

まんぼう通信

平成 29 年 11 月 1 日 No.37



みなさんこんにちは！

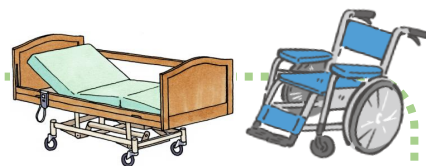
朝夕冷え込み、冬の陽気が近づいてまいりました。みなさまのお家でもこたつや暖房器具が出そろった頃ではないでしょうか？さて、今月のまんぼう通信は身の周りのことをお助けする便利な**福祉用具・自助具**についてのご紹介です。

福祉用具・自助具ってなに？

○福祉用具（ふくしょうぐ）

病気や加齢により、身体に何らかの障がいをお持ちの方の自立・機能訓練に役立ち、介護する方の負担を減らす役割をもつ道具。

例) 電動ベッド、車いす、寝室でも使用できるトイレ



○自助具（じじょぐ）

福祉用具の中のひとつ。身の回りの動作の中で、時間がかかったり、人の助けを必要としたりしていたものを、できるだけ楽に**自力で行えるよう**工夫や改良が加えられた「生活を補助する道具」。

例) ボタン留め自助具、背中が洗いやすいように改良したタオル、柄の太いスプーン



どうやって入手するの？

A. **福祉用具の販売店等**で販売しています

介護保険サービスの中には**特定福祉用具購入**というものがあります。

購入する前に該当するものかどうか担当ケアマネージャーにご確認ください。

例えば…

- ✿ポータブルトイレ(簡易トイレ)
- ✿入浴用椅子・浴槽用手すり
- ✿移動用リフトのつり具 などが対象となります！



お風呂の場合…（※ほんの一部です）



ループ付きタオル
背中を洗うのに便利です



浴槽用手すり
取り外し可能
使う時だけ装着！



バスボード
お風呂をまたぐのが
難しい方にオススメ♪



滑り止めマット
滑りやすい浴室で
大活躍！



シャワーチェア
高さ調節可能で
立ち上がりやすい！

寒い時期こそ水分補給を

汗が出ないので、うっかり水分補給を忘れることも多いこの時期。水分摂取が少なくなると血液はどろどろの状態になりやすくなります。また、秋～冬は寒さで血管が細くなり血圧が高くなりやすく、脳卒中や心筋梗塞を引き起こす可能性が高まります△

元気に冬を乗り切るためにも、1日あたり約 1.2ℓを目安として、積極的に水分を摂っていきましょう！

ペットボトル

約 3本分



一般財団法人訪問リハビリテーション振興財団
気仙沼訪問リハビリステーション
TEL:0226-25-8323 FAX:0226-25-8324

