

- ✓ カタログ発刊 & 新商品のご紹介
- ✓ 理学療法士からみた介護予防
- ✓ 動物証明写真
- ✓ ○○な時に観たい映画
- ✓ 施工例ビフォーアフター



バリアフリー建材カタログ Vol.18

住宅のバリアフリーリフォームはもちろん、
病院・老健施設や高齢者向け優良賃貸住宅など、
施設向けの商品も掲載。
表紙は作家のたなかしん先生にお願いし、
まるで絵本のような仕上がりの1冊です。

屋外・水まわり・室内まで、
手すり工事に必要な部材を、
持ち運びしやすい100ページの
コンパクトなカタログに
まとめました。

バリアフリー建材カタログVol.18 & 手すりカタログVol.2 2020-2021年度版

発刊 しました!



手すりカタログ Vol.2

new lineup

～新商品のご紹介～

アウトセット折戸

枠加工ナシで省施工!
ドアを折戸に取替えできます。



丸棒用自在ソケット

手すり棒と手すり棒を
自在につなぐソケット。



フロント用支柱

より体の近くで手すりを
握れる持出タイプ。



支柱付ブラケット
フロント専用



(左) フロント用
埋め込み式支柱
(右) フロント用
ベースプレート式支柱

BAUHAUS

Free R rail



ビーム

手すり下のくぐり抜け防止や
安全対策に。



ビーム固定金具



ビーム用ジョイント



アルミ直ビーム



ビーム用
エンドキャップ

介護予防

「理学療法士からみた介護予防」、「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

“かかし”のようなバランス

バランスが良いとはどういうことを言いますか？転ばないこと、ふらつかないこと、体幹が強いこと。いろんな言葉に置き換わりますが、高齢者の場合は上手に片足立ちができることをバランスが良いと言います。バランスが良い片足立ちとは、支えている足の上に臍(へそ)があり、臍の上に鼻がある、足-臍-鼻が一直線上に並んだかかしのような姿勢のことです。“かかし型”であれば安定した歩行になり、“やじろべえ型”であればふらつきの大きい歩行になります。

日常生活の中で片足立ちをする機会は少ないように感じます。しかし、歩行動作をみてみると、例えば左足が地面に着いていて右足を一步前へ振り出そうとすると、その間は右足が地面から離れ、左足で片足立ちをしなければいけません。片足立ちが難しい高齢者は、足を振り出せないため歩幅が小さくすり足で歩くようになります。バランスが悪いと言っても、実はお尻周りの筋の筋力低下が原因になることが多いです。

特に女性に多い変形性股関節症や大腿骨頸部骨折では、股関節の手術が必要となりお尻周りの中殿筋を切開することが多いです。切開により中殿筋は一時的に筋力が低下し、片足立ちが出来なくなります。そうすると左

足の上から臍は右に移動し、臍とは逆に鼻は左に位置することで「く」の字になって身体を左右に振りながら歩きます。やじろべえのように左右に振られても真ん中に戻ろうとすればいいのですが、実際は振り出す足を持ち上げられずにすり足になるためつまずいて転んでしまいます。高齢者の転倒の多くは、筋力低下が原因で片足立ちが出来ずバランスを崩してすり足となり転びます。バランスの良い片足立ちができるように、まずは手すりや椅子の背もたれを持ちながら足-臍-鼻が一直線になるような片足立ちの姿勢を覚えてもらいます。徐々に力がついて手すりが要らなくなったら、次に支えている左足と反対の右足を真横に30cm程持ち上げ下すことで中殿筋の筋力アップを図ります。このとき、持ち上げている右足だけでなく支えている左足のお尻周りも疲れてきたら大正解です。

まずは鏡の前で自分の姿勢を確認することから始めましょう。足-臍-鼻が一直線のかかし型なら安心です。しかし、足-臍-鼻が一直線にないやじろべえ型のふらふらしている片足立ちなら注意が必要です。地面に刺さった“かかし”のように上手な片足立ちで、ふらつきの少ない歩き方ができるようになりましょう。

動物証明写真

File No.
33

なまえ マーサ

ところ 天王寺動物園

しゅるい マレーグマ

せいべつ メス

人間の「おっさん」
みたいな熊



マレーグマのトリビア

得意な木登りやお昼寝のしぐさが「おっさんみたい！」「人間が入っているみたい!？」と来園者が思わず驚く個性的なマレーグマ。クマの仲間でもっとも体が小さく、東南アジアの熱帯から亜熱帯に生息しています。害獣として駆除されたり、住む場所がなくなっていること等が原因で、生息数が減っています。

休日は天王寺動物園でゆる〜く過ごしているマレーグマたちを見て、癒されてみてはどうでしょうか。

バリアフリーリフォーム

施工例 ビフォー→アフター

Case No.
15

今月の
テーマ 壁に段差がある場合は
→ N自在ジョイント

Before



After



ここがイイネ

お客様からのお問合せで「壁に段差があるのですが、どの部材を使ったら対応できますか」という質問がよく寄せられます。セレクトシリーズにはこの問題を解決できるブラケットがいくつかあるのですが、写真の現場ではN自在ジョイントを使って納めています。マツ六の部品を使って段差解消をするには4つの方法が考えられます。

1. 段差が6mm、9mmの場合 …… 木製スペーサーを使用する。
2. 段差が15mmまでの場合 …… 出幅調整ブラケットを使用する。
3. 段差が36.8mmまでの場合 …… N自在ジョイントを使用する。
4. 段差が250mmまでの場合 …… I自在ジョイントを使用する。

今回の現場では階段の壁から梁が30mm飛び出していたため、N自在ジョイントで対応可能でした。施工者様もマツ六製品を熟知しており、この部品が最適と判断して現場を納められています。

段差の解消方法については11月に発刊したバリアフリー建材カタログVol.18 P.102にも掲載しております。イラスト付きでわかりやすく説明していますので、ぜひカタログページをご覧ください。

セレクトシリーズはつなげない壁がないと思えるほど、部品が充実しています。手すりが途切れて困ったときは『BAUHAUS』のセレクトシリーズを思い出してみてください。

Information この場をお借りして マツ六からのお知らせです。

●12/30(水)～1/4(月)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



小さい頃のこと
よく観たけど、最近は…

っていう時に観たい映画

児童文学が原作の『ハリー・ポッター』シリーズの第1弾。魔法使いの少年が体験するイマジネーション豊かな物語。私自身、小さい頃に想像力を豊かにしながら、一番よく観ていた映画です。子どもだけでなく、大人になっても、とても楽しめる作品となっています。毎年12月1日は『映画の日』です。ぜひ、小さい頃によく観た映画を見返してみたいかがでしょうか。

福祉住環境
コーディネーター 道の答え：③ 輻射

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 2012-1

