

今月は**車に乗るときの介助**です。お出かけの参考にしてみてください。

1. スペースをつくる



ドアを大きく開けるよう、
駐車場ではスペースを
空けて駐車する

シートはなるべく
後ろへ下げる

乗り込みやすいように
ドアは全開に！



2. なるべく深く座る



頭がぶつからない
ように、
前屈みにしながら…

すべり落ちない
ように、
なるべく深く座る



つかまる時は
ここがオススメ！



アシストグリップ
(取っ手)



ダッシュボード

窓枠
(窓は全開に)

3. 体が倒れないように支え、足は片足ずつ乗せる

足は片足ずつ
ゆっくり乗せる

*両足一緒に
上げると体が
後ろに倒れる
危険あり！



倒れないよう
支えながら…

*シートベルトは忘れずに♡
*身体機能や車種によっても
方法は異なりますので、お問い合わせ下さい

☆地域リハビリテーション研修会を開催しました！

1月22日、宮古市総合福祉センターにて第3回地域リハビリテーション研修会を開催しました。テーマは「寝室における環境設定」。環境設定とその理由について、知って感じていただきました。ご参加いただいた皆様、ありがとうございました。

麻痺側から起き上がる
大変さを体感中！

