **ジャイアントパンダ**
せいべつ **メス**

パンダのトリビア

「パンダ」はネパール語で「竹を食べるもの」という意味で、もともと「パンダ」と呼ばれていた動物はレッサーパンダでした。しかし20世紀初めごろに、白黒の熊が竹を食べるとわかり、それを「ジャイアント(大きな)パンダ」、もともとパンダを「レッサー(小さな)パンダ」と区別するようになりました。次第にジャイアントパンダのほうが有名になり人気も出てくると、「パンダ」といえばジャイアントのほうを指すようになったそうです。



新企画② English Tips!

いつもマツロクプラスをお読みいただきありがとうございます。今月号から続々と新企画を追加していきます!さて「動物証明写真」に続き、新企画「English Tips!」のコーナーでは、学校では教えてもらえないリアルな英語をピックアップして紹介していきます。

ちなみにタイトルにもある“Tip”というワードですが意味を知っていますか?これは海外でウェイトレスやドライバーに渡すチップと同じつづりですが他にも「役立つ情報、アドバイス」という意味があります。つまりタイトルは English tips = 英語の役立つ情報 という意味です。

英語で 役立つ情報や、コツを教えてください!と言いたいときには

“Would you give me a tip?”

と尋ねるとネイティブスピーカーのような表現ができるかもしれません(#^_^#)

福祉住環境
コーディネーター

道の

Q これからのリハビリテーションでは高齢者は、生活機能の維持・改善と向上、介護予防をめざす地域や在宅での「【A】リハビリテーション」が必要である。

A ①終末期 ②生活期
③一次予防 ④二次予防

答えは
裏面へ

Topics

- ✓ 施工例写真キャンペーン実施中！
- ✓ たよレールhigh屋外用 好評発売中
- ✓ 作業療法士からみた住宅改修
- ✓ まつろく津津浦浦
- ✓ 新企画！ゆる〜くおぼえる住まいの漢字
- ✓ 動物証明写真 etc...

今年もやります！

BAUHAUS 施工例 たよレール 設置例

写真大募集！

キャンペーン期間 2018.5月1日～5月31日

マツ六では、弊社オリジナル商品を使用した施工・設置事例の写真を募集しております。ご応募いただいた写真は、当社のカタログ・ホームページなどでご紹介させていただくほか、新商品開発の資料とさせていただきます。ぜひあなたの自慢の現場を披露してください！

詳しくは弊社ホームページの応募専用フォームをご覧ください。
<https://www.mazroc.co.jp/cp/mailform.php>

Before After

募集要項の内容を満たしている写真を送っていただいた方全員に

551 HORAI 蓬萊の豚まん ギフトセット プレゼント！

たよレールhigh 屋外用 BZH-101-A

たよレールhigh 屋外Ⅰ型 BZH-101-A 福祉用具貸与対象商品

- 屋外のコンクリート・モルタル・タイルの床などで使用できます。
- 玄関ポーチやバルコニーなど軒や庇がある屋外での設置が可能です。
- たよレールゲイター付。

※雨が直接かかる場所での設置は避けてください。
※天井への突っ張り力は約60kgfです。

設置可能天井高さ
天井高 2000～2800mm

玄関でも!!

ベランダでも!!

連結も!!

福祉住環境コーディネーター

道

Q 厚生労働省によると、認知症の人は今後も増加が見込まれ、2025年には【A】人前後になると推計されている。

A ①500万 ②700万 ③900万 ④1000万

答えは裏面へ

作業療法士 からみた

住宅改修

「理学療法士からみた福祉用具」、「作業療法士からみた住宅改修」を交代でそれぞれの視点から、専門的な知見を踏まえお伝えするコラムです。

手掛かりは手垢

住宅改修を検討している際に、取付ける手すりの位置や形状で困ることはありませんか。

そんな時は、対象となる方がどのように生活行為を実施しているのかを確認することが大切になります。そして、生活行為が安全に実施できると日常生活において何が改善するのかを明確にしておくことが重要になります。

しかし、普段生活していると“これに困っている”、“この行為が大変になっている”等の話は聞けても、それをどのように実施しているかが把握できない時があります。

名探偵コナンではありませんが、生活行為の痕跡を確認することが大切になります。その痕跡の一つが、手垢です(図1)。

足元が不安定な方は、伝い歩きをされることが多くあります。その際には、安定するために、壁に手をついたり、柱に手をついたりすることがあります。手すりがない場面で、体を支える行為を行っていますので、手をついている場所は、その方が効率的に力を発揮できる場所であることが多いです。そう、手垢がついている場所に手すりの設置を検討することで、その方が普段行っている移動を安全に行うことを可能にしてくれます。



図1) 手すりの手垢

しかし、注意が必要な場面もあります。それは、手すりの代わりとして、支えている場所が肩の高さより高いところにある場合です。具体的には、浴室内の窓の棧(さん)を持っている場合は、そこに手すりを設置しない方が良い場合が多いです(図2)。手で支える場所があったからそこに手をかけているだけの場合がありますので注意します。

加えて、トイレや浴室内でタオルハンガーを付けている場所にも注意が必要です。こちらも持てる場所にあるから手をかけている場合がありますので、手すり等を設置し手で体を支持できるようにします。同様に扉のノブを手すり代わりにしている場合も注意が必要です。ノブを持たずに出入りが出来る場所に手すり等の設置を検討しましょう。

手すりを設置する場所を検討する際には、手垢がついている所に手すりの設置を検討してください。その際に、以下の3点に注意し、安定して体を支えられる場所を検討しましょう。



図2) 浴室の窓の棧には注意が必要

- 肩より高い位置に手をついている場合
- タオルハンガー等に手をかけている場合
- ドアノブに手をかけている場合

まつろく 津津浦浦

「東京駅」

東京駅は、東京都千代田区丸の内1丁目を所在地とし、総面積182,000㎡(東京ドーム3.6個分)、一日平均乗車人員約418,000人を誇る日本最大規模のターミナル駅です。また、1914年に中央停車場から駅名変更を行ったことに始まり、関東大震災や空襲による火災を乗り越え、2003年には国の重要文化財に指定されています。

さて、この東京駅は、地方から上京する人々の多くが最初に訪れる場所ではないでしょうか。私が東京支社に赴任したのは3年前になりますが、その際もまずは東京駅に降り立ちました。折角の經由地だと考え、人並みを掻き分けながら駅構内を散策したり、丸の内駅舎を眺めたりしたのですが、レトロな駅舎と近代的な駅構内とのコントラストに「東京っぽさ」を感じたことを覚えています。また、そこに集う人々も、目的地へと先を急ぐ方から、別れを惜しみその場から動かないカップルや駅舎を眺めながらベンチでのんびり話をしているご夫婦まで、実に多様性に富んでいました。恐らくは、その歴史性と利便性に依る懐の深さと、様々な文脈を持つ人々を内包するモザイク画のような姿に、都市としての東京が透けて見えるのだと思います。

東京駅やその周辺には、上記以外にも地下街や商業スペースなど様々な見どころがあります。それらも含めて東京を象徴する場所だと思いますので、皆様も東京駅を利用する際は、ただ通り過ぎるだけでなくゆっくりと見て回っていただけたらと思います。



Information この場をお借りして マツ六からのお知らせです。

- 5月から10月までの間、クールビズ期間となります。
 - 皆様からのご意見を募集しております。
- ✉ planning@mazroc.co.jp

福祉住環境コーディネーター 道の答え：②700万人

発行元：マツ六株式会社

〒543-0051 大阪市天王寺区四天王寺1丁目5番47号
TEL 06-6774-2255 (代表) FAX 06-6774-2248

<http://www.mazroc.co.jp/>
MAZROC 1805-1

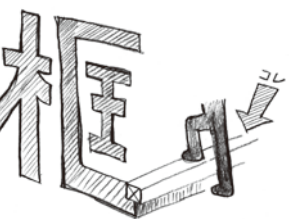


新企画③ ゆる〜くおぼえる 住まいの漢字①

かまち 框

玄関の段差の部分を「上がり框」と呼びますが、元々は段差の高い方に取付ける化粧用の横木を指す言葉です。ちなみに、お座敷にある床の間の段差部分にある材は「床框」。また、ドアや襖など建具の四辺を固める部材も「框」と呼ばれたりします。

『きへん』は材料の木を表し、つくりの「匡」は「正す・直す」ことを表します。端っこに取付けて見栄えを良くしたり、補強したりする材…という意味が、「框」の一字に表されているんですね。



動物証明写真

File No. 2

なまえ アラレ
ところ 海遊館
しゅるい ワモンアザラシ
せいべつ メス

アザラシのトリビア

アザラシとアシカは見た目がとても似ていますが違いを知っていますか？
大きな違いは「耳」です。アザラシは耳の穴が開いているだけで耳たぶはありませんが、アシカには耳たぶがあります。また歩く際にアシカは4本足を使いますが、アザラシは後ろ足は使わず這うようにして移動します。一方泳ぐ際は、アシカは前足で水をかいて泳ぎますが、アザラシは後ろ足も使って泳ぎます。アシカとアザラシ、意外に全然違いますね。



Topics

- ✓ KENTEN2018に出展します！
- ✓ 施工例写真キャンペーン応募のお礼
- ✓ 理学療法士からみた福祉用具
- ✓ 動物証明写真
- ✓ English Tips!
- ✓ ゆる〜くおぼえる住まいの漢字 etc...

KENTEN^{建展} 6.7^木・8^金 10:00~17:00 インテックス大阪

建築材料・住宅設備総合展 2018 出展いたします！

#DesignStory

マツ六は、いろいろなメーカー様の
デザイン性に優れた商品を展示する予定です。
また、今回は「デザインストーリー」をテーマとし、
デザイナー写真と商品コンセプトを合わせて掲示します。
いつもとは一味違った弊社ブースをぜひ見に来てください！



マツ六のブースは 4号館 429 です。皆様のお越しをお待ちしています。

BAUHAUS 施工例 たよレール 設置例

写真大募集！

ありがとうございます！



Before



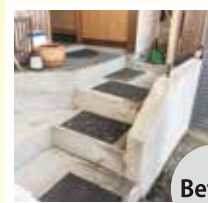
After



Before



After



Before



After



Before



After

こちらに掲載の写真はごく一部です。弊社の商品を美しく施工していただき、誠にありがとうございました！

理学療法士 からみた

福祉用具

「理学療法士からみた福祉用具」、「作業療法士からみた住宅改修」を交えてそれぞれの視点から、専門的な知見を踏まえお伝えするコラムです。

地域支援事業の転倒予防

地域支援事業をご存知でしょうか？地域支援事業はデイサービスや訪問看護、福祉用具の提供などと並ぶ介護保険制度の1つです。大腿骨頸部骨折者や脳卒中片麻痺者に対する状態悪化の予防ではなく、虚弱な特定高齢者や健康な高齢者も含めた要支援・要介護状態にならないための予防事業です。高齢者の住む地域に出向き、公民館などで要介護にならないための転倒予防教室を実施するのです。

僕は福井県内の公民館をたくさん回りました。対象者は65歳以上の高齢者になりますが、実際は75歳以上の後期高齢者が多く参加していました。背中が丸くなりトボトボと足元を見ながら歩く高齢者が集まってきます。しかし、3か月間、週2回、1時間の運動機能向上プログラムに立ち上がりや歩行などの動作指導を加え、さらに1時間の栄養改善・口腔機能向上の指導をすることで少しずつ効果が現れます。始めは身体を動かすこともやっとですが、3か月後には背中が伸び姿勢をシャキッと顔を上げて明るい表情で若々しく歩いて公民館を去る姿が今でも印象に残っています。

90歳以上の虚弱高齢者であっても筋力トレーニングを行えば加齢に逆らって筋力や筋量が増加すると研究報告されています。地域支援事業でも多くの参加者が自分自身の姿勢の変化を感じられる3か月になります。同等機能レベルの非参加者と比較しても要介護への移行を1/2~1/3程度に抑制できるのです。しかし、効果が認められている地域支援事業であっても参加者が少ないのが現状です。運動という言葉に抵抗があり、参加したくない高齢者や機会を逃し参加が遅れる高齢者が多くいることが問題です。自分の身体は自分で守らなければいけません。転倒して骨折してから気づくのではなく、いつまでも自立した生活が送れるように今すぐ立ち上がることが必要です。1人でも多くの人が1日でも早く予防に取り組むことが地域の健康を守るための大きな課題となっています。



動物証明写真

File No. 3

なまえ アラシ
ところ 神戸市立王子動物園
しゅるい シタツunga
せいべつ オス

シタツungaのトリビア

こんな見た目ですが実はウシ科のシタツunga。アフリカの沼地に生息し、危険が迫ると水中に潜り鼻だけを水面に出して、外敵が立ち去るまでやり過ごすそうです。蹄が長く幅があるので泥の上でも体が沈むことなく移動できます。



English Tips!

学校では教えてくれない英単語を紹介するこのコーナー“English Tips”。今回紹介するワードは“YOLO”(ヨロ!)「ヨロシク!」という意味ではなく、“You Only Live Once”の略称です。訳すと「一度きりの人生」という意味でネイティブスピーカーの若者がよく使う表現です。

たとえば、「スカイダイビングしようよ!」“Hey let's go skydiving!”と友達を誘っても、友達が優柔不断で決断できないとき、

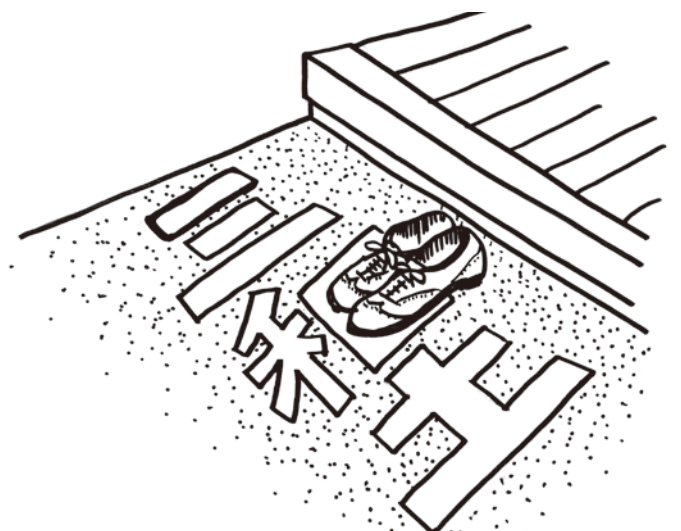
“YOLO! You would regret if you didn't!”
(一度きりの人生だよ! いかないと後悔するよ!)

といった使い方です。自分自身を説得させる際にも“YOLO! Let's do it!”(やるぞ!)という表現もできます。YOLO! ぜひ使ってみてください〜



ゆる〜くおぼえる 住まいの漢字② たたき 三和土

住宅の中で、玄関土間など床をはらない土足エリアを「たたき」と呼ぶことがあります。元々は場所を表す言葉ではなく、セメントの無い時代、土間の仕上げに使った材料を指す言葉でした。赤土(叩き土)・石灰・水の3種類を混ぜて練り、叩き固めることから『三和土』になったとか。文字で材料を、読みで施工方法を表しているわけですね。というわけで、厳密に言えばコンクリートやタイル貼りになった現代住宅の土間は「たたき」ではないのですが、今でも通称として浸透しています。



Information この場をお借りして マツ六からのお知らせです。

●皆様からのご意見を募集しております。
✉planning@mazroc.co.jp

Topics

- ✓ KENTEN2018 ご来場のお礼
- ✓ インスタグラムやってます！
- ✓ 作業療法士からみた住宅改修
- ✓ ゆる〜くおぼえる住まいの漢字
- ✓ 動物証明写真
- ✓ 新企画！施工例ビフォーアフター etc...

作業療法士 からみた

住宅改修

「理学療法士からみた福祉用具」、「作業療法士からみた住宅改修」を交えてそれぞれの視点から、専門的な知見を踏まえお伝えするコラムです。

生きがいから住宅改修を考える

大阪保健医療大学 作業療法学専攻
作業療法士・二級建築士

山田 隆人



高齢者の居住環境を改善する際に、対象となる方の「役割」の遂行を確認することを重要視しています。社会的な役割を得ることにより、生きがいを感じ、充実した生活が送れると思っています。これらは、「平成26年度 高齢者の日常生活に関する意識調査」(内閣府)から読み取ることが出来ます。

高齢者は約7割が生活全般に満足していました。満足度を居住状況別に見ると、持ち家の居住者は「満足」、「やや満足している」は合計71.7%。賃貸住宅居住者は50%を下回っており、持ち家居住者に比べて低くなっていました。

生きがいを感じている高齢者は65.5%でした。高齢者の感じる生きがいと同居者との関連性では、生きがい感じていた者が60%を超えていたのは、夫婦二人暮らし、本人と親、本人と子と孫、本人と子の世帯でした。逆に60%を下回ったのは、単身、その他世帯でした。

高齢者が感じる生きがいを持ち家と賃貸住宅の居住者で比較すると、「収入があった時」を除き、持ち家居住者において生きがいを感じる者が多く存在しました。その差が大きかったのは、「趣味やスポーツに熱中してい

る時」、「旅行に行っている時」、「家族との団らんの時」、「孫の面倒を見ている時」、「社会奉仕や地域活動をしている時」でした。

これまでの内容を整理すると、以下の様になります。

- ①高齢者は生活全般に満足を感じているが、賃貸住宅の居住者は持ち家の居住者に比べ満足度が低い傾向がある。
- ②高齢者の多くは生きがいを感じているが、単身世帯では生きがいを感じる者が少ない。
- ③高齢者の生きがいは、持家の居住者で感じる者が多く、趣味や旅行等活動の充実や家族との交流、社会的な活動の遂行において強く感じている。

以上より、高齢者の生活の満足度や生きがいは、趣味や社会的活動ができる機会や環境を作ることを感じられ、賃貸住宅の居住者および日常生活に追われている高齢者は、それら環境の必要性が高いと思います。

住宅改修においても、社会的な役割や社会的な活動につなげる改修にしていくことが大切な視点だと思いました。

※参考文献：内閣府「平成26年度 高齢者の日常生活に関する意識調査」



#DesignStory

Instagram やってます！

mazrocofficial



いいね・フォローをよろしくお願いします。

@mazrocofficialで検索 🔍

BAUHAUS HYBRID RAIL

壁面を彩る、デザイン手すりシリーズ。

- ブラケットカバーを木製にすることで、美しくあたたかいデザインに仕上げました。
- 新築からリフォームまで、高級感の必要な場所に最適です。

KENTEN2018でも好評でした！

ゆる〜くおぼえる 住まいの漢字③

いぬやらい 犬矢来

カーブさせた割竹を並べて建物の壁や塀の下部を覆う、低い柵のことです。語源は「犬をやらう(追い払う)」で、犬の尿で壁が傷つかないように立てたことが名前の由来といわれています。その他に、往来の泥はねよけや防犯の役割もあるので…「人」矢来でもあるような。犬ばかり矢面に立たされて、ちょっと可愛そうな気がします。



動物証明写真

File No. 4

なまえ オージロー
ところ 京都市動物園
しゅるい オオバタン
せいべつ オス

オオバタンのトリビア

オオバタンはオウム目のインコ科に分類される鳥類で、別名トキサカオウムとも呼ばれます。主に標高1000m以下の熱帯雨林に生息し、16羽以上の群れを成して生活します。絶滅危惧種にも指定されているオオバタンですが、実は長寿命で60年ほど生きるそうです。



新企画④ バリアフリーリフォーム 施工例 ビフォーアフター

今月のテーマ

回り階段で手すりをつなぐのは

→ N自在ジョイント

Before



After



ここがイイネ

回り階段で手すりをつなぐのは、骨の折れる作業です。写真のような回り階段の入隅部では、手すりが1点で交わらないことが多々あります。

このような場合に重宝するのがN自在ジョイントです。3次元的な動きで、難しい納まりの手すりをつなぐことが可能になります。

写真の施工例はN自在ジョイントの特長をうまく使った教科書どおりの納まりです。製品を作り手の意図したとおりに、ご使用くださっている現場を見ると、非常にうれしく、ありがたい思いでいっぱいになります。今後とも転倒予防に役立つ製品を作り続けてまいりますので、ご指導ご鞭撻のほど、よろしくお願い申し上げます。

Information この場をお借りして マツ六からのお知らせです。

●皆様からのご意見を募集しております。

✉ planning@mazroc.co.jp



Topics

- ✓ フリーRレール好評発売中!
- ✓ おめかしキャンペーン実施中!
- ✓ 理学療法士からみた福祉用具
- ✓ English Tips!
- ✓ 動物証明写真
- ✓ 施工例ビフォーアフター etc...



BAUHAUS FreeRrail フリーRレール



BAUHAUS

FreeRrail

フリーRレール

シリーズ発売 10周年 特別企画

ねじ隠しキャップで
ブラケットも

おめかし キャンペーン

シリーズ発売10周年を記念して
いつもは別売のねじ隠しキャップを
期間限定でサービス! **実施中!**

施工の仕上がりリクラスアップに
ぜひお役立てください。

※2018年10月以降はねじ隠しキャップが標準で付属します。

対象商品

壁付ブラケット BJ-04ST (ステンカラー色) BJ-80DB (ダークブロンズ)	直受フレキシブルブラケット BJ-40ST (ステンカラー色) BJ-88DB (ダークブロンズ)	エンドブラケットN BJ-129ST (ステンカラー色) BJ-130DB (ダークブロンズ)	自在ソケット BJ-111ST (ステンカラー色) BJ-82DB (ダークブロンズ)
---	---	---	---

理学療法士 からみた

福祉用具

「理学療法士からみた福祉用具」、「作業療法士からみた住宅改修」を交えてそれぞれの視点から、専門的な知見を踏まえお伝えするコラムです。

転ぶための手すり

廊下に設置する手すりの高さをご存知でしょうか?一般的には杖と同じで床から75~80cmの大腿骨大転子の高さに設置します。廊下の手すりは杖歩行できる方が室内を安全に移動することを目的に、手すりを上から把持して手で身体を支えるように使います。

この概念があるからこそ、初めて見たときに目的を理解できなかった手すりがあります。なんと床から150cmの肩の高さに設置された手すりでした。何かの間違いか冗談だと思い、物干し代わりに使うのか3m近い巨人でもいるのか本人に質問したことを覚えています。ただ本人は真剣な顔をして「ぶら下がるための手すり」と答えを返してきました。糖尿病からの白内障が進んでいたため足元に何があるのか見えにくく、四肢末梢の感覚障害により足裏の感覚が鈍くなり何かを踏むと全てを痛みと感じ膝折れが起き

るということです。膝折れすると転倒は避けられないため、転倒したときに大事故にならないように考えられた手すりでした。肩の高さの手すりを電車のつり革のように下から把持し、膝折れした瞬間にぶら下がることでゆっくりとお尻を下ろすように転ぶことができるわけです。

僕は訪問リハをする上で、固定概念を持たないように心がけています。利用者一人一人の動作や生活パターンを素直に受け入れ、その人らしい方法を一緒に考えることが大切だからです。肩の高さの手すりは安全に転ぶことの重要性を教えてくださいました。転倒しないことは理想です。しかし、どうしても転倒してしまうことがあるのも事実です。転倒を予防するだけではなく、安全に転ぶことができる環境設定も大切な発想なのです。

Sport (エスポート)
リハビリテーション福祉コンダクター
理学療法士
和田 圭市



English Tips!

今回は英語で「がんばれ!」と表現するイディオムの紹介です。日本語の、人を励ます際に使う「がんばれ」は実はとても便利な表現で、どんなシチュエーションにも対応できますが、英語で「がんばれ」と伝えるには、シチュエーションによって表現が変わってきます。たとえば、「Hang in there!」は厳しい状況からあきらめずに頑張るときに使います。なので、マラソンの応援などはこの表現がベストです。「Break a leg!」や「Good luck.」は、例えばこれからステージに立つ人に対して「うまくいきますように」と励ます表現です。グッドラックは日本語のように浸透していますが「Break a leg」もネイティブがよく使う表現なので覚えていて損はないです。それに「Break a leg!」は直訳すると「足を折れ!」なので、実際の意味を知らないと励まされているのか、貶されているのかわからないですからね。笑

動物証明写真

なまえ イッチャン
ところ 大阪市天王寺動物園
しゅるい ホッキョクグマ
せいべつ メス

ホッキョクグマのトリビア

ホッキョクグマのイッチャン。写真を見てシロクマだと思った方もいらっしゃると思いますが、じつは「シロクマ」は正式名称ではなく、ホッキョクグマが正解です。シロクマというとヒグマの白いタイプを指すようです。



福祉住環境
コーディネーター **道** の答え: ③加齢に起因する

発行元: **マツ六株式会社**

〒543-0051 大阪市天王寺区四天王寺1丁目5番47号
TEL 06-6774-2255 (代表) FAX 06-6774-2248

バリアフリーリフォーム 施工例 ビフォーアフター

Case No.
2

今月の
テーマ 手すりで通路をふさぎたくない!
→ 遮断機式軸側(受側)支柱



ここがイイネ 屋外でお問合せの多い手すりのひとつに遮断機式手すりがあります。特に写真のような現場で「ポーチに上がる階段に手すりを設置したいが、横方向にも通路があるので手すりを設置すると邪魔になってしまう」と、お困りのケースが多いようです。その場合におすすめしたいのが**遮断機式軸側支柱と遮断機式受側支柱**です。写真の現場のように1スパン(支柱2本)の最少ユニットで、階段などの傾斜部に遮断機式手すりを設置することも可能です。支柱からさらに連続手すりを設置することもできます。また、遮断機式用自在ジョイントを使用すれば、支柱から自由な角度で連続手すりを設置することもできます。フリーRレールは発売開始から10年の間に豊富なパーツを次々と開発し、様々なご要望に合わせて手すりを設置できるようになりました。今後もどんな場所でもつなげる手すりを目指して製品開発してまいります。

Information この場をお借りして **マツ六からのお知らせです。**

- 8/11(土)~16(木)は夏季休業日とさせていただきます。
- 皆様からのご意見を募集しております。
- ✉planning@mazroc.co.jp

福祉住環境
コーディネーター

道

Q

第二号被保険者(40~60歳までの方)が介護保険を利用できるのは【A】16種類の「特定疾病」が原因である場合に限られる。

A

- ①難病指定の
- ②認知症に関係する
- ③加齢に起因する
- ④青壮年氣に特有の

答えは
裏面へ

https://www.mazroc.co.jp/
MAZROC 1808-1



Topics

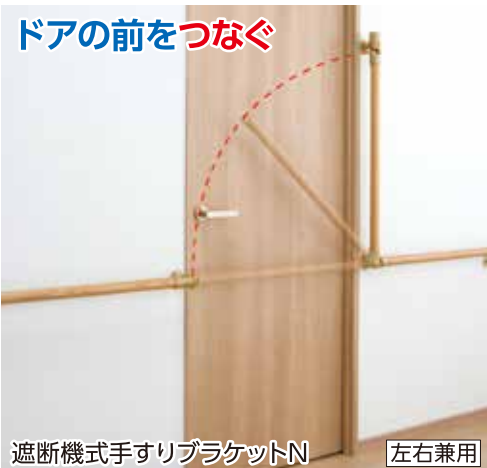
- ✓ 遮断機式手すりブラケットシリーズ
好評発売中!
- ✓ 作業療法士からみた住宅改修
- ✓ 動物証明写真
- ✓ English Tips!
- ✓ ゆる〜くおぼえる住まいの漢字 etc...

行きたい場所まで
手すりを

BAUHAUS

遮断機式 手すりブラケットシリーズ

詳しくは、
バリアフリー
建材カタログ
Vol.16 P.151〜を
ご覧ください。



遮断機式手すりブラケットN 左右兼用



遮断機式伸縮手すりブラケット 左右兼用



遮断機式手すりブラケットN 左右兼用



遮断機式手すり先端面付ブラケット 左右兼用



遮断機式手すりブラケット直角型N 左右兼用



遮断機式手すりブラケット直角型N 左右兼用



遮断機式手すり
軸側面付ブラケット 左右兼用



襖用脱着
手すりブラケットN 左右兼用



内々脱着
手すりブラケットN 左右兼用



遮断機式
手すりジョイント 左右兼用

作業療法士 からみた

住宅改修

「理学療法士からみた福祉用具」、「作業療法士からみた住宅改修」を交代で
それぞれの視点から、専門的な知見を踏まえお伝えするコラムです。

高齢者の「生きがい」を作ることを考える

大阪保健医療大学 作業療法学専攻
作業療法士・二級建築士

山田 隆人



内閣府による「高齢者の地域社会への参加に関する意識調査」によると
高齢者の多くは生きがいを感じていると報告されています。生きがいを感じ
ている高齢者は、周囲の人たちとの関係性を保つこと、そして高齢者自
身の役割を遂行することで「生きがい」を感じているようです。

私たちは、高齢者の役割を作ること、生き活きと暮らすことを目標にし
ている「つながりプロジェクト」に取り組んでいます。「つながりプロジェ
クト」では、参加を表明した介護保健の施設に、INAC神戸レオネッサの選手
が訪問し、施設利用者と共に作業療法に参加します。

施設を利用している高齢者に、選手達にはプログラムの紹介や
作業の方法などを教授する等の役割をお願いしています。選手と
高齢者が介護保健の施設で作業療法やプログラムに参加してい
る様子を撮影し、INAC神戸レオネッサのホームゲームのハーフ
タイムに、その様子をオーロラビジョンで映し出し、活動を紹介して
います。施設利用の高齢者の家族に「つながりプロジェクト」の活
動内容等を伝え、高齢者と家族および施設職員でスタジアム観戦
の機会を作っています。試合会場でオーロラビジョンに映し出さ
れる姿を見て、施設を利用する高齢者の新たな役割となっている
ことが実感できる機会になっています。

居住環境改善と違うのではないかといった声が聞こえてきそうですが、
そうではありません。「生きがい」を感じる場所や役割・関係があってこそ、
その場所や会合や組織に出掛けていこうとの想いや行動がでできます。そ
れらを実現するためには居住環境改善が必要になります。

居住環境の改善を実施する際に、高齢者の「生きがい」を見つけることを
してみてください。見つけられた「生きがい」を実現するための居住環境改
善につなげてください。それらが健康年齢を伸ばすことにつながっていく
と思います。



動物証明写真

File No.
6

なまえ ミッチー
ところ 京都市動物園
しゅるい フェネック
せいべつ メス



フェネックのトリビア

フェネックはキツネの仲間、夜行
性の動物です。もともとは北アフリ
カの砂漠地帯に生息し、数メートル
の深い巣穴を掘って暮らします。耳
が大きいのが特徴で、成獣の平均体長が30〜40cmと小柄なのに対
し、耳は8.5〜15cmあります。これは砂漠の熱さを放熱するためや獲
物のわずかな動きも見逃さないためだそうです。

English Tips!

今回は英語で「どういたしまして。」の表現を紹介します。
“Thank you!”といわれると“You’re welcome.”と返すと英語の授業
で習い、どういたしまして = “You’re welcome.”で定着している方も多
いと思いますが、「どういたしまして」を表現する英語は意外とたくさんある
んです。例えば、“Don’t mention it!”(直訳:ありがとうを言う必要はないよ!)
、“No worries.”(直訳:気にしないで)、“Any time.”(直訳:いつでも
どうぞ)等です。
筆者個人的に一番スマートな返しだと思うのが “It’s my pleasure.”
で「あなたの役に立てて私も嬉しいよ」という表現です。助けた方も助けら
れた方もお互いハッピーになれる言い方ですね(#^.^#)
“It’s my pleasure.” ぜひ使ってみてください。

福祉住環境
コーディネーター 道の答え: ②脳血管疾患

第41回福祉住環境コーディネーター検定試験の
申込登録期間は9月11日(金)〜10月12日(金)です。

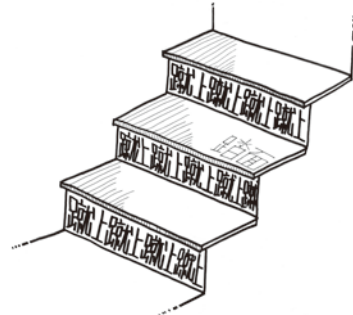
発行元: マツ六株式会社

〒543-0051 大阪市天王寺区四天王寺1丁目5番47号
TEL 06-6774-2255(代表) FAX 06-6774-2248

ゆる〜くおぼえる 住まいの漢字④ 蹴上

階段1段の高さのこと。対して足をのせる面を「踏面(ふみづら)」と呼びま
す。蹴上が高すぎると急勾配になり、昇降が大変になることは明白です。
しかし緩勾配にしようと踏面を広くしすぎても、歩幅があわず、つまづく原
因になってしまいます。階段まわりの寸法は階高やスペースにも左右され
てしまいますが、安全にリズムよく昇降できるバランスが大切ですね。

住宅の場合は、建築基準法で蹴上
230mm以下・踏面150mm以上
と定められています。実際にこの
通りの寸法の階段を昇降してみた
ことがあるのですが、感想は「怖
い」のひとことでした。これはあく
まで限界値ということで、一般的
に蹴上は200mm程度の住宅が多
いようです。



国際福祉機器展 H.C.R.2018

2018.10.10(水)〜10.12(金) 東京ビッグサイト
東展示ホール

東5ホール 小間番号15-05 出展します。

Information この場をお借りして マツ六からのお知らせです。

●皆様からのご意見を募集しております。
✉planning@mazroc.co.jp

https://www.mazroc.co.jp/
MAZROC 1809-1



Topics

- ☑ バリアフリー建材カタログVol.17 発刊しました！
- ☑ 理学療法士からみた福祉用具
- ☑ 動物証明写真
- ☑ English Tips!
- ☑ 施工例ビフォーアフター etc...

バリアフリー建材カタログ 2018→2019 Vol.17 発刊しました！

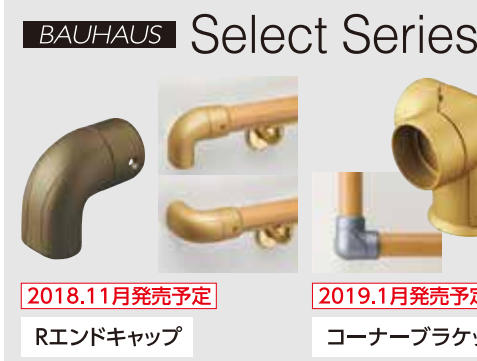
新商品 多数掲載しています！ **NEW**



デザイン・施工性に着目した
ソフトアクアレーンプラス I型・L型ハンド



支柱ロングタイプ
●E埋め込み式支柱
●E埋め込み式エンド支柱
●Eベースプレート式支柱
●Eベースプレート式エンド支柱



バリアフリー建材カタログVol.17 ダイジェスト版

手すりカタログ 改修 貸与 も発刊しました！



国際福祉機器展 H.C.R.2018
2018.10.10(水)～10.12(金)
東京ビッグサイト 東展示ホール

東5ホール
小間番号 15-05

出展します。

福祉住環境
コーディネーター

道

Q

介護保険制度では、保険者である市町村は3年を1期とする【A】を策定し、3年ごとに見直しを行うことが義務付けられている。

A

- ①オレンジプラン
- ②市町村条例
- ③介護保険事業計画
- ④介護保険審査会

答えは裏面へ

理学療法士 からみた

福祉用具

「理学療法士からみた福祉用具」、「作業療法士からみた住宅改修」を交えてそれぞれの視点から、専門的な知見を踏まえお伝えするコラムです。

使うことのなかった手すり

今までに、設置したものの、使うことのなかった手すりがあります。専門家としてなぜそのような無駄な手すりを設置したのか疑問に思いませんか？そこには手すりの役割ではなく、手すりに込められた想いがありました。

数ヶ月前にALS(筋萎縮性側索硬化症)の診断を受けた男性の利用者でした。訪問で関わるようになった理由が、「最近歩いていると膝折れするので安全に歩きたい」という訴えでした。理学療法士として身体機能を評価したところ、下肢から進行が始まるタイプのALSで、早ければ1ヶ月前後で自力では歩けなくなることが予測できました。それでも本人は安全に歩くための手すりを廊下に設置したいと訴えてきました。

介護保険の基本理念に、利用者本位や自己選択自己決定という言葉があります。いくら理学療法士として手すりの設置に反対であっても利用者が望むときには最善の形で設置します。実際に設置した手すりは1、2週間しか使われませんでした。それだけならまだしも車いす生活を余儀なくされてからは、廊下の壁から突き出した手すりが廊下幅を狭くし車いす移動

の邪魔になっていました。さらに完全に車いす生活になってからは家人の介護負担を考え施設入所となり訪問は終了しました。

僕の訪問リハ担当には、ALSや多系統萎縮症など難病に罹患した利用者が多くいました。その都度、理学療法士としての医療倫理と人としての関わりの狭間で悩まされました。本当は手すりを設置して無理やり歩くより、車いすを利用して安全に移動したほうがいいことはわかっています。それでも歩くことを選択した利用者の希望を最後まで追求することが必要なときもあります。実際に、歩けないことは在宅生活を送れないことであり施設での生活を送ることであるとは想像もしていませんでした。この利用者の本当の訴えは一日でも長く在宅生活を送ることだったのかもしれない。身体機能や生活機能に目を向けて、手すりの役割を考えるだけではいけません。手すりへの想いを知ることは、その人の生きる意味を知ることであり、生き方を尊重することなのです。

Sport(エスポート)
リハビリテーション福祉コンダクター
理学療法士

和田 圭市



動物証明写真

File No.
7

なまえ アオイちゃん
ところ 京都市動物園
しゅるい アムールトラ
せいべつ メス

アムールトラのトリビア

トラは全部で8種類に分けられます。その中でもアムールトラは最も大きく、オスの体長は3.5mを超え、メスでも3m弱はあります。体重はオスなら300kgを超え、メスでも170kg程度が平均です。また、アムールトラはもっとも北方に分布しており、ロシアや中国などのアムール川流域に生息し、シベリャトラとも呼ばれています。ヘラジカやイノシシを餌としますが、時にはヒグマさえ倒してしまうという最強の肉食動物です。



English Tips!

英語圏でくしゃみをしている人を見かけたら知らない人でも“(God) bless you.”と声をかけます。「神のご加護を。」という意味ですが、くしゃみの場合はそんな大層なニュアンスではなく、ごく一般的に使われます。

これにはいろいろな説があるそうですが、くしゃみをするとその人の魂が体から抜け出して病気になるという迷信があるようで、そうならないために “(God) bless you.”

と声をかける習慣が生まれたようです。他人でも健康を心配するのはやさしい文化ですね(#^_^#)声をかけてもらったらずい “Thank you.”と返事をしてください。

福祉住環境
コーディネーター 道の答え：③介護保険事業計画

発行元：マツ六株式会社

〒543-0051 大阪市天王寺区四天王寺1丁目5番47号
TEL 06-6774-2255(代表) FAX 06-6774-2248

https://www.mazroc.co.jp/
MAZROC 1810-1

バリアフリーリフォーム 施工例 ビフォーアフター

Case No.
3

今月のテーマ ユニットバスには → ソフトアクアレーン



ここがイイね 浴室、特にユニットバスの後付け手すり工事は、我々手すりメーカーや施工者様泣かせの工事でした。壁に適切に取付けられる製品が少ないことや、壁の構造にもいろいろな種類があり、手すりを取付けても強度的に問題が出ないか、当社でもノウハウがない時期には不安な要素ばかりを考えがちでした。その不安を払拭して製品化したのがソフトアクアレーンです。ユニットバスの壁構造を徹底的に調査し、それぞれの壁ごとに強度試験を行い、安全性に問題がないと言えるようになるまで、多くの時間と労力を費やしました。ユニットバスの半数以上は鋼板壁を使用していると考えられ、その他、けい酸カルシウム板やフレキシブルボードを基材とした壁やFRPのような樹脂壁も存在しています。ソフトアクアレーンでは樹脂壁を除く、鋼板壁やけい酸カルシウム板、フレキシブルボードへの取付けが可能です。写真のユニットバスは鋼板壁だと思えますが、浴槽からの立ち上がりや浴槽のまたぎ部分にピンポイントで効果的に手すりを設置されています。施工者様泣かせの工事を少しでも簡単に、施主様が安心して入浴できるように、今後も転倒予防に役立つ製品開発をしてまいります。2019年1月には、新しく「ソフトアクアレーンプラス」を発売し、スリキリしたデザインが欲しいという要望にもお応えします。ソフトアクアレーン同様にプラスにも期待してください。

Information この場をお借りして マツ六からのお知らせです。

- バリアフリー建材カタログVol.17、手すりカタログVol.17ダイジェスト版(改修編)(貸与編)を発刊しました。
- ファーストリフォームカタログvol.15を発刊しました。
- 皆様からのご意見を募集しております。
✉planning@mazroc.co.jp



Topics

- ✓ 国際福祉機器展2018
- ✓ 作業療法士からみた住宅改修
- ✓ English Tips!
- ✓ ゆる〜くおぼえる住まいの漢字
- ✓ 動物証明写真

etc...



国際福祉機器展 H.C.R.2018 ご来場ありがとうございました！



国際福祉機器展H.C.R.2018が10月10日(水)～12日(金)に東京ビッグサイトにて開催されました。皆様のおかげをもちまして、大盛況のうちに展示会を執り行うことができました。ブースでは発売間近の新商品をはじめ、お絵かき手すりプロジェクトをお披露目させていただきました。会期中は混雑もあり、ご説明などが行き届かない点もあったかと存じます。展示商品やサービスに関するご意見やご不明な点、ご入り用な資料などがございましたら、何なりとお申し付けください。



HCR2018開催期間の一週間(10月8日～14日)、会場である東京ビッグサイトの最寄駅「ゆりかもめ 国際展示場正門」の駅内にお絵かき手すりプロジェクトの広告を掲出しました。



11月25日(日)は
第41回福祉住環境コーディネーター
検定試験です。

福祉住環境
コーディネーター

Q

義手の中でもつかむ、握るなど日常生活での動作性を主な目的とする義手は【A】義手と呼ばれる。

A

- ①代替
- ②受動
- ③筋電
- ④能動

答えは裏面へ

作業療法士 からみた

住宅改修

「理学療法士からみた福祉用具」、「作業療法士からみた住宅改修」を交代でそれぞれの視点から、専門的な知見を踏まえお伝えするコラムです。

男性が排尿しやすい姿勢は？

外出先で男性トイレに向かうと殆どのトイレで立ち小便器を見かけます。しかし、女性のトイレでは、立位での排尿するための設備を見ることはありません。しかし、日本において、女性用の立ち小便器は存在し使用されていたことをご存知でしたか。

現在は改修されている国立競技場にその便器は設置されていました。女性用の立位排尿便器は1951年から1971年まで国内で生産され、「サニスタンド」との名称がついていました(図1)。慣れると便利で使いやすいと評判でしたが、「年頃の娘に変な習慣を付けさせないでほしい」との強い要望で使われなくなったようです。膝の疾患や股関節の疾患の方には、使いやすい可能性があるのではないかと思います。

話を本題に戻しますが、男性が排尿する際の姿勢は、立位が良いのでしょうか、それとも座位が良いのでしょうか。

おむつを作っている会社の調査では、自宅での排尿姿勢は立位が48.7%、座位が51.3%で、座位派が立位派を上回っていました。年齢別にみると20～30代の男性でどちらかというと座位派を加えれば、座位派が50%を超え多数を占め、年齢が上がるにつれ立位派が増えていました。外出先では立位が91.1%、座位が8.9%でした。こちらも年齢が上がるにつれ、立位



図1)サニスタンド(立位排尿便器)

派が増えていました。

男性の排尿は立位と座位では、どちらが良いのでしょうか。

障害や病気を持っていない健康の人の場合は、立位と座位で大きな差は見られないと報告されています。しかし、下部尿路症状がある方は、座位において排尿時間は増加していたが、残尿量が少なかったとの報告があります。健康の人は立位でも座位でも変わらないが、下部尿路症状がある場合は、座って排尿の方が良いことになります。

それでは、下部尿路症状とはどういったものなのでしょうか。前立腺肥大症・前立腺炎・前立腺がん等の前立腺の疾患、膀胱炎・間欠性膀胱炎・膀胱がん・膀胱結石・膀胱憩室・過活動膀胱等の膀胱の疾患、尿道炎・尿道狭窄・尿道憩室等の尿道の疾患が下部尿路における疾患です。

前立腺・膀胱・尿道に疾患を持っている男性の場合は、座位で排尿がしやすいよう立ち座りがしやすいトイレ環境の調整が必要になってくると思います。

男性のトイレの改修を行う際には、下部尿路の疾患がある場合は、座位で排尿することを前提に改修方法を検討する必要があるようです。

参考資料

- 1) 立つか座るか?トイレの排尿姿勢で「ちょいモレ」に影響あり?
<https://jp.lifree.com/ja/sawayakamen/research/r5.html>
- 2) 立位排尿と座位排尿が前立腺肥大患者に与える影響:
Ype de Jong, et. al. Urinating Standing versus Sitting: Position Is of Influence in Men with Prostate Enlargement. A Systematic Review and Meta-Analysis. July 22, 2014 DOI journal.pone.0101320

English Tips!

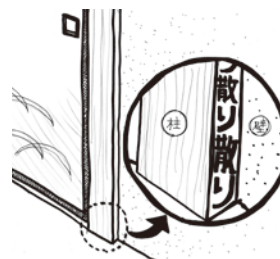
「簡単」は「It's easy.」で十分伝わりますが、「すごく簡単、余裕だ」といったニュアンスを英語で伝えたいときの表現を紹介します。まず一つ目は「It's a piece of cake.」「一切れのケーキくらい簡単だ。」という慣用句と、二つ目は「It's as easy as pie.」「パイくらい簡単だ。」という表現です。

たとえば、「明日までにこの書類を終わらせるのなんて楽勝だよ。」は
"To finish this paper by tomorrow is as easy as pie!"
 と表現できます。これらの表現にはいろんな諸説があるようですが、どちらも簡単に食べてしまえるという考えから生まれたようです。簡単さを表現するのに甘いものを例に出すのは可愛さがありますね。

ゆる〜くおぼえる 住まいの漢字⑤

ち 散り

「チリ」とカタカナ表記されることが多いですが、漢字ではこう書きます。和室の真壁でみられる壁表面と柱表面のズレの部分や、洋室の壁面とドア枠表面の段差部分など、二つの面のずれた部分のこと。その段差寸法を「散りOmm」と表現したり、散りを設けて納めることを「散りをつける」と言ったりもします。



動物証明写真

File No.
8

なまえ ルース

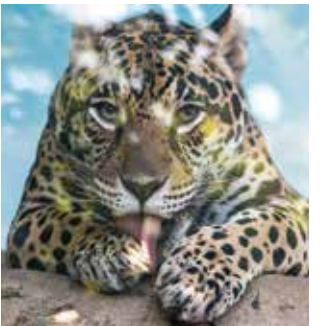
ところ 天王寺動物園

しゅるい ジャガー

せいべつ メス

ジャガーのトリビア

ヒョウとジャガーは同じヒョウ属で見た目も似ていますが、区別の仕方を知っていますか。まず大きな違いは、ヒョウ柄です。胴体から背中にかけてどちらも花が開いているような模様がありますが、ジャガーのヒョウ柄には花柄の中に黒のドットがあります。また体の大きさにも違いがあります。体長が大きくても150cm程度のヒョウに比べて、ジャガーは180cmほどあり体重も100kgを超えます。しかし、しっぽに関してはヒョウは比較的最長ののに対しジャガーは体長の半分程度と短めなようです。



高齢者の転倒予防 情報発信サイト

大切な人を転倒から守る

転倒予防ナビ

「転倒予防ナビ」へは
スマートフォンから
アクセス!



<https://tentouyobounavi.com/>

Information この場をお借りして マツ六からのお知らせです。

●皆様からのご意見を募集しております。

✉ planning@mazroc.co.jp

福祉住環境
コーディネーター

道の答え: ④能動

発行元: マツ六株式会社

〒543-0051 大阪市天王寺区四天王寺1丁目5番47号
TEL 06-6774-2255 (代表) FAX 06-6774-2248

<https://www.mazroc.co.jp/>
MAZROC 1811-1



Topics

- ✓ フリーRレール
支柱ロングタイプ 動画公開!
- ✓ 理学療法士からみた福祉用具
- ✓ 動物証明写真
- ✓ English Tips!
- ✓ 施工例ビフォーアフター etc...

商品の紹介・施工動画をアップしています。

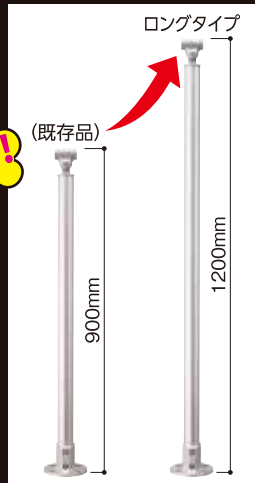
新商品も随時追加しています。最新動画はこちら!

FreeRail

NEW

支柱
ロング
タイプ

大好評!



手すり天端まで最大1200mmのロングタイプの支柱です。玄関ポーチや勝手口などに手すりを取付ける際、上の写真のようにGLに直接立てて、段差の上で十分な手すり高さを確保できます。

動画で
役立っシーンを
解説します!

FreeRail

エンドキャップ



FAエンドキャップ(2個入)

フリーレールシリーズのシンプルなエンドキャップです。



RAエンドキャップ(2個入)

下向き、横向きどちらでも使えるフリーレールシリーズのエンドキャップです。

FreeRail

ジョイント



ジョイント

フリーレールシリーズのジョイントです。手すり棒に芯材を差込み、ねじで固定する機構です。



Lコーナージョイント

フリーレールシリーズの入隅・出隅に対応するLコーナージョイントです。

商品動画一瞥への
アクセスはこちらから

マツ六Webサイトのこちらの
アイコンからもアクセスできます



屋外



配信動画

製品の紹介動画や施工動画を
配信しております。

YouTube



マツ六公式
チャンネル
でも!

YouTube マツ六 検索

理学療法士 からみた

福祉用具

「理学療法士からみた福祉用具」、「作業療法士からみた住宅改修」を交えてそれぞれの視点から、専門的な知見を踏まえお伝えするコラムです。

歩くことにこだわった手すり

僕はノーマライゼーションという言葉が大好きです。“障がいのある人もない人も互いに支え合い、地域で生き生きと明るく豊かに暮らしていける社会を目指す”といった考え方です。日本には十分に浸透していないのが現状で、その原因はリハ職や福祉職にあるかもしれません。

退院後しばらくしてから依頼を請けた要介護3の脳血管障害を呈した利用者でした。重度の左片麻痺により左上肢下肢の筋はガチガチで曲げ伸ばしも難しい状態でした。寝返りや起き上がりにも介助を要し、一日の多くの時間をベッド上で過ごします。移動は車いすで何とか自走できましたが、ベッドから車いすへの移乗には介助が必要でした。

「歩けるようになりたい」という希望から、廊下には2mの長さの手すりが設置されていました。歩くことを生きがいにしていたことや歩く練習により足裏に刺激が入り覚醒レベルが上がる(目が覚める)ことを期待して手すりを設置した経緯はわかりました。

しかし実際は、身体機能の回復が期待できる時期を過ぎた利用者に対し

て歩行用の手すりの設置は、歩行への未練が残るだけで障がいの受け入れを妨げる要因にしかありませんでした。

車いす移動も歩行移動もどちらも移動手段の一つでしかありません。障がいを受け入れて今ある力を利用した最適な移動手段を選択し、移動した先にある目標を達成することにこだわるのが大切です。例えば、「近くのコンビニまで歩いて移動する」ではなく、「近くのコンビニでおにぎりをかうために移動する」といった目標設定が生活の質(QOL*)の向上につながります。とにかく誰もが歩くことが当たり前という考え方では、ノーマライゼーションの概念に逆行した根性論で終わってしまいます。

東京オリンピックや大阪万博の開催に向けて今こそ国をあげてノーマライゼーションの概念を浸透すべきです。施設や環境の整備だけではなく、障がいをそのまま受け入れられる社会を目指した考え方の整備が早急に求められています。

*QOL=Quality of life(クオリティ オブ ライフ)



Sport(エスポート)
リハビリテーション福祉コンダクター
理学療法士

和田 圭市

動物証明写真

File No.
9

なまえ ピーター
ところ 神戸市立王子動物園
しゅるい コアラ
せいべつ オス



コアラのトリビア

コアラは夜行性で一日のうち約20時間を木の上で寝て過ごします。コアラがユーカリの葉を主食として食べることは有名ですが、実はユーカリの葉には毒素が含まれており、ふつうは餌としては適さない植物です。しかしコアラは哺乳類の中で最も長い、2メートルにもなる盲腸を持っているので、長時間かけてユーカリを消化しているそうです。

English Tips!

英語でも、ことわざは数多くあります。日本語のことわざと同じ意味の言い回しもたくさんあるのは知っていますか?

たとえば、*A bird in the hand is worth two in the bush.*「手中の一羽の鳥は、藪の中にいる2羽の鳥より価値がある」という意味で、日本語の「明日の百より今日の五十」ということわざと同じニュアンスです。

また、*Birds of a feather flock together.*ということわざ「同じ種類の鳥は一緒に群れる」という訳になりますが、これは日本語の「類は友を呼ぶ」ということわざと同じ意味で使われます。

ほかにも同じ意味のことわざがたくさん存在するので、気になる方はぜひ調べてみてください。

バリアフリーリフォーム 施工例 ビフォーアフター

Case No.
4

今月の
テーマ
開き戸から引き戸に
→ エコ引き戸



Before



After



ここがイイネ

福祉住環境整備のひとつに、建具の改修工事があります。一般的に多いのは、開き戸を引き戸にする工事です。

開き戸は最小限のスペースで設置できるため、住宅では多く用いられている建具です。ただし、開閉時にからだの前後移動が大きくなり、足腰の弱った高齢者や障がい者の方には最適な建具とは言えません。その点、引き戸は引き込むためのスペースが開き戸よりも必要にはなりませんが、開閉時のからだの移動がほとんどないため、高齢者や障がい者に適した建具と言えるでしょう。

福祉住環境整備に有効な建具改修工事ですが、比較的大がかりで費用のかさむ工事になりがちです。介護保険の給付額には上限があるため、ひとつの工事にかかる費用を抑えたいところです。そんな場合に**エコ引き戸**は有効です。

建具枠や建具本体をそのまま使用するため、費用が抑えられるのももちろんのこと、廃材の量も大幅に減らせて、1日で簡単に工事を終わらせることができます。写真のように改修前後で雰囲気が大きく変わらないのもポイントです。

エコ引き戸は標準タイプのほか、自動で扉がしまる**オートクローズタイプ**があります。それぞれ**アウトセット錠**が取付けられるので、トイレ建具としても最適です。手すり工事とともに建具改修を行っていただくことで、転倒予防、ひいては健康寿命延伸の一助になれば幸いです。

Information この場をお借りして **マツ六からのお知らせです。**

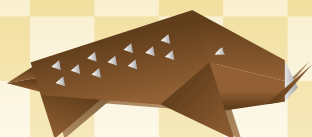
- 12/30(日)～1/6(日)は年末年始休業とさせていただきます。
- 皆様からのご意見を募集しております。
✉planning@mazroc.co.jp



- ✓ 新年のごあいさつ
 - ✓ セレクトシリーズに新商品追加!
 - ✓ 作業療法士からみた住宅改修
 - ✓ ゆる〜くおぼえる住まいの漢字
 - ✓ 動物証明写真
 - ✓ English Tips!
- etc...

謹賀新年2019

旧年中は格別のお引き立てを賜り
誠にありがとうございました
本年もよろしくお願いいたします



年賀サイトOPEN!

年賀特設サイトをオープンし、
亥年にちなんだユーモアたっぷりの
ショートムービーを公開しています。
亥のトリビアも満載です!
ぜひご覧ください。



年賀サイトへは左のQRコードまたは以下のURLからアクセスできます。

<https://www.mazroc.co.jp/newyear2019/>

BAUHAUS Select Series に新商品!

2019.1月 発売予定

NEW

35(32)コーナーブラケット 金属カバー付

BD (BE)-68B・G・S

ブラウン



ゴールド



シルバー



POINT

高級感のある
金属カバー。

木下地へは付属ねじで、コンクリート
下地には別売のM6アンカーで壁へ
取付けます。



手すり棒の
のみ込みカット
マークつき

手すりの中心にも穴加工
しています。手すり棒の
一端は中心に、もう一端は
両側の穴にねじをとめる
ことで、ねじれによるガタ
つきを防ぎます。

カバーをする時は下の爪をいれてから
上をはめ込みます。
※カバー脱着用穴にマイナスドライバーを
差し込んでまわすとはずさず。

35・32 角度増しカップ

BDE-16B・G・S

適応ブラケット品番

BDE-12

ブラウン



ゴールド



シルバー



POINT

出隅自在ブラケットK (BDE-12) に取付けて、
まわり階段の内側にも急勾配の手すりを
取付けることができます。(45°~90°)



32用変換アダプター
(出隅自在ブラケットK付属品)

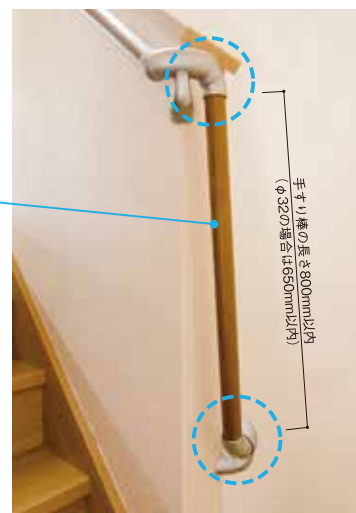
手すり取り付け用ねじ
(出隅自在ブラケットK付属品)

※800mm (φ32の場合は650mm) を
超える場合は、間にブラケット縦型を
入れてください。

※φ35の手すり棒を取付ける
場合、32用変換アダプター
は使用しません。

35・32
角度増し
カップ

35・32出隅自在
ブラケットK



住宅改修

「理学療法士からみた福祉用具」、「作業療法士からみた住宅改修」を交代でそれぞれの視点から、専門的な知見を踏まえお伝えするコラムです。



大阪保健医療大学 作業療法学専攻
作業療法士・二級建築士

山田 隆人

冬場の入浴は危険がいっぱい！

冬場になると入浴時の心肺停止事故が増え、それを防ぐ入浴環境の実現と安全な入浴方法を身につけることが必要になります。

入浴時の心肺停止事故は、12月から1月にかけて多く発生します。事故は65歳以上の高齢者に多く、80歳前後に最も多く発生していました。高齢者人口10万人あたりで、12月から1月の間に1日0.8～1.0件の心肺停止事故が起っていました。我が国において、年間入浴中の急死者は約1万9千人、65歳以上の高齢者では約1万6千人と推測され、心肺停止事故の発生件数は、最低気温に影響を受け、気温が低い場合にその発生が多くなることが報告されています。

心肺停止に至らず救出された方々は軽度の意識障害があり、温浴による体温上昇の結果引き起こされたことが示されています。人の実験から43℃を超える高温浴が短時間に体温を上昇させ、高温浴が脳機能の低下をきたし、結果的に意識障害となることが示されています。心肺停止で救出された方々の特徴から、高温環境暴露による体温上昇が起こり、軽度意識障害・高体温・頻脈となっていました。つまり熱中症になっていたことが示されているので、これを防ぐ必要があります。

●入浴事故の予防対策として以下の内容を周知することが示されています。

- ①入浴事故はお風呂で体が熱くなりすぎるために起こる。
- ②体が熱くなりすぎるのは湯が熱いときと長風呂のとき。
- ③体が熱くなりすぎない入浴方法は、41℃未満10分以内が良い。
- ④お風呂に入っても寒いと熱いお湯に入りたくないので、浴室や脱衣所を暖房するのが良い。

●住環境の配慮として以下の項目が挙げられています。

- ①浴室および脱衣所の暖房を行う。暖房では室温を上昇させるような暖房が望ましい。
- ②新規住宅着工では浴室を含めた住宅の断熱性向上が考慮されなければならない。

●浴室・浴槽の工夫として以下が挙げられています。

- ①警報装置・呼び出しボタン等を設置することが早期発見や予防に資すると思われてきたが無効である。
- ②浴槽内水温設定温度をもとにした入浴限界時間が算出でき、これを超えた場合の水温低下、お湯の排出機構を備えることで、高温長時間の入浴ができなくなる機能の開発が必要。

住宅改修において、居室から脱衣室・浴室間の温度の変化が少ない環境を実現すること、可能であれば住宅の断熱性を高める事が重要です。それに対して、入浴時の熱中症の症状により意識障害状態になった場合、使用困難となる警報装置および呼び出しボタンに関しては必要性がありませんでした。住宅改修においては、必要な情報や知識を持ち対応することが重要だと思います。

これらに加えて、支援の対象となる高齢者およびその家族・支援者に、入浴温度・入浴時間等の“安全な入浴方法”を知って頂く機会を作る必要があると思います。居住環境を変えるだけではなく、使用方法についての情報・知識を持ち、生活を支援していく必要があると思います。

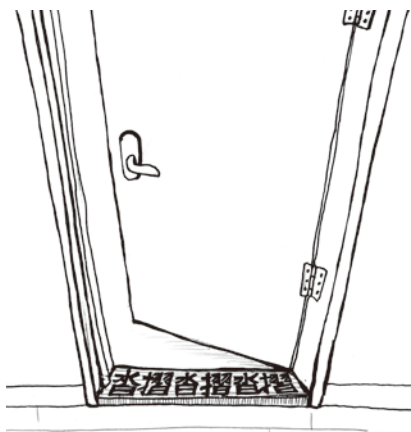
参考文献：入浴関連事故の実態把握及び予防対策に関する研究 代表研究者 堀進悟 平成26年3月

ゆる～くおぼえる 住まいの漢字⑥

くっずり 沓摺

ドア枠の下部、下枠になる材のこと。

「沓」という漢字には「重なる」や「合う」といった意味があり（『靴』とはまた違う意味を持ちます）、ドアをすき間なく閉めることが目的の部材ですので、床面から少し出っ張った形状です。近年の室内ドアでは逆に、24時間換気では通気のためにドア下にすき間が必要になったり、バリアフリーの観点から沓摺を設けずフラットにすることが多くなりました。ちなみに同じ下枠でも、引戸の場合は「敷居」です。



動物証明写真

File No.
10

なまえ ハリー

ところ マザー牧場

しゅるい カピバラ

せいべつ オス

カピバラのトリビア

ねずみの仲間のカピバラ。
ねずみのような長いしっぽは持っていません。毛は硬くて長くタワシのようです。これは水にぬれた後でも体をぶるっとふるわせるだけで水が落ち、はやく乾かすためです。おっとりしたイメージのカピバラですが、実は時速約50kmの速さで走ることができるそうです。



English Tips!

“Thank you!” 「ありがとう」をもっと気持ちをこめて伝えることができる
といいですよ。

親切な言葉をかけてもらった際に、返答が “Thank you.” のみだと
なんだか素っ気ない感じがします。そんな時につかえるのが、

“Thank you. That's really nice of you to say so.”

日本語だと「そうしてくれるなんてあなたは素敵だね。」と、日本語に直すと
なんだか大げさに聞こえますが、一般的に使われる表現です。

“Nice”の単語は、目上の人に対しての場合だと“kind”「親切な」や、仲の
良い友人に対してだと“sweet”「素敵な」などいろんな形容詞にかえて使
えます。

Information この場をお借りして マツ六からのお知らせです。

- 1/1（火）～1/6（日）は年末年始休業とさせていただきます。
 - 皆様からのご意見を募集しております。
- ✉planning@mazroc.co.jp

福祉住環境
コーディネーター 道の答え：③調整交付金

発行元：マツ六株式会社

〒543-0051 大阪市天王寺区四天王寺1丁目5番47号
TEL 06-6774-2255（代表） FAX 06-6774-2248

https://www.mazroc.co.jp/
MAZROC 1901-1



MazROC

マツロクプラス
2019. February

マツ六株式会社

Topics

- ✓ ソフトアクアレールプラス新発売!
- ✓ 福祉住環境コーディネーター 道
- ✓ 理学療法士からみた福祉用具
- ✓ 動物証明写真
- ✓ English Tips!
- ✓ 施工例ビフォーアフター etc...

浴室用手すり

NEW

カットできるから
ユニットバスにも
即日カスタマイズ。

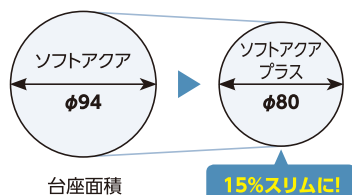
BAUHAUS

AQUA⁺rail

ソフトアクアレール プラス

従来品より台座が
約**15%**スリムに。

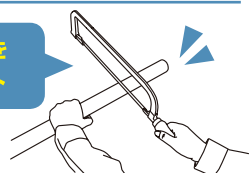
ソフトアクアレールに比べ、
よりスッキリしたデザインに。
ブラケットと手すり棒の
ラインを揃え、
直線的でモダンな印象です。



手すり棒の
長さ調整ができます。

現場の状況や
身体状況にあわせて
その場で対応できます。

不要な長さを
現場でカット



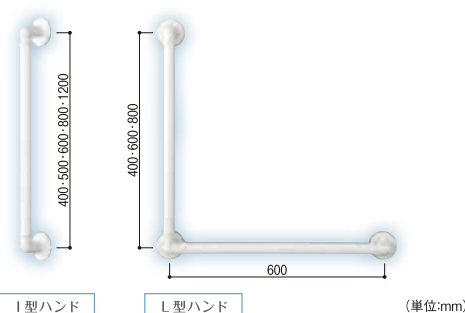
様々な **ユニットバス** に対応できます。

ユニットバスの約60%(当社調べ)を占める化粧鋼板壁には付属のねじで取付可能。
中空壁(フレキシブル板+発泡ポリスチレン)の場合は別売のねじセットで
取付けできます。

組立
不要な **セット品** でお届けします。

サイズバリエーションも豊富な
I型・L型ハンドです。
※L型ハンドのコーナー部分は
現場組立となります。

ディンプルつき



福祉住環境
コーディネーター

道

Q

2014 年に行われた介護保険制度の改正では【A】の行う
介護予防事業(総合事業)が、新しい総合事業(介護予防・
日常生活支援総合事業)に再編された。

A

- ①都道府県
- ②市町村
- ③国
- ④事業所

答えは
裏面へ

福祉用具

「理学療法士からみた福祉用具」、「作業療法士からみた住宅改修」を交代でそれぞれの視点から、専門的な知見を踏まえお伝えするコラムです。



Sport(エスポート)
リハビリテーション福祉コンダクター
理学療法士

和田 圭市

手すりを使わない転倒予防

進行性核上性麻痺という難病を知っていますか?とにかくよく転倒する病気です。目の動きが障害され足元に視線を向けられず、踵に体重がかかり、つま先が浮いた状態で立ち上がりや歩行をします。さらには危険認知が低下し、突然立ち上がるため後方への転倒が絶えない病気です。

進行性核上性麻痺の診断を受けてすぐの利用者でした。よく転ぶからという理由で家族から相談を受け、訪問リハが開始となります。初めて立ち上がり動作や立位姿勢を見たとき、背中に60kgぐらいの人を背負っているかのようで、常に身体を後ろへ引っ張られているような印象でした。

そこで、つま先側に体重をかけた立ち上がり動作や前方重心の立位姿勢から練習を始めました。リハ中は何とかできていても、それが身につくことはなく、1時間も経たないうちに元通りの立ち上がりや立位姿勢に戻ります。どれだけリハビリテーションを実施しても毎週のように「転んで頭を打った」と、後頭部の外傷をみせられて家族からの報告を受けます。ついに家

族から手すりの設置を希望する声があがりました。

しかし、理学療法士として身体機能と今後の進行を考えると、手すりを設置しても転倒して後頭部を強打することを減らせるとは考えられませんでした。そこで提案したのが手すりの利用ではなく四つ這い移動です。歩行移動より頭の位置が低くなる四つ這い移動であれば、後方へ転倒して後頭部の外傷を無くせると考えたのです。本人や家族は戸惑いながらも提案を受け入れてくれました。その結果、後頭部の外傷はみられなくなり、四つ這いからの安全な転倒に変わりました。

手すりは万能ではありません。様々な病気があり、一人一人の症状や問題となる動作も違います。歩けないことや転倒することが問題か、転倒して後頭部を強打することが問題か見極めないとはいけません。病気の特徴を受け入れて安心安全に生活できることが在宅で求められる支援となります。

動物証明写真

File No.
11

なまえ ガオウ

ところ 天王寺動物園

しゅるい ライオン

せいべつ オス

ライオンのトリビア

ライオンはメスが狩りにです。メスが狩りをしている間、オスはゆっくりしているわけではなく、縄張りを守ることがオスの仕事です。またオスのみが持っている立派なたてがみは一叢（ひとむら）二叢・・・と数えます。



English Tips!

一日の仕事などを「終える」は「finish」で伝わりますが、少しかっこよく言う表現を紹介します。

“Call it a day.” 直訳すると「それを今日と呼ぶ。」となり、ちんぷんかんぷんですが、今日の仕事を終えるという意味になります。使い方としては

“It's getting late today. Let's call it a day.”

「今日はもう遅いので終わりにしよう。」となります。主に仕事や課題などを終える場合に使える表現です。

施工マニュアル2019年版ができました

- 屋内木製手すりシリーズ
- 室内用取替レバー錠

※2月に「フリーレール施工マニュアル」、「たよレールdan取扱マニュアル」を発刊予定。それ以外は現行のものが最新となります。



福祉住環境コーディネーター 道の答え：②市町村

発行元: マツ六株式会社

〒543-0051 大阪市天王寺区四天王寺1丁目5番47号
TEL 06-6774-2255 (代表) FAX 06-6774-2248

バリアフリーリフォーム

施工例 ビフォー→アフター

Case No.
5

今月の
テーマ

手すりを階段の形状に合わせたい

→ フリーレール



ここがイネ 屋外の手すり工事は、屋内より複雑な形状になることが多いです。写真の現場はゆるやかに円弧を描きながら下るといふ、施工者泣かせの階段になっています。支柱を立てて円弧に手すりをつなぐ場合、従来の手すりであれば直線しかつなぐことができないため、支柱部分で角度をつけて円弧に近づけることしかできませんでした。そのため、完成すると円弧の階段に設置しているにもかかわらず、カクカクした手すりになってしまい、見た目がよくありませんでした。また、コーナー用の支柱を使用するため工事費も割高になってしまいます。このような現場におすすめの、フリーレールです。現場で曲がる手すり棒を使用して、階段の形状に合わせてきれいな円弧手すりに仕上げるのができ、コーナー用の支柱を使用しなくても済むため、工事費も抑えることができます。うまく曲げられるか不安という声がありますが、曲げデモ用の手すりサンプルも用意していますので、弊社営業までお問合せいただき、曲がる手すりを体験してみてください。また、フリーレールは曲がる手すりだけでなく、直棒手すりも好評です。こちらは直線専用でブラケット・支柱ピッチを最大1200mmにでき、部材を減らすことができます。直線も曲線も自由自在なフリーレール、今後も新しい部品を開発して転倒予防に貢献していきます。

Information この場をお借りして マツ六からのお知らせです。

●皆様からのご意見を募集しております。

✉ planning@mazroc.co.jp

<https://www.mazroc.co.jp/>

MAZROC 1902-1



- ✓ 施工／取扱マニュアル2019年版ができました！
- ✓ 作業療法士からみた住宅改修
- ✓ 動物証明写真
- ✓ English Tips!
- ✓ ゆる〜くおぼえる住まいの漢字 etc...

施工／取扱マニュアル **2019年版** ができました！



NEW

フリーRレール(屋外用) 施工マニュアル

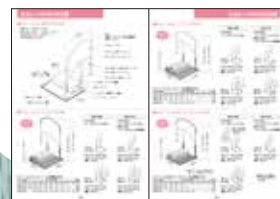
手すりの取付方法や各部材の施工方法について詳しく解説。今期発売の新商品を追加しました。



NEW

たよレールdanシリーズ 取扱マニュアル

各タイプの仕様や設置例、注意事項などを掲載。メンテナンス部品について、より分かりやすくまとめました。



NEW

屋内木製手すりシリーズ 施工マニュアル

下地別の納まりや各部材の施工方法など屋内向けの手すりシリーズを全て掲載。今期発売の新商品を追加しました。



NEW

室内用取替レバー錠 施工マニュアル

各商品の特長や仕様、取替方法について掲載。錠前の基礎知識を追加し、より充実した内容に。



こちらは現行のものが最新となります。



32ソフトアクアレール
(浴室・屋内用)
施工マニュアル
2018年版



32ステンアクアレール
(屋内・屋外用)
施工マニュアル
2018年版



たよレールシリーズ
取扱マニュアル
2018年版



たよレールhighシリーズ
取扱マニュアル
2018年版



たよレールrestシリーズ(車椅子用)
取扱マニュアル
2017年版



介護保険マニュアル
住宅改修・福祉用具
2018年版

住宅改修

「理学療法士からみた福祉用具」、「作業療法士からみた住宅改修」を交代でそれぞれの視点から、専門的な知見を踏まえお伝えするコラムです。



大阪保健医療大学 作業療法専攻
作業療法士・二級建築士

山田 隆人

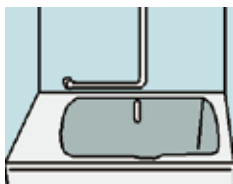
めまいを防ぐ手すりの設置方法

入浴時の注意すべき事項の一つに入浴前の食事は避けることが挙げられます。その理由は、入浴前の食事が血圧に影響を与え、浴室内での死亡事故を誘発する可能性があるからです。浴槽に入る際に血圧が上昇し、その後、浴槽内で体が温まることで血管が拡張し、徐々に血圧は下降します。そして、浴槽から立ち上がる際に、浴槽の水による静水圧がなくなったことに加え、起立性の低血圧により血圧は急激に下降します。この時に、めまいや意識消失が起こる可能性があります。

入浴前に食事を取ることで、血圧の変動が大きくなると言われています。食事を取ることで、消化管への血流を増加させ、食後低血圧を引き起こします。その状況で入浴すると、血圧の低下による意識障害を引き起こしやすくなります。浴槽から立ち上がる際に、頭の位置を低くして立ち上がり動作をするすることで、防げることが示されています。

その方法を実践するには、浴槽の奥に設置されているL字型の手すりの設定が重要になります。浴槽の奥に設置されるL字型の手すりの役割は、浴槽内での姿勢保持及び立ち座りに使用されます。手すりの使用方法として、縦手すりは立ち座りの重心移動、横手すりは姿勢保持の補助として使われることが一般的です。しかし、浴槽の奥のL字型の手すりは違う使い方をすることがあります。

縦手すりは、立ち座りの際の重心移動に使用します。この際、浴槽に座り込む際に使用する場合と浴槽から立ち上がる際に使用場合があります。



浴槽奥のL字手すり

す。どちらの動作が行いにくいにかによって、設定する位置が変わってきます。浴槽縁に座り浴槽に入る動作が行いにくい際には、浴槽縁に座り肘を伸ばした状態で親指の根元あたりに縦手すりがある様に設定します。浴槽からの立ち上がりが行いにくい場合には、浴槽に座った状態で、足を体に引き付け、足底を浴槽の底に付けた状態で、手すりを体側に引き、上体を起こしあげられる所に縦手すりを設定します。この使い方が、頭を低くした状態で立ち上がる方法です。

横手すりは、浴槽内での姿勢保持に使用します。浴槽奥に設置する場合には、立ち上がる際の押し上げの補助、座り込みの際のゆっくり座る為の補助として使用します。これがトイレなどで使用する横手すりとは違う使用方法になります。横手すりは押し上げ・押し下げで使われます。使用者の体格や座高の高さにより異なりますが、できる限り浴槽縁の近くで、浴槽に座った状態で肩の高さよりも低い所に設置するのが理想的です。浴槽縁より10mm以内で把持できる程の高さになるかと思いますが、肩よりも高い場所になる程、浴槽での座位姿勢が手すりの反対方向に傾くこととなります。麻痺のある方が浴槽につかると自由の利かない麻痺側は浮いてきますので、その防止としても低い位置に設定することが求められます。



手すりを使った浴槽の出入り

参考文献：
堀井雅恵、鎮森定信、麻野井英次、山田邦博：脳血流を主とした入浴中の血行動態から見た安全な入浴法の検討、日温気物医誌、第68巻、3号、pp.141-149、2005年

動物証明写真

File No.
12

ところ 天王寺動物園

しゅるい ケープハイラックス

ケープハイラックスのトリビア

こんな見た目のケープハイラックスですが実はゾウに近い動物だと考えられています。大きさは極端に違いますが、上あごの門歯はゾウの牙と同じように一生伸び続けます。また足もゾウのような丸い蹄がついています。体をくっつけて温めあっている姿はとても可愛らしいです。



English Tips!

“Go Dutch”

食事でお会計の際に「割り勘にしましょう。」と英語でいう場合は、“Let’s go Dutch.”と言います。“Dutch”は「オランダ人」という意味なので、「オランダ流でいこう」という表現になります。この語源が興味深く、大航海時代にまでさかのぼります。イギリスとオランダがライバル関係にあったとき、イギリス人がオランダ人を見下した言葉を多く作りました。“Go Dutch”はオランダ人のようにケチなスタイルでいこうという表現だったようですが、現在使う場合は語源とは関係なく、ごく一般的に使われています。

ゆる〜くおぼえる 住まいの漢字⑦

つま がわ
妻(側)

『妻』はもともと「端」や「棲」と同じ意味。図のように屋根の棟に対して直角に接する両側面のことを指します。日本では短手方向が妻側となることが多いため、建物の端（つま）と呼ばれたのでしょうか。配偶者を指す「妻」という言葉は、住まいの端にある「つまや」に居たからとも言われています。また、妻側でスパーンと切ったような屋根は「切妻」と呼ばれ、伊勢神宮の社殿がその代表格ですが、住宅でもスタンダードな形ですね。



高齢者の転倒予防 情報発信サイト

大切な人を転倒から守る

転倒予防ナビ

「転倒予防ナビ」へは
スマートフォンから
アクセス!



<https://tentouyobounavi.com/>

Information この場をお借りして マツ六からのお知らせです。

●皆様からのご意見を募集しております。

✉ planning@mazroc.co.jp

