

- ✓ 設置例・施工例写真大募集
- ✓ フリーRレール  
FAアルミエンドキャップ追加!
- ✓ 理学療法士からみた手すりハ
- ✓ マツプラ質問箱

好評企画  
第6弾!

Before

福祉用具手すり

たよレール

シリーズ

設置例

一般新築・リフォーム  
介護保険住宅改修・DIY

BAUHAUS

ECLE

施工例

# 写真大募集

キャンペーン実施中!

12月31日(土)まで

応募  
特典

期間中、ご応募いただいた方の中から  
抽選で200名様に

QUOカードpay 1,000円分

プレゼント!

さらに!

ご応募いただいた中から優れた設置(施工)例写真には

マツ六賞を進呈!

たよレール設置例部門/BAUHAUS・ECLE施工例部門  
それぞれ

金賞・銀賞・銅賞(各1名様)

受賞者には副賞としてQUOカードpayを金賞10,000円分、  
銀賞5,000円分、銅賞3,000円分を差し上げます。

あなたの  
自慢の現場を  
披露してください!

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/bosyu/photo>

※設置例・施工例はマツ六オリジナル商品に限りません。

※ご応募には施主様のご了承が必要となります(ご自宅でのDIYをされた場合を除く)。

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。

その他、応募専用フォームページに記載しております「写真募集要項」を必ずご覧ください。

Check!



BAUHAUS

## Free R rail

現場で自由に曲がる  
屋外用手すり。

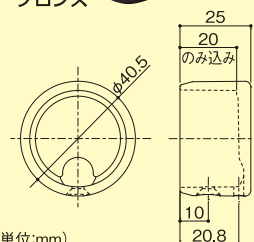
人気のフリーRレールに  
新アイテム追加!

## FAアルミ NEW エンドキャップ

手すり棒の先端に  
スッキリおさまるタイプです。

ステン  
カラー色

ダーク  
ブロンズ



(単位:mm)

発刊しました!

手すりカタログ

VOL.4

2022-2023

FAアルミエンド  
キャップはP.8に  
掲載しています!





## 立ち上がり動作が上手くなる 手すりの使い方

最近、手すりを使う理由について考える機会が増えました。手すりは介護のために使うのかリハビリテーションのために使うのかどちらでしょうか？介護する手段の1つとして手すりを使うことはありますが、本来の目的は立ち上がり動作の自立を支援するために手すりを使います。転ばないように安全確保のために使う介護の観点ではなく、本人が自分の力を発揮して立ち上がりやすくするために使うリハビリテーションの観点が自立支援としては理想です。

リハビリテーションの観点で動作を分析すると、立ち上がり動作では座面からお尻を持ち上げることが難しく、お尻を持ち上げるために身体を前に倒して頭を膝より前に出すことが必要になります。このとき、体幹だけではなく骨盤が前に傾くことが重要で、骨盤が前に傾くためには腸腰筋といわれる股関節を屈曲する筋が働くことが求められます。この腸腰筋のトレーニングは、正しい姿勢で行うのがとても難しいため手すりを使うことをお勧めします。

座った姿勢で膝の右横に手すりを配置し、しっかりと骨盤を立ててヘソを正面に向けて座ります。骨盤を立てた座位姿勢からヘソをわずかに下へ向けながら右膝を5cmだけ持ち上げます。無意識に膝を持ち上げると骨盤が

後ろへ倒れてヘソが上を向いてしまうため、右手で軽く手すりを把持してヘソが下を向くように姿勢を保ちながら、少しだけ膝を持ち上げるように意識してみてください。さらに、手すりに置いた右手で鉛直下方向へ押すように力を加えながら、左足で地面を踏みつけて右膝を持ち上げることができれば体幹まで力が入り姿勢が安定します。手すりを使って腸腰筋や体幹のトレーニングをすることで安全な立ち上がり動作を促すことができます。

立ち上がり動作で手すりを使う理由は、お尻を座面から離して重心を持ち上げるためです。その瞬間が難しいために、手の力も借りられるように手すりを設置し環境を整えます。転ばないように安全を確保するという考え方は結果論であって、立ち上がり動作を自分の力でできることが本来の目的であり転ばないことにつながります。リハビリテーションの観点で考えると、手すりを使ってその人の持っている力を最大限に発揮してもらうための手すりが、自立支援を考えた手すりの提供といえるのではないのでしょうか。



ためになるけどゆい

## マツプラ質問箱

No.5



室内用手すり支柱に、  
手すり棒が入らないのですが？

サイズ間違えたのかな??

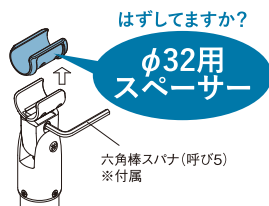


A

スペーサーと受け部を確認してみてください。

室内用手すり支柱はφ35・φ32どちらの手すり棒でもご使用いただける設計ですので、考えられる原因としては・・・

- ①φ32用スペーサーを取りはずさずに、  
φ35の手すり棒をはめようとしていませんか？



内径のサイズが  
きつかったら  
そりゃ入らんわ

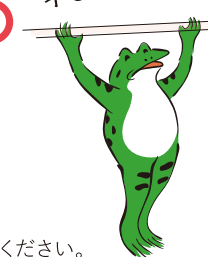


出荷時には、樹脂製の「φ32用スペーサー」が受け部にはまっている状態です。φ35の手すり棒をご使用になる場合は、これを取りはずしてから手すり棒を通してください。

- ②受け部が完全に開いた状態になっていますか？



握るためにはまず  
手を開かんとな



室内用手すり支柱の受け部は、仮固定しての作業がしやすいよう手すり棒を「握る」ような形状になっています。このため、ただ上から落とすだけでは手すり棒が入りません。付属の六角棒スパナを使って「受け締付ねじ」をゆるめ、受け部を完全に開いた状態にしてから、手すり棒を通してみてください。

