

# Mazroc

マツロクプラス  
2021. April

マツ六株式会社

## Topics

- ✓ たよレールSOTOE
- ✓ 「健康経営優良法人2021」に認定！
- ✓ 施工例ビフォーアフター
- ✓ 施工マニュアルを発刊しました！
- ✓ 動物証明写真
- ✓ ○○な時に観たい映画 etc...

たよレールシリーズ 介護保険 貸与

## SOTOE

たよレールソトエ

ソトでも使える  
置くだけ手すり。

### 標準型

片手すり  
BZK-01



両手すり  
BZK-02



### スリム型

※スリム型は単体で  
使用できません。

片手すり  
BZK-03



両手すり  
BZK-04



わたレールEKを使えば、  
何台でも連結できます。

※必ず「標準型」を1台以上  
組合せてください。

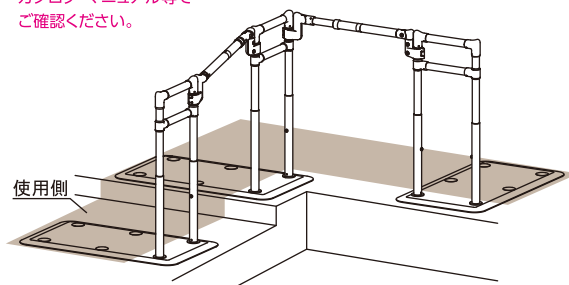


標準型



曲がり角や、階段の上端下端などでもOKです。

※曲がり角でスリム型を組合せる場合はルールがあります。  
カタログ・マニュアル等で  
ご確認ください。



手すり端部の「コブ」に手がかかる  
ことで自然に動作が止まり、  
安全に次の動作へ移ることが  
できます。



プレート中央に手すりを設置すれば、  
段差の上り・下りどちらでも  
利き手で  
使用できます。



Webサイトから  
たよレールSOTOE 取扱マニュアルを  
ご覧いただけます。

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



## 「健康経営優良法人2021」に認定

このたび、経済産業省と日本健康会議が共同で実施する  
「健康経営優良法人2021（中小規模法人部門）」に認定されました。  
今後も、従業員の健康維持・増進を通じ、「健康経営」の推進に  
取り組んで参ります。



福祉住環境  
コーディネーター

道

Q

高齢者に多い骨折として、縁側から落ちたり軽い尻もちをついた  
ときなどに生じる「【A】骨折」がある。【A】骨折を生じると、  
丸くなった腰背部を立ち上げようと腰背筋が常に働くために  
長時間の座位や立位で腰痛が起りやすくなる。

A

- ①腰髄損傷
- ②脊椎椎体圧迫
- ③捻骨・尺骨遠位端
- ④廃用性筋萎縮

答えは  
裏面へ

今月の  
テーマ

階段の幅を狭めたくない

→ **支柱をカットして腰壁の上に  
手すりを設置(フリーRレール)**



屋内外を問わず階段に手すりを設置したいが、階段の幅は狭めたくないで支柱やブラケットは取付けたくないというご相談が度々あります。写真の現場はポーチの床が建物周囲まで回っており、ちょうど支柱が立てられるスペースがあります。ただし普通に支柱を立ててしまうと手すりが高くなりすぎて、使いものになりません。



フリーRレールなら支柱をカットして(背を)低くすることができるので、このような現場に最適です。こちらの現場ではその長所をうまく利用して、階段の幅を狭めず、手すりも使い勝手のいい高さに設置されています。支柱をカットできる寸法には限界がありますが、埋め込み式支柱なら手すり高さ200mm、ベースプレート式支柱なら手すり高さ250mmまで低くすることができますので、高い腰壁にも使い勝手のいい手すりが設置可能です。商品特長を深く理解くださっている施工者様は、現場でいろいろな解を導き出すことができます。今回は『フリーRレールの支柱はカットして低くすることができる』という特長を利用して、ユーザー様だけでなくご家族にも配慮した手すりが設置された現場だと思います。また、忘れがちなポイントとして支柱の水抜き穴がありますが、短くカットした支柱にも水抜き穴を基準どおりにあけられています。細かな部分まで配慮が行き届いており、メーカーとしても安心してお任せできる施工者様です。メーカーとして、手すりの安全な使い方、便利な使い方を継続して発信していきたいと思いますので、今後ともよろしくお願いいたします。

## 今回ご紹介いたしました **フリーRレール** の **施工マニュアル2021年版** を発刊しました!

フロント用支柱やビームなど新商品の施工方法も追加しました。  
紙面もより読みやすくリニューアル!

電子カタログでもご覧いただけます。

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



新しいことに挑戦したい!

つていう時に観たい映画

反抗期を迎えた高校生の娘と、娘の嫌がる“キャラ弁”を3年間作り続けたシングルマザーの物語。最初は逆襲のためにお弁当を作り始めたが、次第に母から娘へのメッセージになっていきます。どんなことがあっても家族のために、お弁当を作り続けるということの大変さも描かれており、改めて母の偉大さを実感しました。

劇中に登場する“嫌がらせ弁当”はどれも個性的で、ほっこりするものばかりです。その部分にも、ぜひご注目ください。春を迎えるこの時期から、自分や家族のためにお弁当を作るという新たな挑戦をしてみたいはいかがでしょうか。



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](mailto:planning@mazroc.co.jp)

福祉住環境コーディネーター **道** の答え: ② **背椎椎体圧迫**

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

## 動物証明写真

File No.  
**37**

なまえ **咲弥 (さくや)**

ところ **天王寺動物園**

しゅるい **シセンレッサーパンダ**

せいべつ **メス**

昔は「パンダ」だった、  
レッサーパンダ。

### レッサーパンダのトリビア

天王寺動物園のレッサーパンダ舎で暮らしている咲弥ちゃん。おやつのはずみを食べたウインク、悶絶級の可愛さは沢山の人の心をとりにしています。

さて、レッサーパンダはその昔、「パンダ」と呼ばれていたことをご存知ですか?後に発見された、ジャイアントパンダが「パンダ」と呼ばれるようになったことから、「より小さい」という意味の「レッサー」が頭に付き「レッサーパンダ」という名前になりました。中国語では、ジャイアントパンダは「大熊猫」、レッサーパンダは「小熊猫」と呼ばれています。



<https://www.mazroc.co.jp/>  
MAZROC 2104-1





## Topics

- ✓ アウトセット折戸
- ✓ KENTEN2021に出展します!
- ✓ Q&A ~木製踏台編~
- ✓ 動物証明写真
- ✓ ○○な時に観たい映画
- ✓ ゆる〜くおぼえる住まいの漢字 etc...

枠加工なしで省施工!  
ドアを折戸にリフォーム!

## アウトセット折戸

住宅用

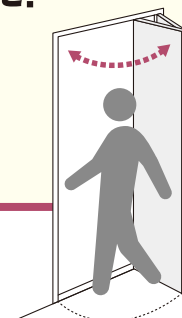
NEW

アウトセットレールで施工もラクラク、短工期に!  
表示錠付でトイレにおすすめです。

- 短時間でドアを折戸に取替えることができる折戸セットです。
- 上吊りレールを採用しているため、軽い力で開け閉めできます。
- 木調シートで高級感のある仕上りにできます。

折戸に!  
After

開閉スペースが小さいので、  
扉の正面に立ったまま開閉可能です。



ドアが...  
Before

開閉時に  
体があおられてしまいます。



すき間隠し縦枠付タイプもあります。

縦枠を付けることで  
扉横の光漏れを  
防止できます。



縦枠なし  
OSD-02



縦枠付  
OSD-01

商品について詳しくは  
バリアフリー建材カタログ  
Vol.18 P.188〜  
をご覧ください。



既存扉枠対応サイズ

■ 幅:750mm 以下(枠内) ■ 高さ:2040mm 以下(枠外)

OSD-02

閉じた状態(OSD-02)

# KENTEN

建  
展

## 建築材料・住宅設備総合展 2021

## 6.10(木)▶11(金)

10:00~17:00 インテックス大阪

## 出展いたします!

高齢者の暮らしを支える手すりをコンセプトに  
バラエティ豊かなラインナップを紹介します。

また、昨年度ご覧いただけなかった、アウトセット折戸を含む  
新商品も多数展示いたします。

皆様のお越しをお待ちしています。



福祉住環境  
コーディネーター

道

Q

認知症の症状は中核症状と周辺症状に大別される。このうち、周辺症状は中核症状を背景に環境や人間関係、本人の性格や心理状態、体調などが複雑に絡み合って生じるもので妄想や幻覚、抑うつ、せん妄、徘徊などがある。最近では周辺症状の英語表記の頭文字をとり、【A】と呼ばれることが多い。

A

- ①ADHD
- ②CAPD
- ③HIV
- ④BPSD

答えは  
裏面へ

# Pick Up!

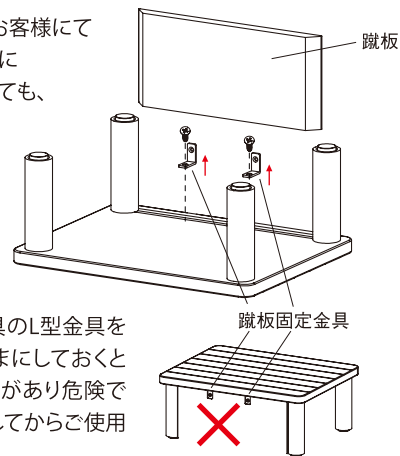
## Q & A ～木製踏台編～

**Q.** 靴を下に収納したいので、蹴込み板のない木製踏台はありますか？



**A.** 木製踏台SDシリーズは、「蹴板」をつけなくてもご使用いただけます。

木製踏台SDシリーズは、お客様にて天板・脚・蹴板を組立て時に「蹴板」を省いていただいても、踏台の強度には影響ございません。



天板裏面に蹴板固定金具のL型金具を付けた状態の為、そのままにしておく足などが引っかかる恐れがあり危険ですので、その金具をはずしてからご使用ください。

※一部市町村で、介護保険住宅改修費の支給を受けるためには「蹴込み板付」が条件になる場合があります。ご注意・ご確認をお願い致します。

## 動物証明写真

File No.  
**38**

なまえ ベル  
ところ 神戸市立王子動物園  
しゅるい シベリアオオヤマネコ  
せいべつ メス

貴婦人のような  
美猫様。



### シベリアオオヤマネコのトリビア

西ヨーロッパからシベリアまでの寒い地域の森の中に単独で暮らしています。体長80～130cm、尾長11～35cm、体重8～38kgと大きなヤマネコです。

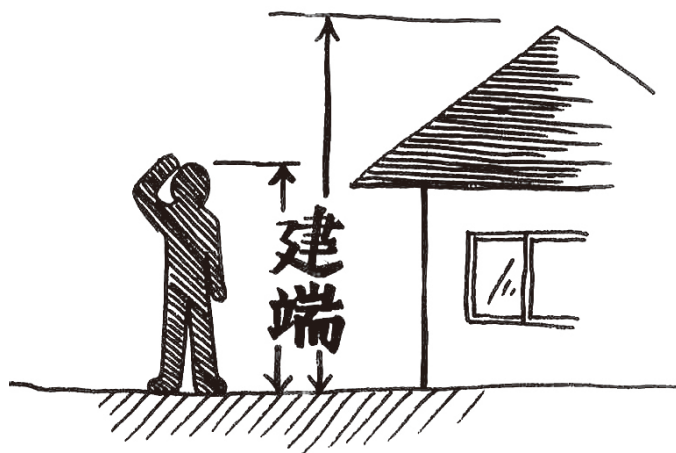
ほっぺたに長毛が生え、耳の先端に黒毛の房があります。足が長く尾が短いのが特徴です。

寒さから足を守るため、足の裏は毛に覆われており、足底も大きく雪の上で足が沈み込まないような作りになっています。

ゆる～くおぼえる  
住まいの漢字<sup>②⑦</sup>

たっぱ  
**建端**  
(立端)

最近あまり聞かなくなりましたが、背の高い方は「君、タツパがあるねえ」と言われたことはありませんか。しかし元々はタツパ=身長ではなく、建物やその構造物の高さを表す建築用語です。定かではありませんが、英語のTOPがなまってタツパになったという説も。この由来をちょっとした雑学として覚えておくと、会話のネタになるかもしれませんね。



想像力を豊かにしたいな…

っていう時に観たい映画

ごく普通の生活を送っていたクラリーでしたが、ある日、母親が何者かにさらわれてしまいます。実はシャドウハンターという能力を受け継いでいる一人ということを知ること。

仲間とともに母親を探す中で、クラリーは幼い頃失った自分の記憶にヒントが隠されていることに気づき…。

現実では考えられない世界となりますが、次の展開を想像しながら観てみてはいかがでしょうか。

福祉住環境  
コーディネーター **道** の答え：④BPSD

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

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](mailto:planning@mazroc.co.jp)

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

MAZROC 2105-1





- ✓ 35・32セレクトシリーズ
- ✓ KENTEN2021 開催延期のご案内
- ✓ 理学療法士からみた移動支援用具
- ✓ 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 etc...

## BAUHAUS 35・32セレクトシリーズ Select Series

ブラケット横型N  
カバー付



エンドブラケット  
カバー付



丸棒用  
自在ソケット



出隅調整  
スリムブラケット  
カバー付



スリムエンド  
ブラケットカバー付



四方ヒップリ

直ジョイント



チーズ



ベース  
ソケット



自立  
スタンド



BAUHAUS  
35・32木製手すり棒

高齢者住宅リフォームに最適！  
機能を大切に、連続した手すりのための  
部品を数多く取り揃えているので、  
様々な施工ができます！

各部品の詳細に関しましては、バリアフリー建材カタログVol.18 P.92～をご覧ください。

回り階段の内手すり。  
急勾配に  
つなげるには…



出隅自在  
ブラケットK



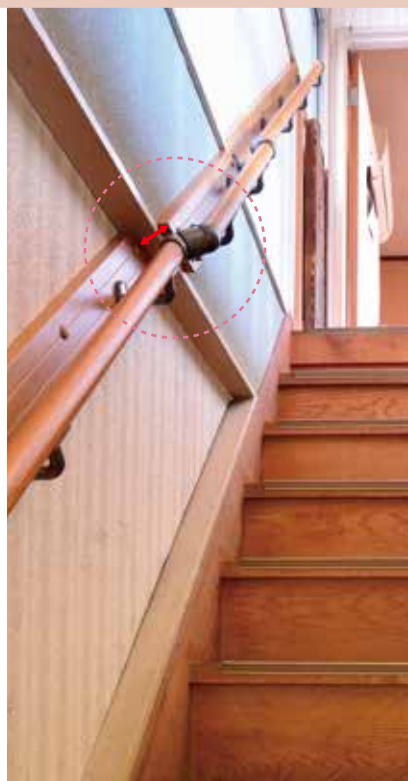
角度増しカップ



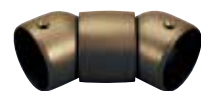
45°～90°まで  
調整できます。



1 階と 2 階の間に  
梁の出っ張りがある場合には…



N自在ジョイント



ブラケット横型  
カバー付



壁段差  
36.8mmまで  
OK

**KENTEN** 建展  
建築材料・住宅設備総合展 2021

開催  
延期

変更後会期

8.26 木 ▶ 27 金 10:00~17:00  
インテックス大阪

皆様のお越しをお待ちしています。

福祉住環境  
コーディネーター

道

Q

単一の原因疾患であっても、1 つの障害のみならず複数の障害が生じることも少なくない。たとえば、脳卒中の後遺症により片麻痺だけでなく高次脳機能障害を併発する場合や、先天性の肢体不自由に加えて知的な遅れを生じる場合もある。このように2 つ以上の障害を有するものを【A】障害という。

A

①退行性  
②進行性  
③重複  
④長期

答えは  
裏面へ

## 移動支援用具

「理学療法士からみた移動支援用具」、  
「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。

## 高齢者は腕が長い

デイサービスの利用者には、T字杖を使って生活全般が自立している方がたくさんいます。しかし、そのほとんどが適切な高さで杖を使っていません。なぜでしょうか？

杖の高さを調整するとき、まず大腿骨大転子（股関節の股下）の高さにグリップを合わせます。次に、自然に立った姿勢でつま先から前方へ15cm、外側へ15cmのところに杖をつき、グリップを握った腕の肘が30度曲がるように杖の高さを調整します。この2つのチェックポイントを確認して初めて適切な高さと言えます。しかしこれでは高齢者に最適な杖の高さにはなりません。なぜなら、高齢者は加齢とともに腕が伸びるからです。

もちろん実際に高齢者の腕が伸びることはありません。加齢とともに背中が丸くなり手の位置が地面に近づくため、大腿骨大転子の高さに合わせた杖は高く感じるわけです。高齢者は腕が長いと捉えて、もう一つの指標である橈骨茎状突起（腕時計が引っかかる骨の出っ張り）に合わせると丁度よい高さになります。腕時計の位置と股下の位置を比べてみて、どちらか低い方に合わせるとよいでしょう。

杖の高さが適切にならないもう一つの理由は、ほとんどの方が杖は高い

ほうが安心でやや高めに設定するからです。ある日、デイサービスの利用者に最近肩が痛くて困っていると相談を受けました。痛みがあって病院に行っても、原因がわからないと言うのです。身体を動かしてもらっても身体機能に問題はみられません。何が原因かわからないまま歩く姿を眺めていると杖のつき方に違和感を感じました。杖が3cm程高く調整されていたのです。杖の高さを下げて改めて歩いてもらおうと、今度は杖がちょっと低いと訴えられます。それでも1週間我慢して使って、まだ低いと感じたら再調整することを約束して帰ってもらいました。翌週、杖の高さを確認すると、本人は何のことかも忘れるほど気にならなかったと言うのです。さらに1週間後には肩の痛みも忘れていました。ほんのちょっと杖が高かったことで、床からの衝撃を肩で受けてしまい痛みになっていたわけです。

T字杖は簡単に利用できる福祉用具です。しかし、調整まで簡単にしてしまうとトラブルの原因にもなりやすい福祉用具の一つです。その人にあった高さで使ってもらえるように、丁寧な調整を心がけてください。今年度は移動支援用具をテーマに、経験談を書き綴ります。提供のポイントがみなさんの参考になることを期待しています。



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

## 動物証明写真

File No.  
39

なまえ ワイン

ところ 五月山動物園

しゅるい ウォンバット

せいべつ オス

タスマニア島からやってきた、  
かわいい親善大使♪

## ウォンバットのトリビア

1990年に、大阪府池田市とローンセストン市の姉妹都市動物親善大使として五月山動物園にやってきたワインくん。ずんぐりとした体つきで、内までノソノソと歩く姿は悶絶級の可愛さです。ウォンバットは、おなかの袋で子育てする有袋類の仲間で、その中でもコアラと親戚関係にあります。近年、オーストラリアでは人間の暮らしの影響を受けて生息地が狭くなり、絶滅が心配されています。ワインくんも母親の袋にいたときに交通事故にあい、孤児として救護されました。今、保護動物として駆除を制限したり、生息地を守る活動が始まっています。



## バリアフリーリフォーム

## 施工例 ビフォー→アフター

Case No.  
18



フリーRレールの壁面手すりと支柱をつないで、うまく回り階段を納めている現場です。

曲がる手すり棒でも施工可能だと思いますが、ブラケットピッチをなるべく飛ばして部品点数を少なくするため、直棒手すりを使用して直線的に納めています。

ブラケットと支柱を併用するときの注意点として、ブラケットは壁からの出幅に制限があるので、ベースプレート式支柱を使った場合にベース部分が壁に干渉する可能性があるということがあげられます。

写真の現場は支柱を立てる場所に壁がなく、また埋め込み式支柱を使用しているため問題なく施工できています。平面的に階段の角度が変わる部分にはコーナー支柱を立て、角度を振っています。尚且つ、手すりの高さも使いにくいにならないよう配慮されています。

施主様からの評価も良好で、手すりがあることで安心して楽に階段の上り下りができるようになったとのことでした。

日々の生活で階段の上り下りに恐怖感や身体的な辛さがあると、どうしても外出するのが億劫になってしまいます。階段に効果的な手すりを取付けることで、心理的・身体的な不安を緩和できるのが分かるいい施工例となりました。

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



## 歴史を勉強したいな…

## っていつに観たい映画

ソウルのタクシー運転手は、通行禁止時間までに光州へ行くことができれば大金を支払うというドイツ人記者の依頼を受け、光州へ向かうことになります。ソウルから厳戒態勢を敷いていた光州に記者を無事に送り届けることはできるのか…。

1980年の光州事件の実話を基に描いておられますので、彼らが残した記録も含め、当時の状況を知るきっかけになるのではないのでしょうか。

福祉住環境  
コーディネーター 道の答え：③重複

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 2106-1





# MazROC

マツロクプラス  
2021. July

マツ六株式会社

## Topics

- ✓ **BAUHAUS** 木製手すり棒
- ✓ KENTEN2021のご案内
- ✓ 作業療法士からみた住宅改修
- ✓ 動物証明写真
- ✓ ゆる〜くおぼえる住まいの漢字
- ✓ ○○な時に観たい映画 etc...

## BAUHAUS 木製手すり棒

握りやすい太さ、お好みの色、ご予算にあわせて選べます。

### グロス丸棒

重厚・緻密で仕上がりも美しい  
天然木を使用。  
艶やかなポリウレタン塗装。



Lオーク

Dオーク



しっかりと  
手になじむ独特の感触。  
握力の弱い方にもおすすめ。

### アッシュ丸棒

野球のバットや車のハンドル、  
家具などにも使用されることの多い  
ホワイトアッシュ材を使用。  
重く強靱で衝撃にも強い

**BAUHAUS** のスタンダードです。



計画植林材使用

グロス丸棒・アッシュ丸棒は各色、  
ディンプル付、ディンプルなしタイプ (各4m/2m) からお選びいただけます。

Mブラウン

Mオーク

クリア

ホワイト

### 強化コート 手すり棒



※4mのみ

マットブラウン

マットクリア

薄い木製の板を何重にも重ねて接着をしたLVLを使用。  
寸法安定性が高く、表面は木目調オレフィンシート貼りのため節やスジ、色のバラつきがありません。

### 丸棒手すり

※4mのみ

ライトブラウン



ナチュラルクリア

天然木集成材を使用。  
強度と品質を確保しながら、お求めやすい価格で提供します。

φ35…ブラケットピッチ900mm以内  
φ32…ブラケットピッチ700mm以内

※手すりブラケットは

**BAUHAUS** 室内手すりシリーズを  
ご使用ください。  
他社品・他シリーズとの併用は  
おやめください。

**BAUHAUS** 室内手すりシリーズは  
**バリアフリー建材カタログVol.18**  
P.62〜 をご覧ください。

**KENTEN** 建展  
建築材料・住宅設備総合展 2021

8.26 木 ▶ 27 金 10:00~17:00  
インテックス大阪

皆様のお越しをお待ちしています。

福祉住環境  
コーディネーター

道

Q

糖尿病のリハビリテーションとしては、運動療法が中心となる。運動は筋肉内のブドウ糖の利用効率を高め、必要なインスリン分泌量を減少させるとともにインスリンの効き目を高める作用がある。運動療法の原則は、「全身の筋肉を動かす運動をする」、「毎日同じ運動をする」、「【A】に行く」である。

A

- ①食前
- ②食後1~2時間後
- ③就寝前
- ④低血糖のとき

答えは  
裏面へ



# 住宅改修

「作業療法士からみた住宅改修」、「理学療法士からみた移動支援用具」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。

## 高齢者の柔軟性の低下は筋肉が硬くなるからではない！

社会・生活環境研究所  
作業療法士  
二級建築士

山田 隆人



「長座体前屈」をご存知ですか。座位姿勢で膝を伸ばして、体を前に倒し、手が移動した距離を測定します。ピーク値は、男性は17歳で平均51.11cm、女性は19歳で平均47.68cmです。65～69歳の男性で平均36.68cm、女性で40.67cmとなり、男性はピーク値の約70%、女性は約85%となります。これが後期高齢者となる75～79歳の男性だと平均34.81cm・ピーク値比68%、女性は平均37.93cmでピーク値比約80%になります<sup>1)</sup>。加齢に伴い、体の柔軟性が低下することがお判りになると思います。

転倒の要因を考えてみましょう。「加齢に伴い、筋肉が硬くなり、体の柔軟性が低下し、転倒に至る可能性が高くなる。」というように解釈されている方が多いと思います。本当にそうでしょうか。

芝浦工業大学の研究では、高齢者の柔軟性低下は神経の硬さが要因であると説明しています。若者と比較した実験では、若者は筋肉の硬さが増加すると関節可動域が狭くなったのに対して、高齢者はその傾向が見られず、神経が硬くなると関節の可動域が狭くなったとしています。更に、神経の柔軟性を向上するためのトレーニングは、年齢ごとに異なる可能性があるとして示しています<sup>2)</sup>。今後、年齢別のトレーニングが開発されることを待ちたいと思います。柔軟性が低下した高齢者への支援は、待つことはできませんので、高齢者の柔軟性が低下した場合の危険性、生活機能の確認方法を見ていきましょう。

高齢者に多い姿勢で思いつくのは、円背です。円背は腰椎後彎に伴い、骨盤後傾により、重心が後方へ移動することで、後方転倒が増加し、脊椎圧迫骨折や大腿骨頸部骨折の受傷リスクになります。環境支援を検討する際には、①生活機能として円背の程度の把握、②日常生活の遂行状況を確認し、転倒を防ぐことがポイントになります。

円背の程度を確認できる立位と座位での観察方法を挙げたいと思います。立位では、体を側方から見て、耳垂・肩峰・大腿骨大転子・膝蓋骨の後・足関節の2cm手前が一直線になると良い姿勢とされています。円背姿勢の場合、肩峰と耳垂の水平距離が大きくなります。また、骨盤の後傾、その影響により膝の屈曲が伴います(図1)。立位でスクワットしているような姿勢になりますので、柔軟性がなくなりますよね。この姿勢を取る方は、骨盤後傾に伴い、ハムストリングスが短縮することが多く、結果として長座体前

屈の数値が小さくなります。座位で確認する際には、耳垂と肩峰の水平距離の確認、頸部の前方への突出、骨盤の後傾を確認しましょう(図2)。基準点からの水平距離が大きいほど、円背の程度が強調されていることとなります。転倒の可能性も高まりますので、経時的に比較することも大切かも知れません。

日常生活の遂行状況の確認の際には、後方への重心移動を伴う立ち座りする場所や機会を把握することが重要になります。加えて、転倒経験とその方向を確認しておきます。複数の転倒経験がある場合や、後方への転倒経験がある場合、転倒の可能性が高くなります<sup>3)</sup>。環境調整のための問診の場合は、過去の転倒経験回数とその方向を確認する必要があります。これらを把握した後、転倒を予防する環境支援を行っていきます。

今回は、円背姿勢の方への動作を容易にする環境支援の確認ポイントを紹介したいと思います。

参考文献

- 1) 新体力テスト実施要項(65～79歳対象)、文部科学省、  
extension://bldogplmndidlpjfhiojckpakkdkkll/pdf/viewer.html?file=https%3A%2F%2Fwww.mext.go.jp%2Fcomponent%2Ffa\_menu%2Fsports%2Fdetail%2F\_icsFiles%2Fafidfile%2F2010%2F07%2F30%2F1295079\_04.pdf
- 2) 神経の硬さが高齢者の関節の柔軟性と関連することを発見、芝浦工業大学、  
https://www.shibaura-it.ac.jp/news/nid00001369.html
- 3) 福田志志、井尻明人、鈴木俊明、静止立位と転倒方向および転倒頻度の関連を調査した横断研究、  
関西理学療法、Vol.17, pp.105-110, 2017

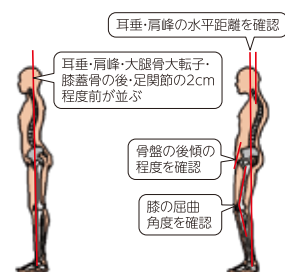


図1)立位姿勢での確認ポイント

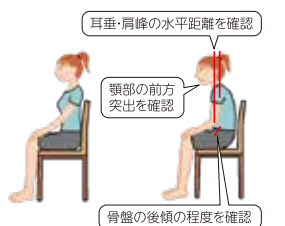


図2)座位姿勢での確認ポイント

## 動物証明写真

File No.  
40

なまえ テキサス

ところ 五月山動物園

しゅるい ポニー

せいべつ オス

マイペースで優しい性格の  
テキサスくん。

### ポニーのトリビア

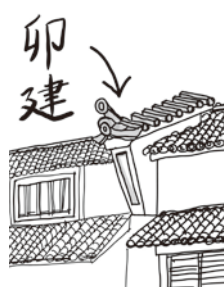
大阪府池田市にある世界一♡のある動物園、五月山動物園。動物たちと近くでふれあいができるのが魅力のひとつ。おすすめは、迫力満点のポニーのにんじんエサやりです。優しいテキサスくんが出迎えてくれます。さて、皆さんはポニーと馬の違いをご存知ですか？ポニーは肩までの高さが147cm以下の馬の総称で、品種の違いではなく、大きさによって区別されます。小さいからと言って馬より劣っているわけではありません。頭がよく、体力もあり、性格も温厚なので人間と相性がよく、とても愛されている動物です。



## ゆる〜くおぼえる 住まいの漢字<sup>②①</sup>

## うだつ 卯建

「うだつがあがらない」という1セットでよく耳にする言葉。屋根についた小さな壁のことで、元々は隣家からの延焼防止用(防火壁)として設置されたものです。卯建の設置にはそれなりのお金がかかるため、江戸時代ごろからは財力をアピールする装飾の意味合いが強くなったそう。生活や地位が良くないから高価な「卯建があがらない」というわけです。今も商家が隣り合って並ぶ街並みでは競うように豪華な卯建を見ることができます。上げたいものです、卯建。



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食後1～2時間後

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 2107-1



# Mazroc

マツロクプラス  
2021. August

マツ六株式会社

## Topics

- ✓ ソフトアクアレールプラス
- ✓ KENTEN2021のご案内
- ✓ 理学療法士からみた移動支援用具
- ✓ 施工例ビフォーアフター
- ✓ 動物証明写真
- ✓ ○○な時に観たい映画 etc...

BAUHAUS

AQUA<sup>+</sup>rail

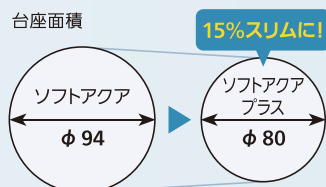
ソフトアクアレール プラス

カットできるから  
ユニットバスにも  
即日カスタマイズ。



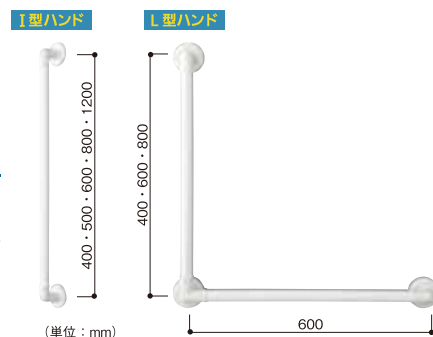
従来品より台座が  
約**15%** スリムに。

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。



組立不要な  
**セット品**で  
お届けします。

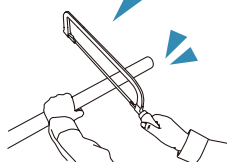
サイズバリエーションも  
豊富なI型・L型ハンドです。  
※L型ハンドのコーナー部分は  
現場組立となります。  
※ブラケットのバラ売りはして  
おりません。



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  
材質の**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。

**KENTEN** 建展

建築材料・住宅設備総合展 2021

出展いたします!



オンライン展も開催!

「高齢者の暮らしを支える手すり」をコンセプトに  
バラエティ豊かなラインナップを紹介します。

※ご来場には事前登録が  
必要となります。

**8.26 木 ▶ 27 金** 10:00~17:00  
インテックス大阪

6号館B 471 にて皆様のお越しをお待ちしています。

8.6 金 10:00  
▶ 9.10 金 17:00

フリーRレールなど商品の紹介や施工動画等を  
KENTEN2021オンライン展専用Webサイトに  
ご覧いただけます。

福祉住環境  
コーディネーター

道

Q

わが国のあらゆる障害者関係の法制度の基礎となる「障害者基本法」の定義によれば、障害者とは、「身体障害、知的障害、精神障害（発達障害を含む。）その他の心身の機能の障害がある者であって、障害及び【A】により継続的に日常生活又は社会生活に相当な制限を受ける状態にあるもの」をいう。

A

- ①個人の能力
- ②社会的障壁
- ③精神的特性
- ④身体機能

答えは  
裏面へ

## 移動支援用具

「理学療法士からみた移動支援用具」、  
「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

## 4点杖はいつ使う

デイサービスや在宅では、利用者が4点杖をよく使っています。理学療法士は4点杖に消極的であっても、ケアマネジャーは4点杖を積極的に提案することが多いように感じます。この意見の違いはなぜ起こるのでしょうか？

一般的に杖を利用する目的は、支える面(支持基底面)を広げることと認識されています。そのためT字杖のような1点の杖より、4点杖の方が支える面が広がり安全に歩行ができると考えてしまいます。しかし、本来の杖を利用する目的は免荷です。変形性膝関節症により脚で体重を支えると痛みが出るときや、脳卒中片麻痺により体重をかけると膝折れするときなど、片側の脚に体重をかけられないときに杖をついて体重を逃すことが目的になります。免荷を目的と考えた場合は、T字杖も4点杖も体重の20%程度しか免荷できないため安全性にわずかな違いしかありません。

4点杖は屋外が苦手です。4点全てが地面に接地できれば支える面は広がりますが、屋外では4点杖の1点で砂利を踏んでしまい不安定になること

も少なくありません。日本の道路は水はけが良くなるように道路の真ん中を盛り上げて、歩道のあたりは斜めに下がった状態になっています。そんなかまぼこ状の道路で歩行練習していたときに、10歩に1回の頻度で正しく4点杖を接地できず不安定で危険な歩行になったのを思い出します。4点杖は床が平坦で確実に4点が接地する屋内で利用することをお勧めします。さらに4点杖は床と垂直につかないと4点全てが接地しないため、1歩1歩ゆっくり丁寧に歩くときに利用してください。廊下が狭く手すりを設置すると邪魔になる在宅やデイサービスでゆっくり歩く練習をするときに使ってみましょう。

4点杖は使う場面を間違えるとせっかくの利点を失ってしまいます。もし免荷を目的に杖にたくさん体重をかけて歩くときは別の選択肢があります。確実に4点が接地する環境でゆっくり歩くときに4点杖を選んで利用してください。

## バリアフリーリフォーム

## 施工例 ビフォー→アフター

Case No.  
19

今月の  
テーマ

手すりを取付けても窓から庭に出たい

→室内用手すり遮断機式支柱

Before

After



長い縁側に手すりが欲しいとの要望で設置された手すりです。この縁側は玄関への動線にしているらしく、部屋から縁側に出て玄関まで歩く際に支えになる手すりが欲しかったそうです。施主様からは窓際に手すりを設置したいと要望されたそうですが、壁がないこと、窓から庭へ出たいことが問題でした。

壁がないことについては床下の下地が確認できたため『室内用手すり支柱』を使い、窓から庭からの出入りについては『室内用手すり遮断機式支柱』を使うことで問題を解消しました。施主様は手すりを設置することで、家族の邪魔にならないか不安があったそうですが、遮断機式手すりです庭への出入りもできるため安心して設置されたようです。

工事はスムーズに進んだそうです。まず支柱の位置を決めて手すりの長さを決め、仮組みできたらねじで固定するだけなので、事前の現地調査さえしっかりしていれば、すぐに終わるとのことでした。

また、遮断機式支柱は以前使っていた遮断機式ジョイントに比べ、省施工になったので使いやすいとのことでした。以前の遮断機式ジョイントは通常の手すりを立てたあと、支柱から持ち出した手すりに遮断機の部品を取付ける商品でしたが、遮断機式支柱は支柱を設置するだけで遮断機になるため、手すりの長さなどを気にしなくてもいい単純な商品です。

今後も施主様には普段の生活をより過ごしやすくなる商品、施工者様には工事が単純、省施工になるような商品の開発をしたいと改めて思った施工例でした。

## 動物証明写真

File No.  
41

なまえ ナミコ

ところ 神戸市立王子動物園

しゅるい カバ

せいべつ メス



カバのスキンケア!

## カバのトリビア

カバには体温調節のための汗腺や皮膚表面を保護する皮脂腺がないため、水中から出ると、乾燥から皮膚を保護するための「赤い汗」と呼ばれるアルカリ性の赤い粘液を分泌します。この粘液は日焼けや細菌感染を防ぐ効果があります。また写真を見てわかるように、耳・目・鼻が一直線に位置しているの、水中から周囲の様子をうかがいながら、呼吸することができます。

scene:26

ビリーヴ  
未来への大逆転  
2018年 アメリカ

スカッとしたいな...

っていう時に観たい映画

1970年代のアメリカでまだ女性の社会進出が進んでいなかった時代に、一人の女性弁護士が「100%負ける」と断言された裁判に挑みます。

86歳までアメリカの最高裁判所判事を務めた女性の実話を描いており、映画の後には爽快な気分になれるのではないのでしょうか。

Information この場をお借りして マツ六からのお知らせです。

●8/12(木)~16(月)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





# MazROC

マツロクプラス  
2021. September

マツ六株式会社

## Topics

- ✓ 32ソフトアクアレール
- ✓ KENTEN2021 オンライン展開催中!
- ✓ バリアフリー建材カタログ Vol.19
- ✓ 作業療法士からみた住宅改修
- ✓ 動物証明写真
- ✓ ゆる〜くおぼえる住まいの漢字 etc...

直径  
**32mm**

ディンプルつき

BAUHAUS

AQUA rail

ソフトアクアレール

ユニットバスへの取付不安 **解消!**

I型ハンド

I-1200W

I-800W

I-600W

600

800

1200

L型ハンド

K-6060W

800

K-6080W

600

L型自在ハンド

L-6060W

600

008

L-6080W

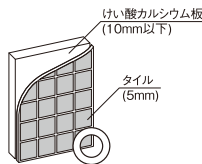
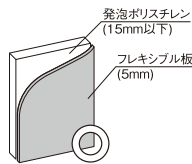
600

(単位: mm)

化粧鋼板 中空壁 にも対応  
以外の

フレキシブル板

タイル



※壁取付け用ねじは別売

**現場**で手すりカットや組立てができる

ココがポイント

様々な形状の現場にもその場で対応

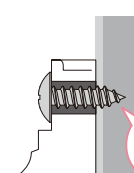
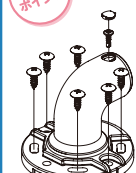


不要な長さを現場でカット

ユニットバスでは化粧鋼板壁が約 **60%** (社内調査より)

ココがポイント

磁石がつく壁には、ねじ6本で簡単取付け



※壁取付け用ねじは本体に付属。  
※ホーロー壁には取付けできません。

短いねじで壁裏の配管・配線をキズつけない

**KENTEN** 建展 8.26(木) - 27(金)  
建築材料・住宅設備総合展 2021 インテックス大阪

ご来場ありがとうございました!

**KENTEN オンライン**

フリーRレールなど商品の紹介や施工動画等を  
KENTEN2021オンライン展専用Webサイトにてご覧いただけます。

<https://www.kenten-online.com/>

※ご参加には会員登録が必要となります。

オンライン展は **9.10(金)** まで開催中!

バリアフリー建材カタログ Vol. **19**  
**鋭意制作中!** ※10月発刊予定

Vol.19の表紙も昨年に引き続き  
絵本作家の **たなか しん** 先生

今年も昨年のVol.18に引き続き、  
作家のたなか しん先生に  
表紙を描き下ろしていただきました。  
今年の干支「丑(うし)」の大工さんが、  
来年の干支「寅(とら)」の親子に  
手すりを施工してあげたというイラストです。  
お手元に届きましたら、ぜひ昨年の表紙と比べて、  
ストーリーをお楽しみください。



※こちらはイメージです。

福祉住環境  
コーディネーター

道

Q

先天的あるいは成長発達の途上で障害をもった場合、重度の知的発達障害や運動発達障害のため、家庭や施設などの限られた環境で過ごすことが多くなると、社会参加の機会を逃してしまうおそれがある。母子間の閉塞された関係が長期化すると、【A】に陥り、社会性が低下する懸念もある。

A

- ①社会的行動障害
- ②広汎性発達障害
- ③適応制限
- ④共依存

答えは裏面へ

# 住宅改修

「作業療法士からみた住宅改修」、「理学療法士からみた移動支援用具」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。

## ハムストリングスが 嚙下機能・転倒に影響を及ぼす！

社会・生活環境研究所  
作業療法士  
二級建築士

山田 隆人



「ハムストリングスのストレッチを行うことで、嚙下がしやすくなります。」  
嚙下にハムストリングスが関与するの？と感じるかもしれません。

そのメカニズムは、ハムストリングスの動きが悪くなると座位姿勢で骨盤後傾が促され、腰椎は後彎（こうわん）と頸椎の前彎（ぜんわん）が促されます。その結果、円背に近い姿勢になり、顎が前に突き出した姿勢になります。その姿勢では、舌骨の移動距離が長くなり、誤嚥等が起こりやすくなります。ハムストリングスをストレッチすることで、骨盤の後傾を抑制し、誤嚥等の防止へとつながります。

円背の方の転倒にもハムストリングスが関与しています。そのメカニズムを見ていきましょう。円背傾向になると脊柱の可動性が低くなり、歩行速度が遅くなり、静止時および動作時のバランスが悪くなる<sup>1)</sup>と報告されています。更に、円背の度合いが強くなると、後方転倒が増加する<sup>2)</sup>こと、転倒が起こる動作として歩行時や立ち座り、段差昇降などの場面が大半を占める<sup>3)</sup>ことが示されています。

このことから、円背傾向がある高齢者の転倒を予防するには、転倒の可能性がある生活活動を把握し、対応方法を検討していくことになります。把握する生活活動内容は、移動経路および動的バランスを崩しやすい方向転換する場所や生活活動、立ち座り動作として排泄・食事・居室での活動を確保する必要があります。把握した情報を整理し、優先順位を付け、対応方法を検討していくことになります。ここでは立ち座りを例にとり、環境調整方法を考えて行きたいと思います。

円背を引き起こす要因の一つとして、ハムストリングスが短縮し、骨盤後傾・胸腰椎の後彎・頸椎の前彎を促し、体重心が後方に移動することで、立ち座りが行いにくくなります。それらの連鎖を断つことが求められます。ポイントは、立ち上がり動作初期においてハムストリングスを緩め、骨盤後傾を防ぎ、動作を容易にする環境を作ります。

①座面を下腿長より少し高くなるように設定します(図1)。

座面が高くなることで、骨盤の後傾することを防ぎ、立ち上がりを容易にします。便座の高さを補高する方法としては、補高便座(福祉用具)の使

用、便器自体を工事で底上げする方法等があります。

②座位姿勢で足を引き込める空間を確保します(図1)。

注意点として、膝が屈曲・足関節が背屈位で足底が床についていることを確認します。膝関節を屈曲することでハムストリングスの伸張を防ぎ、骨盤の後傾を防ぎます。足を引き込むことで、支持基底面を小さくし、足関節の背屈角度が大きくなることができ、体重心の前方移動が容易になります。

③手すりを設置します(図2)。

座面の調整を行ってから位置等を調整します。手すりは、動作時の前方への重心移動と体幹を起こす補助の役割を担います。座面調整を行い、座位姿勢で前方へ上肢を伸ばし、指先から親指の根元の間で設定します。座り込みの際には、立ち上がり時よりも拳1～2つ程度下方を把持する方が多くなります。その為、立ち上がり時と座り込み時の把持位置が座位で把持可能かを確認します。



図1)円背の方のトイレで立ち座りを容易にする座面のポイント



図2)円背の方のトイレで立ち座りを容易にする手すりのポイント

### 参考文献

- 1) 森藤 武、嶋田 智明、阪本 良太、小倉 亜弥子、上野 隆司・他: 脊柱後彎変形患者における脊柱伸展可動性とバランス、歩行能力との関係、理学療法学、Vol.25、No.5、pp.735-739、2010
- 2) 眞野行生・他: 高齢者の歩行と転倒の実態、pp8-12、医歯薬出版、1999
- 3) 長谷公隆: 立位姿勢の姿勢制御、リハビリテーション医学、Vol.43、pp.542-553、2005
- 4) 法所 遼汰、岡山 裕美、大工谷 新一: 胸腰部屈曲位における立ち上がり動作の特徴―健康者における股部離床時の検討―、理学療法科学、Vol.31、No.2、pp.253-256、2016

## 動物証明写真

File No.  
42

なまえ ソラ

ところ 神戸市立王子動物園

しゅるい ボブキャット

せいべつ メス

遊ぶのが大好きな、  
ソラちゃん。

### ボブキャットのトリビア

カナダ南部からメキシコ南部にかけての山沿いにある低木地や草原に生息するネコ科オオヤマネコ属のボブキャット。体はイエネコの2倍の大きさで、小型哺乳類や鳥類を食べます。なんといっても尾が短いのがチャームポイント。とてもかわいいですよ。



## ゆる〜くおぼえる 住まいの漢字②②

ささら  
簾

階段の踏板を受けるために、ギザギザに加工を施された斜め材のこと。この構造で造られる階段のことを簾桁(ささらげた)階段といいます。対して、両側の板材が踏板を挟込むような形状のものを側桁(がわげた)、その階段を側桁階段といいますが…側桁を「ささら」と言ったりもします。さらには階段の側面に取付けるギザギザの巾木を「ささら巾木」と言ったり、階段の左右両端のことを「ささら側」と言ったりする方もいます。音の響きが美しいため、つい皆さん口にしたくなるのじゃないでしょうか。



最近、車に乗って出掛けていないな…  
っていう時に観たい映画

ガサツで無教養なイタリア系用心棒と英才教育を受けた天才ピアニストという、何もかも正反対の二人が、旅行ガイド<グリーンブック>を頼りに、旅をしていく中で、何度も衝突を繰り返しつつも、2人の関係性が次第に変化していく…。今後、友人や家族と車で旅行をしたくなるのではないのでしょうか。

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](mailto:planning@mazroc.co.jp)

福祉住環境  
コーディネーター 道の答え：④ 共依存

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 2109-1





# MazROC

マツロクプラス  
2021. October

マツ六株式会社

## Topics

- ✓ バリアフリー建材カタログVol.19発刊!
- ✓ H.C.R.2021のご案内
- ✓ 理学療法士からみた移動支援用具
- ✓ 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 etc...

## バリアフリー建材カタログ Vol.19 発刊します!

※発刊は10月中旬を  
予定しています。

今秋発売になった新商品も掲載! **NEW**

### BAUHAUS フリーレール FreeRrail

#### F型ハンド

玄関やアプローチで、  
ちょっと手を添えて  
体を支える手すり。  
狭いスペースにも  
おすすめです。



※裏面でも詳しく  
ご紹介!!

### ビーム用 フリージョイント

出隅・入隅や勾配変更でも  
ビームを美しく自在につなぎます。



### BAUHAUS セレクトシリーズ Select Series 首振ブラケット 横型カバー付

階段などの勾配部分でも  
小判型の台座を傾けずに  
施工ができるので、  
間柱など巾の狭い下地も  
狙いやすくなります。



## BAUHAUS FreeRrail フリーレールがより使いやすくリニューアル!

### 手すり棒・ 直棒手すり

**仕様変更**

※表面仕上(木目タイプ)  
※耐候性アップ(金色)

表面が滑らかになって  
汚れにくくなりました!  
耐候性もアップして  
さらにキレイが長持ち。



### 勾配対応式支柱30°

**仕様変更**

対応角度変更

これまで埋め込み式でしか  
対応できなかった急勾配にも  
ラクに支柱が設置できます。

旧仕様

15°まで  
角度調節  
可能!



新仕様

30°まで  
角度調節  
可能!



国際福祉機器展 H.C.R.2021  
出展いたします!

11.10(水)▶11.12(金)  
東京ビッグサイト 青海展示棟

10:00~17:00  
(12日は16:00まで)

※例年と会場が異なりますので、  
ご注意ください。

小間番号 B-101にて 皆様のお越しをお待ちしております。

Web展も開催! 10.11(火)▶12.10(金)

H.C.R.2021Web展専用サイトにてご覧いただけます。

福祉住環境  
コーディネーター

道

Q

【A】とは、病気や事故で障害をもった人が、障害によって生じた新しい状況を心理的に受け入れることをいう。【A】に至る過程では、多くの人々が心の葛藤を繰り返す。福祉住環境コーディネーターは、【A】の難しさを理解したうえで、障害者がいかなる心身の状況にあっても、障害をもって暮らす一人の生活者であるという視点で接していくことが求められる。

A

- ①社会的統合
- ②障害受容
- ③ノーマライゼーション
- ④心のバリアフリー

答えは  
裏面へ



## 移動支援用具

「理学療法士からみた移動支援用具」、  
「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。

## 頼りになる杖

理学療法士はロフストランド杖が大好きです。しかし、実際に利用されている方は少なく、ロフストランド杖に出会う機会はほとんどありません。みなさんは歩行補助用具を提供する際に、とりあえずT字杖や4点杖になっていませんか？

ロフストランド杖の特徴は、前腕カフがついていることです。グリップを握り、前腕カフに腕を通すことで、手と前腕の2点で体重を支えることができます。2点支持により松葉杖と同じくらい免荷ができる安定性が高い杖です。T字杖や4点杖よりも体重をかけることができるため、自分の脚で十分に体重を支えられない方にお勧めです。しかし、ロフストランド杖はT字杖より大きく目立つのが弱点で、見た目が嫌だから利用したくないという声は少なくありません。

街で見かけるのは、脳性麻痺で対麻痺(両足の麻痺)があり、はさみ足歩行(両膝を組み合わせて歩く様子)の方が両手にロフストランド杖を持って身体を左右に振りながら歩いている姿です。脚だけではなく腕の力も使っ

て歩きながら社会参加している姿は、みなさんも街で見かけたことがあるのではないのでしょうか？デイサービスでは、脳梗塞で片麻痺になり、筋肉の緊張が強く、足が尖ったようにつま先が下がっている方が、麻痺側の脚で十分に体重を支えられないためにロフストランド杖に頼って歩いていた。身体を杖側に傾けて体重をかけますが、それでも大丈夫のように作られており安心して杖に頼って歩いていたことを思い出します。さらに最近では、海外のサッカー選手がアキレス腱断裂や膝の靭帯損傷などの手術をした後に、松葉杖ではなくロフストランド杖を使っているのを見かけます。海外では松葉杖よりも重宝されている様子がうかがえます。

杖の一番重要な役割は免荷(苦手な脚にかかる体重を除くこと)です。T字杖のように扱いやすく、松葉杖のように免荷ができ安定性が高い、両方のいいところ取りをしているのがロフストランド杖です。とても頼りがいのある杖であり、福祉用具としてレンタルができます。4点杖を使う前に、まずはお試しでロフストランド杖に頼ってみてはいかがでしょうか。



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.  
43

なまえ カッピー

ところ 神戸市立王子動物園

しゅるい 果下馬(カカバ)

せいべつ メス

カッピーの  
ぽっつんヘアー。

## カカバのトリビア

フサフサのたてがみに、ぽっつんヘアーがチャームポイントのカッピー。「カカバ」という名前なので、カバと勘違いする人もいますが、それはカバちがいです。果下馬(カカバ)は中国原産の小型の馬で、またがったまま果樹の下を通れる(くらい小さい)ので「果下馬」というそうです。ただの小さい馬に見えますが、非常に珍しい品種で、少なくとも日本動物園水族館協会に加盟している動物園の中で飼育されている果下馬は、カッピー1頭のみです。少しシャイだけど、とっても優しくおとなしいお馬さんです。



## バリアフリーリフォーム

## 施工例 ビフォー→アフター

番外編

今月の  
テーマ

## F型ハンドのご紹介



今回はビフォーアフター番外編として、この10月発売となる新商品「フリーRレール F型ハンド」のご紹介です。屋外で使える点手すりのような商品です。写真のように玄関ドアから道路の間にあまりスペースがない場合、住宅の壁面に取付けられる手すり、玄関ドアの開閉時や歩き出しの際に姿勢保持をする目的で使用します。フラットな板のような手すり、一見しっかりと握ることができるように見え、手すりの役割が果たせるのか不安があるかもしれません。しかし実験では手すりに軽く触れるだけで身体が確認され、姿勢保持にいい効果を及ぼすことが示されているそうです。この効果はライトタッチ効果と言われており、F型ハンドはこの効果を引き出す手すりとして企画・設計されています。ライトタッチ効果については2020年11月号のマツロクプラスで作業療法士の山田先生がコラムで詳しく説明されていますのでご一読ください。玄関先の狭いスペースで手すりが取付けられなかったり、大きな手すりを取付けられなかったりする場合に、触れるだけで姿勢保持ができるという新しいコンセプトのF型ハンドは最適の手すりだと思います。上記のような現場でお困りでしたら、F型ハンドを提案してみてもいいでしょうか。

scene:28

THE SWINDLERS  
スウィンドラーズ  
2017年 韓国

ハラハラする展開を見たい!...

っていつに観たい映画

韓国国内を驚かせた詐欺師が亡くなったというニュースが発表されたことを機に、詐欺師を捕まえようとする詐欺師たちのそれぞれの計画やだまし合い、チームプレーを愉快地描かれ、予測不能な展開が繰り広げられます。詐欺師たちのだまし合いにハラハラするのではないのでしょうか。



## Topics

- ✓ H.C.R.2021
- ✓ 設置・施工事例写真大募集 告知!
- ✓ 作業療法士からみた住宅改修
- ✓ 動物証明写真
- ✓ ゆる〜くおぼえる住まいの漢字
- ✓ ○○な時に観たい映画 etc...



## 国際福祉機器展 H.C.R.2021

出展いたします!

11.10(水)▶11.12(金) 10:00~17:00 (12日は16:00まで)

東京ビッグサイト 青海展示棟 Bホール

※過年度の会場とは異なりますので、ご注意ください。  
※入場事前登録制(入場無料)



※イメージ



小間番号 B-101にて 皆様のお越しをお待ちしております。

## 国際福祉機器展Web2021

10.11(月)▶12.10(金)

住宅改修用手すり「BAUHAUS」シリーズ・据置式手すり「たよレール」シリーズをはじめとした商品をご覧ください。

リアル展入場・Web展閲覧  
いずれも事前入場登録が必要となります。

詳しくは、下記URLよりご確認ください。  
<https://www.hcr-web.or.jp>

## 予告 12月1日(水)よりスタート!

たよレール

設置例

BAUHAUS

施工例

# 写真大募集

します!

マツ六では、弊社オリジナル商品を使用した設置・施工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!

**キャンペーン期間中(12月1日~2022.1月31日まで)は  
今回だけのスペシャル特典をご用意しております!**

※設置例・施工例はマツ六オリジナル商品に限ります。  
※ご応募には施主様のご了承が必要となります。個人および場所が  
特定できるものが写り込んでいない写真でご応募ください。

**応募の詳細は弊社担当営業まで  
お問合せください。**





# 住宅改修

「作業療法士からみた住宅改修」、「理学療法士からみた移動支援用具」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。

## 転倒を防ぐ手すりの取り付け時に筋力低下より先に注目すべきこと

社会・生活環境研究所  
作業療法士  
二級建築士

山田 隆人



住宅改修や手すりの設置が転倒を防ぐ有効な手段<sup>1)</sup>になります。手すりの設置は、必要性が低い時に設置しても効果はあまり得られないとの報告があります。では、どれぐらいの生活機能の時に設置すればよいのでしょうか。下肢筋力が低下したときでしょうか。下肢筋力の低下が転倒の要因のひとつであることは、様々な報告から肯定される内容です。しかし、転倒予防を考える際には、他の要因を先に確認する必要があります。

それらを示す興味深い報告があります。整形外科疾患を有している女性高齢者の使用している歩行補助具と身体機能を比較<sup>2)</sup>したものです。その中で、独歩群と杖使用群、杖使用群と歩行器・歩行車使用群での身体機能を比較しています。独歩群と杖使用群では、杖使用群が「30秒椅子立ち上がりテスト」、「開眼片足立ち左右合計時間」で優位に低い値を示しました。また、杖使用群と歩行器・歩行車使用群の比較では、歩行器・歩行車使用群が、「握力の左右合計値」が優位に低い値を示したとしています。更に、「3mタンデム歩行」(図1)の時間と「階段昇降」の困難さが転倒歴に影響を及ぼしているとの報告<sup>3)</sup>があります。

これらを総括すると転倒に影響を及ぼす要因は、崩れた姿勢を戻すための「俊敏性」や姿勢を保つための「バランス保持能力」であることがわかります。姿勢バランスの保持能力や姿勢が崩れた際の俊敏性が低くなった場合に、手すり等の設置などが効果的になります。ここでは、姿勢バランス能力や俊敏性を確認する方法を示したいと思います。これらを確認する方法はいくつかありますので、参考文献に示します。詳しい内容はそちらを確認して下さい。

「転倒等災害リスク評価セルフチェック実施マニュアル」<sup>①</sup>では、身体機能測定およびセルフチェックアンケートを行います。身体機能では、①2ステップテスト(図2)、②座位ステップテスト、③ファンクショナルリーチテスト(図3)、④開眼片足立ち(図4)、⑤閉眼片足立ち(図4)を実施します。セルフチェックシートでは自分自身が転倒要因を自覚しているかを確認します。セルフチェックアンケートと身体機能の数値から対応策を検討していきます。

『「住民主体の通いの場」推進を目的とした健康チェック票及び体力測定マニュアル」<sup>②</sup>では、健康チェック票と体力測定を行います。健康チェック票では、日常生活での役割や生活行為の遂行状況などを確認します。体力測定では、①左右の握力、②開眼片足立ち(図4)、③5m歩行時間の3つが基本で、追加測定で、④Timed up & Goテスト、⑤2ステップテスト(図2)、⑥椅子からの立ち上がりテスト(10cm・20cm・

30cm・40cm)、⑦ファンクショナルリーチテスト(図3)を実施します。このテストでは、ロコモティブシンドローム判定ができることが利点になります。

私自身は、バランスや俊敏性を確認するスクリーニングとして、ズボン(下衣)の着脱方法を確認しています。教科書的には立位で靴下の着脱の可否を挙げていますが、ふくよかな方は靴下の着脱を座位で行われることがあり、機能との判別が難しい場合がありますので、下衣の着脱で確認しています。下衣の着脱は、片足立ちの姿勢で、姿勢保持のバランス能力・俊敏性が必要となります。更に、遂行しやすい行為なので、確認しやすいと思います。支えなくもたれず実施可能であれば問題ない、壁などにもたれる・動作中ふらつく・椅子に座って行う場合は、バランス保持・俊敏性にいくらかの能力低下があると感じていると判断していました。もう少し詳しく確認してみませんか?との声かけで、上記に挙げた詳しいテストが行いやすくなります。

確認行為やテストでは、運動機能の把握ができます。しかし、運動機能が低いことが問題ではなく、自身の今の状況や機能を把握されているか、加えて、家庭内外での役割、日常生活の遂行状況と範囲等々により、転倒する可能性や場所が変わってきます。テストを実施し、支援計画を検討する際には総合的な判断が求められると思います。

### 引用文献

- 1) 大高洋平:高齢者の転倒予防と現状の課題、日本転倒予防学会誌、Vol.1、No.3、pp.11-20、2015
  - 2) 釜崎大志郎、大田尾浩、八谷瑞紀他: 整形外科疾患を有する女性高齢者の歩行補助具の種類を分ける身体機能の検討: 一歩群、杖群、歩行器・歩行車群による比較、ヘルスプロモーション理学療法、Vol.11、No.1、pp.7-12、2021
  - 3) 清野諭、飯下典子、金美之他:地域での転倒予防介入で焦点となる転倒関連要因、体力科学、Vol.54、No.4、pp.415-426、2010
- 参考文献  
①「転倒等災害リスク評価セルフチェック実施マニュアル」、厚生労働省、高齢労働者の身体的特性の変化による災害リスク低減推進事業に係る調査研究報告書 <https://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/anzen/101006-1.html>  
②「住民主体の通いの場」推進を目的とした健康チェック票及び体力測定マニュアル」、石川県健康福祉部、<https://www.pref.shikawa.lg.jp/ansin/kaigoyobou.html>



## 動物証明写真

File No.  
44

なまえ セイラ  
ところ 神戸市立王子動物園  
しゅるい アムールヒョウ  
せいべつ メス

浪花のおかんより、  
ヒョウ柄やで!

### アムールヒョウのトリビア

顔から足元までびっしりの美しいヒョウ柄、2019年に3頭の元気な子供を出産したセイラお母さん。アムールヒョウは、最北の極東ロシアに生息していますが、密猟や森林伐採により個体数が減少し、絶滅の危機に瀕しています。野生下の生息数は近年やや回復したもの、のわずかに100頭余りが確認されているだけ。神戸市立王子動物園では、日本動物園水族館協会によるアムールヒョウ管理計画に基づき繁殖に取り組んでいます。



## ゆる〜くおぼえる 住まいの漢字<sup>②③</sup>

こし  
腰

月(にぐづき)に要(かなめ)という成り立ちが表す通り、人体の重要な関節である腰。建築では「腰ぐらいの高さの」「中間位置ぐらいの」といった意味で使われます。施工中に床から1mぐらいのところに引く基準の水平墨を腰墨と言ったりもしますが、よく耳にするのは腰壁・腰窓などでしょうか。腰壁は天井と床の中間より下にある壁のことです。ですので、転落防止用に設けた手すりのような壁も腰壁、壁の上下で仕上げを変えた場合の下側も腰壁。どちらも「腰くらいまでの壁」ですもんね。



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](mailto:planning@mazroc.co.jp)

福祉住環境  
コーディネーター 道の答え: ③変動

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 2111-1



scene:29  
シェフ  
ミツ星フードトラック始めました  
2014年 アメリカ

美味しいもの食べたいな…  
っていう時に観たい映画  
一流レストランの元総料理長が、絶品のキューバサンドイッチに魅了され、その美味しさで人々に喜んでもらう為に、移動販売を始めることに。ポロポロのフードトラックを改装し、アメリカ横断をし、究極のキューバサンドイッチを作る旅がスタートします。フードトラックやキューバサンドを見たら食べてみてはいかがでしょう。



# Mazroc

マツロクプラス  
2021. December

マツ六株式会社

## Topics

- ✓ 設置例・施工例写真大募集
- ✓ 製品について知っていただきたいこと
- ✓ H.C.R.2021 ご来場御礼
- ✓ 手すりカタログVOL.3 発行します!
- ✓ 理学療法士からみた移動支援用具
- ✓ 施工例ビフォーアフター etc...

たよレール

設置例

BAUHAUS

施工例

## 写真大募集

マツ六では、弊社オリジナル商品を使用した設置・施工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!



キャンペーン  
期間

2021年 12月1日(水) ~ 2022年 1月31日(月)まで

応募・プレゼントの詳細は  
専用フォームをご確認ください。

▶ <https://event.mazroc.com>

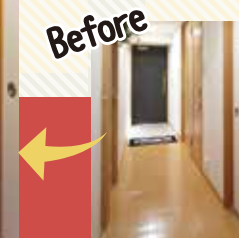


Before



After

Before



After

### 製品を安心してご使用していただくために知っていただきたいこと

#### 手すりのお手入れ

#### 木製品 について

##### ●から拭きの場合

1. 柔らかい布で、から拭きします。

##### ●中性洗剤を使う場合

1. 中性洗剤を含ませた柔らかい布で拭きとります。
2. 洗剤が残らないように水拭きします。
3. 最後に柔らかい布で水気を完全に拭きとります。



#### ■手すりの定期点検について

手すりを安全に長くご使用いただくために、定期的なお手入れと点検をおすすめしています。施工業者様・販売店様にご使用いただけるパンフレットもご用意しております。

#### 手すりの定期点検

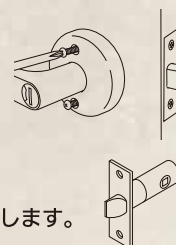


#### 室内錠のお手入れ

長期間使用すると座のねじがゆるみます。ゆがんだままご使用になれますと、レバーに異常な力がかかりチューブラッチ本体にダメージがかかり事故につながる可能性があります。1年に1度は点検し、ねじを締め直してください。

チューブラッチは消耗品です。

使用期間10年を目処に新しい錠前へのお取替えをお勧めします。



#### ■錠の保守点検制度

2012年2月に日本ロック工業会(JLMA)は、製品寿命が原因で、生命・財産・身体への損害が発生する可能性がある市場出荷後の製品の経年劣化による重大事故を未然に防止するため、一般消費者に注意喚起を促すことを目的に錠の耐用年数ガイドラインを一般錠10年・電気錠を7年と設定しています。それに伴い、錠の基本性能を保守点検により維持するため、「錠の保守点検制度」が2012年6月9日にスタートしました。詳しくは日本ロック工業会ホームページ(<http://www.jlma.org/>)にてご確認ください。



マツ六は製品安全の向上に取り組んでいます。

2020  
製品安全対策優良企業  
経済産業省

H.C.R. 国際福祉機器展  
H.C.R.2021

ご来場ありがとうございました!



『国際福祉機器展 Web2021』は 12.10(金)まで開催中!

詳しくは、右記URLよりご確認ください。 <https://www.hcr-web.or.jp>

福祉住環境  
コーディネーター

道

Q

車椅子の【A】機構とは、車椅子のシートとバックサポートの角度が一定のまま後方に傾斜し、傾斜角度を調節できることである。異常な筋緊張や筋弛緩により座位保持が困難な人の座位姿勢を保持しやすくなる。

A

- ①トグル
- ②テイルト
- ③スイングアウト
- ④リクライニング

答えは  
裏面へ

手すりカタログVOL.3  
HANDRAIL CATALOG  
今月発刊!

※発刊は12月中旬頃  
を予定しています。

手すり工事に必要な部材を100ページにまとめた  
持ち運びしやすいコンパクトなカタログです。

ご用命は弊社担当営業まで

## 移動支援用具

「理学療法士からみた移動支援用具」、  
「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。

## サイドケインでどこでも手すり

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



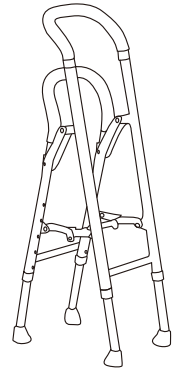
サイドケインと聞いてどんな歩行補助具かイメージできる方は少ないでしょう。一度でも提供したことがある方と聞くとさらに少なくなるはずですが、ではなぜ、サイドケインは人気がないのでしょうか？

サイドケインは役割を理解して利用場面を限定すれば意外と使える歩行補助具です。見た目が大きく重たいのは事実であり、取り回しにくいのが欠点ですが、その欠点を十分に補えるだけの安定性があります。4点杖より支える面(支持基底面)が広く安定するため、常に手すりを持ち歩いているような感覚で使用できます。持ち手が2カ所あり上の持ち手は歩行で、下の持ち手はベッドや椅子からの立ち上がりで使用できることも特徴です。施設などの広い廊下で使用することや、和室にベッドを設置して簡易手すりの代わりに使用することをお勧めします。

サイドケインには忘れられない思い出があります。脳卒中左片麻痺の方に行きつけの小料理屋に連れて行ってもらったときのこと、お店に入るまでの3段の段差にたじろぎました。都合よく手すりが設置されているわけでも

なく困っていたところ、その方の持ってきていたサイドケインが手すり代わりになることに気づきました。踏み面からはみ出すサイドケインの2本の脚を自分の足で下から支え、手すりとして利用することで3段を昇ってお店に入ったことを今でも覚えています。脳卒中発症後初めての外出が上手くいったことで、その後も外出を目的とし、意欲的にリハビリに取り組んでくれた成功例です。

街の中には段差や階段があっても必ず手すりがあるわけではありません。最近はコンパクトなサイドケインもありますので、ロフトランド杖や4点杖よりもさらに大きく体重をかけることができるサイドケインを移動式手すりとして持ち歩いてみてはいかがでしょうか。



サイドケイン

## 動物証明写真

File No.  
45

なまえ ユッコ(左)、フブキ(右)  
ところ 神戸市立王子動物園  
しゅるい ユキヒョウ  
せいべつ メス(ユッコ)、オス(フブキ)

ふさふさの  
大きなシッポが特徴的

## ユキヒョウのトリビア

王子動物園の仲良しカップル、フブキとユッコ。ユキヒョウの体長は130cm程度ですが、ふさふさ丸みがある尻尾は90cmと長く、生息している山の斜面や雪の上でバランスをとるのに役立っているそうです。寒い場所で暮らしているため体は厚い毛で覆われ、雪の上でも滑らないよう足の裏も毛に覆われています。



7サ7サの尻尾を重ねて仲睦まじい様子

## バリアフリーリフォーム

## 施工例 ビフォー→アフター

番外編

今月の  
テーマ

新しい  
屋外用手すり

STRAIGHT EZ RAIL  
スト레이트 EZ レール



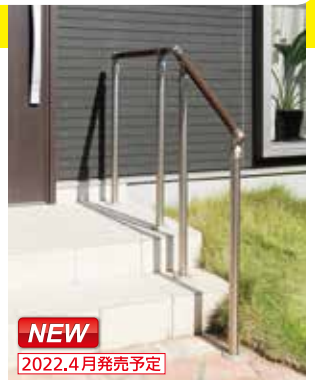
マツ六の屋外用手すりといえば『フリーレール』です。多くの施工者様に使用いただいており、売上げも発売以来、右肩上がりを続けています。ただ、たまに施工者様から「いつもフリーレールを使用しているが、費用的に仕方なく安価な商品を使うことがある」というお声をいただくことがあります。

「マツ六がノウハウを詰め込んで開発してきた手すりが、費用の問題で使っていただけない。」非常に残念に思ってしまう温めていた企画が今回ご紹介する「スト레이트EZレール」です。

マツ六が培ってきたノウハウを詰め込みながら、価格面でも使っていただきやすい手すりというコンセプトで、やっと発売目前まで漕ぎつけることができました。屋外用手すりを施工している方からお話を聞くと、支柱の場合は1スパンか2スパンの手すりを取付けることが圧倒的に多いとのこと。そこで、そのような現場で使いやすいシンプルな手すりにするを目指しました。カラーバリエーションは1色のみ、部品点数も10種類以下というラインアップですが、多くの現場に使っていただける商品だと自負しています。2022年4月発売予定ですが、私たち社員もワクワクする商品となっています。使えそうな現場があれば、ぜひ一度お試しいただき、ご感想をいただけると嬉しく思います。

NEW

2022.4月発売予定



scene:28

ナレニア国物語  
第1章:ライオンと魔女  
2005年 アメリカ

寒くなってきたし、  
家族でなにか観ようかな…  
っていう時に観たい映画

第2次世界大戦下のイギリスで、ある4兄妹が空襲を逃れるために1人の教授の屋敷へ預けられます。その屋敷で4兄妹はかくれんぼをし、ある部屋の衣装ダンスから繋がっていた、不思議な国へと迷い込んでしまいます。100年間もの間、雪の世界に変えられていたその国に、暖かい季節を取り戻すことができるのか…。児童文学が原作になっているので、お子様とも楽しめる作品です。ぜひご家族でご覧ください。

福祉住環境  
コーディネーター 道の答え: ②テイルト

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

Information この場をお借りして マツ六からのお知らせです。

●12/30(木)~1/4(火)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

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

MAZROC 2112-1





## Topics

- ✓ 新年のご挨拶
- ✓ 設置・施工例写真大募集!
- ✓ 手すりカタログVOL.3発刊しました!
- ✓ 作業療法士からみた住宅改修
- ✓ 動物証明写真
- ✓ ゆる〜くおぼえる住まいの漢字 etc...

## 謹賀新年2022

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

## 年賀ムービーを公開中!

新年のごあいさつとして、マツ六Webサイトに  
ショートムービーを公開しています。  
ぜひご覧ください。

※ショートムービーは1月1日からご覧いただけます。

▶ <https://www.mazroc.co.jp/>



たよレール

設置例

BAUHAUS

施工例

# 写真大募集

マツ六では、弊社オリジナル商品を使用した設置・施工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!

キャンペーン  
実施中!

1月31日(月)まで

応募  
特典

もあります!

詳細情報のご確認・ご応募は  
弊社Webサイトの応募専用フォームから  
▶ <https://event.mazroc.com>



Before



After



Before



After



# 手すりカタログ 2021-2022 VOL.3 発刊しました!

今春発売予定の新商品も掲載しています!

カタチも施工もまっすぐシンプルな屋外用手すり

## STRAIGHT EZ RAIL

NEW

ストレート イージー レール 2022.4月発売予定

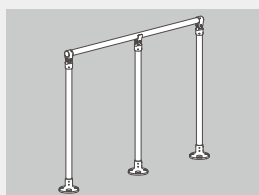
六角棒スパナで  
施工をスムーズに



ムダを削ぎ落して  
たどり着いたフォルム



直感的に選べる  
ラインナップ



※手すりカタログVOL.3に記載の内容・写真などは開発中のものです。実際の製品とは異なる場合がございます。  
※各アイテムの価格は未定です(2022年1月現在)。

MazROC  
HANDRAIL CATALOG  
手すりカタログ VOL.3  
2021-2022

手すり工事に必要な部材を  
100ページにまとめた  
コンパクトなカタログです。

ご用命は  
弊社担当営業まで

# 住宅改修

「作業療法士からみた住宅改修」、「理学療法士からみた移動支援用具」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。

## 住宅改修の目標設定に必要な軸をご存知ですか？（高齢者編）

社会・生活環境研究所  
作業療法士  
二級建築士

山田 隆人



図1) 自立から介助による生活の時間軸の流れ

いる職員などの物理的因子もありますので、すべてを汎化することは難しいと思いますが、1つの指標として捉えることが可能だと思います。

その試算では、住宅改修費および住宅改造の平均利用額が約50万円、生活機能の維持が5年可能であれば、環境調整費用を回収し、効果のある環境調整となることを示しています。このことから、住宅改修と市の住宅解除助成費の併用であれば、「時間軸」は5年先を見据えるというのが1つの目安となります。介護保険制度の介護度の更新が過去は2年、現在は3年が原則であることを踏まえると、2〜3年先の介護度の更新で維持・向上することでこの条件はクリアできると思います。

これらを実現していくには、これまでの介護サービス利用状況や疾患等の経過に注目し、「時間軸」を見据えた改修計画の検討が求められます。介護サービスの経過や疾患・症状の経過を把握し、継続してケアをモニタリングしているケアマネジャーさんが職能を発揮できる機会ではないでしょうか。

### 引用文献

- 1) 西野亜希子、南一誠: 要介護高齢者の在宅生活を促進するための住宅改修の実態とその効果、日本建築学会計画系論文集、Vol.72、No.622、pp.1-8、2007
- 2) 村田順子、田中智子、安藤元夫、広原盛明: 高齢者の住宅改善の実態と評価：在宅要介護高齢者の生活と住要求に関する研究 その1、日本建築学会計画系論文集、Vol.68、No.573、pp.1-8、2003
- 3) 児玉道子、鈴木博志、宮崎幸恵: 介護保険制度下における住宅改修（訪問相談）の実態と課題—なごや福祉用具プラザ訪問相談事業の分析—、日本建築学会技術報告集、Vol.15、No.30、pp.481-486、2009
- 4) 栗津原昇、鈴木博志、宮崎幸恵: 在宅高齢障害者の住宅改修計画立案に関連する要因、日本保健科学学会誌、Vol.7、No.4、pp.262-268、2004
- 5) 西野亜希子、南一誠: 住宅改修の効果とニーズの経年変化に関する事例研究、住宅総合研究財団論文集、Vol.35、pp.309-320、2009
- 6) 長谷川洋: 高齢者のための住宅バリアフリー改修の計画手法に関する研究、国土技術政策総合研究資料、バリアフリー改修の社会的効果と改修推進に向けて、pp.117-130、2015

## 動物証明写真

File No.  
46

なまえ レーニヤ

ところ 神戸市立王子動物園

しゅるい アムールトラ

せいべつ メス



めでタイガー、  
2022年は寅年（とらどし）!

### アムールトラのトリビア

力強く、美しく、堂々としたトラ。その姿は森林の王者にふさわしく、畏敬の念すら抱いてしまいます。しかし、野生のトラは減少し、絶滅の危機に立たされています。トラが減る原因の一つは漢方薬などの伝統的な薬の原料とされるトラの骨をはじめ体の一部分が高額で取引されており、現在でも密猟があつて絶たないことです。2022年は皆さんにとってもトラにとっても良い年になることを願っています。

Information この場をお借りして マツ六からのお知らせです。

- 1/1（土）～1/4（火）は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](mailto:planning@mazroc.co.jp)

福祉住環境  
コーディネーター 道の答え：③床東

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 2201-1

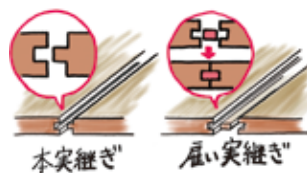


## ゆる〜くおぼえる 住まいの漢字<sup>24</sup>

さね  
実

「み」と思いきや「さね」です。板をはぎ合わせるために片方の板に設ける細長い突起のことを指し、2つの板材をその突起で接合することを実継ぎ（さねつぎ）といいます。例えば、片方の板の側面に溝・もう片方の板に突起（実）を加工し、差込んで接合するのは本実継ぎ（ほんさねつぎ）。身近なところではフローリングがこの方法です。

また、両方の板に溝加工をして別部材を入れる接合は雇い実継ぎ（やといさねつぎ）と呼ばれ、テーブルの天板などでよく目にします。別の部材を「雇う」というのは面白い表現ですね。



アクション系あまり見てないな…  
っていう時に観たい映画

警察大学の熱血学生、行動派ギジュンと頭脳派ヒョルがある日、外出先で拉致事件を目撃します。警察に通報するも一向に進まず、2人は自ら捜査していきます。警察学校での知識で事件を解決することはできるのでしょうか。最近話題の俳優によるアクションシーンにも注目して観てみてください。



## Topics

- ✓ LOHATES (ロハテス) 据置式手すり
- ✓ 施工マニュアル発刊のご案内
- ✓ 理学療法士からみた移動支援用具
- ✓ 動物証明写真
- ✓ ○○な時に観たい映画
- ✓ バリアフリーの耳寄りな話 etc...

## LOHATES

据置式手すり ロハテス

介護  
保険 貸与



LOHATES に  
『貸与マーク』が  
付与されました。

※2022年春以降の発売を予定しております。  
詳細は当社営業担当までお問合せください。

- 本体重量は約1.8kgと軽量。  
使いたいところまで簡単に持ち運べます。
- グリップ部は肌触りの優しい天然木を使用しています。

### ⚠ ご注意

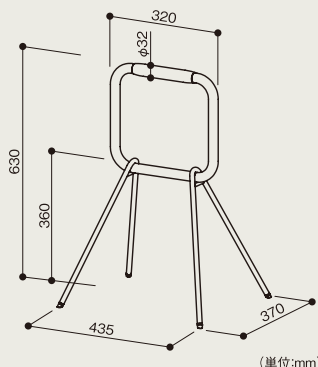
- ご使用の際は、水平方向に力をかけないでください。軽量のため、誤った使い方をするとLOHATES自体が倒れてしまい、軽傷または物的損害の可能性があります。



ホワイト  
LH-03WT-R  
貸与



ブラック  
LH-03BK-R  
貸与



(単位:mm)

屋内木製手すりシリーズ  
施工マニュアル 2022年版  
発刊します!

ページ数増で  
さらに内容が  
充実!

- ※ 発刊は2月下旬以降を予定しています。
- ※ 表紙は変更になる場合があります。



32ステンアクアレル 施工マニュアル  
たよレール 取扱マニュアル  
2022年版も

鋭意制作中!

※ 発刊は3月を予定しています。

## 移動支援用具

「理学療法士からみた移動支援用具」、  
「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。

## 健康に歩くための杖

身体への負担が少なくエネルギー消費が多くなる杖があったら使ってみたいと思いませんか？そんな魔法のような杖をウォーキングポールといいます。10年くらい前から流行っているノルディック・ウォークで使用するスキーのストックのようなポール(杖)のことです。片手に持つT字杖ではなく、両手に持つポールには高齢者の歩行の弱点を補う多くの効果があります。

高齢者の歩行の特徴は、背中を丸めて足を持ち上げることなく、すり足で歩幅が小さくゆっくり歩きます。エネルギー消費の少ない効率良い歩行ですが、健康のために歩くウォーキングには向いていません。早朝から歩いている方の中にも、汗をかかずに膝や股関節に不安を感じながら歩いていることも少なくありません。毎日歩いているのに痩せないと残念な気持ちになっている方もいるのではないのでしょうか。

何も持たないウォーキングに比べて、ウォーキングポールを手に持って歩くノルディック・ウォークでは上肢の筋肉を多く使うため全身運動となり

エネルギー消費量が増えると報告されています。バランスが悪い人でもポールを持てば安定して歩くことができ、ポールと片脚でしっかりと身体を支えられるため歩幅が大きく綺麗な姿勢で歩けます。さらに、歩くときには足で床を踏んだ分だけ逆に床から突き上げてくる力(床反力)が働きますが、ポールで体重を支えている分、床からの突き上げは少なくなり足首や膝や腰への負担が軽減し、疲労感も少なくなるといわれています。高齢者に格好い歩き方を思い出してもらえるノルディック・ウォークですが、慣れるまではポールを突く位置やタイミングが難しく一人では始めにくいことが弱点です。

加齢とともにたくさん歩いても汗をかくことが少なくなります。土や芝の地面と違いアスファルトの道路は固く、悪い姿勢で歩けば関節への負担は大きくなります。両手にポールを持って若々しく歩くことで身体への負担を少なくし、エネルギー消費を多くできる健康のためのノルディック・ウォークを始めてみませんか。

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.  
47

なまえ サニー

ところ 神戸市立王子動物園

しゅるい ラマ

せいべつ メス



## ラマのサニー

## ラマのトリビア

とっても好奇心旺盛でちょっぴりイタズラ好きのサニーちゃん。ふれあい広場でのごんぶり暮らしています。

ラマはラクダの仲間ですが主に荷物運搬用に飼育され、毛は衣服にも利用されています。とっても頭がよく、毎日飼育員さんとトレーニングを頑張っています。棒の先に鼻先をタッチしたり、ステイ(まで)をしたり、体重測定のため、はかりの上に乗ることもできます。トレーニングは健康管理の為に役立ち、とても大切なコミュニケーションでもあります。



なにか描写が綺麗な  
映画ないかなあ…  
っていう時に観たい映画

家を飛び出し、雨の降り続く異常気象に見舞われた東京にやってきた主人公が、ある少女と出会い、100%の晴れ女といわれる不思議な力を秘めていることに気づきます。現代社会の課題も交えて描かれています。この映画内の空や雲、光など細かな部分まで描写が綺麗なですので、注目してみてください。

福祉住環境  
コーディネーター 道の答え: ④ グレーチング

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

## 新コーナー

バリアフリーの

耳寄りな話

その1

LOHATESに『貸与マーク』が付与されました。

マツ六の福祉用具手すりと言え『たよレール』シリーズです。『たよレール』はベースプレートを重くして手すりを安定させたり、横手すりの間隔を狭くして体が入り込むのを防止したり、安全面にこだわって作っています。ただ、手すりを安定させるため製品自体が非常に重くなっており、取扱いに苦労する場合があることも事実です。



今回ご紹介するLOHATESは非常に軽い製品(約1.8kg)で、どこにでも持ち運びができるため、使いたい場所で使えるのが一番の利点です。軽いとはいえ本体はスチールで作られているため、耐荷重は手すりとして十分な性能を持っています。またグリップが木製でやさしい手触りなのも特長です。

デザイン面でも従来の福祉用具とは一線を画すものとなっており、日々の生活に溶け込む佇まいが特長です。

今年1月にテクノエイド協会から『貸与マーク』を付与され、レンタルでも使用しやすい商品となりました(発売は今年の春以降となります)。従来の福祉用具に抵抗があるユーザー様にご提案いただけるのではないかと思います。

※福祉用具手すりは水平方向に力をかけると手すり自体が転倒する恐れがあります。ご使用の際は必ず鉛直方向に力をかけてください。

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

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

MAZROC 2202-1





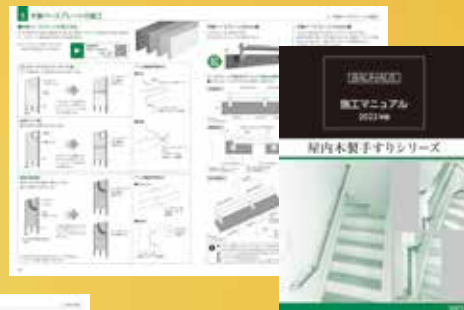
- ✓ 施工マニュアル2022年版 発刊!
- ✓ 【予告】ストレートEZレール発売!
- ✓ 作業療法士からみた住宅改修
- ✓ ゆる〜くおぼえる住まいの漢字
- ✓ 動物証明写真
- ✓ ○○な時に観たい映画 etc...

## 屋内木製手すりシリーズ 32ステンアクアレール(屋内・屋外用) 施工マニュアル 2022年版 発刊!

たよレールシリーズ  
取扱マニュアルの発刊は  
3月下旬以降を予定して  
います。



ページ数が増え、  
さらに内容が  
充実しました!



お手入れ方法や安心して  
ご使用いただくための  
情報を追加しました!

他にも各種施工／取扱マニュアルございます!

電子カタログはこちらから→<https://www.mazroc.co.jp/>



フリーレール  
(屋外用)



32ソフトアクアレール  
(浴室・屋内用)



室内用取替レバー錠



たよレールhigh  
シリーズ



たよレールdan  
シリーズ



たよレールrest  
シリーズ



たよレールSOTOE  
シリーズ



介護保険マニュアル  
住宅改修・福祉用具

予告

## STRAIGHT EZ RAIL

NEW

ストレート イージー レール

2022.4月発売予定

### カタチも施工もまっすぐシンプルな屋外用手すり

六角棒スパナで  
施工をスムーズに



ムダを削ぎ落して  
たどり着いた  
フォルム



直感的に選べる  
ラインナップ



詳しくは4月号でご紹介します!

# 住宅改修

「作業療法士からみた住宅改修」、「理学療法士からみた移動支援用具」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。

## 住宅改修の目標設定に必要な時間軸（発達障がい編）

社会・生活環境研究所  
作業療法士  
二級建築士

山田 隆人



高齢者の住宅改修において、生活機能と生活環境の把握に加えて、時間軸を見据えた対応が求められます。それは、生活機能の変化を3～5年程度先まで推測し、生活が維持できるよう見通した改修を行うことです。発達期の障がい・身体障がいがある方への住宅改修においても時間軸を見据えた対応が求められます。その時間軸の捉え方は、高齢期の時間軸とは異なります。

重症心身障害児・者を対象とした入浴時の福祉用具の使用に関する調査<sup>1)</sup>では、福祉用具の使用群は、体重が重く運動機能が低い子どもが多いとしています。更に、体重が重く運動機能が低く介護負担が高い場合でも、機器を使用していない事例の存在を示し、その要因として、父親が主な介護者としての関与している可能性を示唆しています。

肢体不自由の支援学校在籍者を対象とした入浴方法と介助負担の調査<sup>2)</sup>では、体格と身体機能により4つに分類し、入浴方法と介護負担を比較しています。体格が大きく身体機能が低い群で、抱きかかえ介助（図1）が多数でもっとも介護負担が大きく、体格が小さく身体機能が低い群でも抱きかかえ介助が多数で介助負担を大きくしていると示しています。加えて、子どもの体重が重くなると移動や浴槽出入り、洗体洗髪動作で介助者の多数が困難を感じ、約6割がヒヤリハットや事故を経験し、抱きかかえ介助において多発していることを報告しています。これらから、体格の大きさや体重の増加が介護負担に影響を与えることが把握できます。しかし、体格や体重が重くなっても抱きかかえ介助が行われている要因を確認していく必要があります。



図1) 抱きかかえ介助

脳性麻痺がある児・者を対象とした居住環境整備状況と介護負担に関する調査<sup>3)</sup>では、重度の脳性麻痺者のうち寝具に布団を使用している者は38.0%、ベッド・特殊ベッドを使用している者は34.8%で、頸髄損傷者のベッド使用率83.3%、自力で移動が困難な高齢者の71.4%に比べると低いとしています。その要因として、脳性麻痺者では寝返りや肘這いが可能であれば、布団を使用した生活が適している場合があることを

示していますが、布団を使用している脳性麻痺者の介護者は身体的な違和感が強いとされています。更に、重度脳性麻痺者の移動能力を活かすこと、介護者の身体的な負担を軽減することの双方を考慮し、長いライフスタイルのどの段階でベッドを用いた生活に切り替えるのか、将来を見据えた助言や情報提供の必要性を示しています。加えて、重度脳性麻痺者の住宅改修の実施時期は、高校卒業後が多く、そのきっかけは、「介護者の身体的負担の増加」、「成長に伴う物理的な限界」などが多いとしています。

抱きかかえ介助が行われている理由として、寝返りや肘這いなどの床での移動等を優先し、布団の使用や床での生活行為を優先していること、それらの介助が幼少期より継続されてきたと考えられます。このことから、発達期の障がいがある方の支援において、これまでの支援の経過や生活の中で重視する内容を確認したうえで、子どもの心身の「成長」に合わせた支援、支援者の身体心理的な介護状況に合わせて介助負担の軽減や事故を予防する環境整備やサービス利用の検討が求められていきます。

支援を検討する上での時間的な区切りがあるとすれば、支援学校の高等部の卒業を迎える時期が挙げられます。18歳になると児童福祉法の対象ではなくなり、学校生活を中心とした時間の枠組みから、拠点が変わり社会生活サービス利用等を踏まえた時間となり、生活の枠組みが大きく変わります。高等部を卒業するまでの時間と卒業後の生活をイメージして環境支援を検討する必要があります。高等部の卒業までの介護負担の軽減を図りながら支援を継続していく視点、卒業後は社会的な支援にシフトしていく所属する社会での役割を遂行していく視点となることが多いようです。いずれにしても、環境調整を実施する上では、支援サービスの利用状況や介護・支援の経過が重要な意味を持ちますので、継続してケアをモニタリングしている支援者が、福祉用具業者や施工業者と協業して継続的に支援して行くことが求められます。

引用文献

- 1) 高橋 恵一「重症心身障害児・者における入浴介助に用いる福祉機器の使用群と不使用群の比較、リハビリテーション・エンジニアリング」, Vol.32, No.1, pp.35-42, 2017
- 2) 阪東美智子、野口 祐子、西村顕、鈴木 晃「在宅における肢体不自由児の入浴方法と介助負担 障がい児とその家族に配慮した浴室環境の整備に関する研究」, 日本建築学会計画系論文集, Vol.78, No.683, pp.1-10, 2013
- 3) 高橋 恵一「重度脳性麻痺者における居住環境整備状況と介護負担の実態」, 日本重症心身障害者会誌, Vol.41巻, No.1, pp.103-112, 2016

## て すり ゆる〜くおぼえる 住まいの漢字<sup>25</sup> 手摺

当社では読みやすさを重視し「手すり」と表記していますが、漢字2文字ならこう書きます。『摺る』とは「軽くこする」こと。似た意味で同じ読み『擦る』がありますが、こちらは「すりへらす」という意味も持つため「手擦」ではあまり好ましくありません。

また『摺』には「印刷する」という意味もあります。しかし『刷る』が機械印刷も含めて広く使われるのに対して、『摺る』が表すのは手作業の印刷だけ。例えば版木に紙を当ててこすれば「版画を摺る」となり、布地に型を置き刷毛でこすって模様を染める方法は「摺り染め」と呼ばれます。『摺』には人が手を動かすという意味が含まれているのです。

自分の手で伝い、握り、目的の場所までたどり着く目標を叶えてくれる「てすり」は、やっぱり「手摺」の漢字がぴったりだと思います。



## 動物証明写真

File No.  
48

なまえ サトエ  
ところ 神戸市立王子動物園  
しゅるい エゾヒグマ  
せいべつ メス

道産子美人の  
サトエさん

### エゾヒグマのトリビア

のぼりべつクマ牧場（北海道）で生まれた、エゾヒグマのサトエ。日本最大の陸棲動物だけあって、立派な体に5本の太い爪は見ごたえ十分！夏はプールに入っただけで涼む姿がかわいいと人気を集めています。エゾヒグマ（Hokkaido Brown Bear）と言われる様に、北海道だけに生息しています。



scene:33  
新解釈 三國志  
2020年 日本

クスッと笑ってしまう映画ないかな…  
っていう時に観たい映画

日本でも広く親しまれている中国の「三國志」に独自の解釈を加えたオリジナル映画です。今から1800年前。中華統一を巡り、三国（魏・蜀・呉）が群雄割拠していた時代にのちに英雄と呼ばれる武将・劉備が立ち上がります。激動の時代を駆け抜け、やがて圧倒的兵力差が激突する「赤壁の戦い」に突入していきます。クスッと笑ってしまうシーンもある映画ですので是非、ご覧ください！

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](mailto:planning@mazroc.co.jp)

福祉住環境コーディネーター 道の答え：①建築基準法

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 2203-1

