



食事を楽しもう！自助具編

自助具とは、日常生活を快適に送るために、工夫された道具のことです。
つまり、生活するためのお助けグッズですね。
今回は、食事で使用する箸やスプーンの自助具をご紹介します。

ハネ付き箸

2本の箸が固定されていて、操作がしやすい。様々なタイプがある。



麻痺などにより
握力が落ちている方
手の細かい動きが苦手な方
利き手ではない手で箸を使う方
にオススメ



太い柄のスプーン

スプーンの柄の部分を実くすることで、握りやすく、操作しやすい。



握力が弱い方
指の関節がかたく曲げにくい方
にオススメ



柄を実くしても
使いにくい、
滑りやすい



スプーンやフォークの柄の部分に、
ゴムチューブを通すだけでも
滑りにくくなり持ちやすくなります！

ベルト付きにする



今回紹介した以外にも、生活のお助けグッズはたくさんあります。
「こんな時はどうすればいいか？」と疑問がある場合には、
スタッフにご相談下さい。一緒に検討していきましょう。