

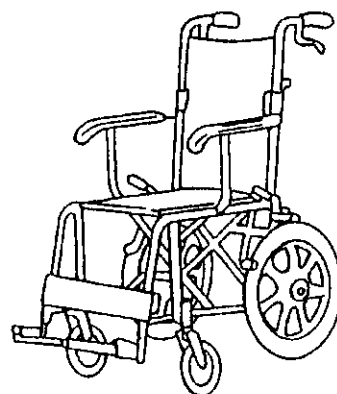
座り心地の悪いものに乗せられて、縛られたらたまらないよなあ。

A：本当は、ちゃんと普通のいすに座り換えたらいいのでしょうかけれど、車いすでもしようがないとすると、どうしたらいいの？

B：車いすのオーダーメイドもいいけど、身体状況の変化や再利用のことも考えると、「モジュール型」の普及も必要だね。納期も早いし、部品の組み替えができて、車輪やシートの位置も調整できる。11ページにイラストが載っているよ。

A：それはいいわね。

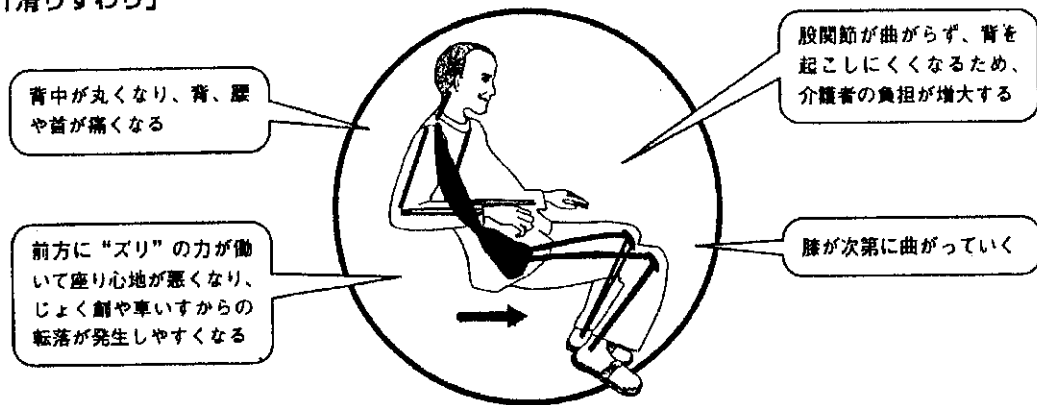
○ 高齢者施設においては、確かに日中ベッドで寝たきりになっている高齢者はかつてに比べて激減したが、一方で車いすに座りきりという生活をしている高齢者がよく見られる。そして、そうした高齢者が座っている車いすは、座面と背面がシートでできた折りたたみ式（右図）のものであることが多い。



こうした車いすは、短時間の移動が目的であればともかく、長く座る場所としては不適當であることから、立ち上がり能力の減退や座位保持能力の低下により、転倒、ずり落ち等の事故が発生する可能性が高くなり、結果的にそれを回避するために身体拘束につながりかねない。

○ 特に、こうした座るための機能が十分ではない車いすの利用によって、座ることによる苦痛を和らげるために、すべり座り、斜め座りといわれる高齢者特有の座位を取ることが多くなり、結果として、いすからのずり落ちといった事故が発生しやすくなる（そして、それを回避するために身体拘束につながる）だけでなく、関節の変形や仙尾骨部の褥瘡発生の原因となる。また、厚い座布団などを安易に使用したために、ずり落ちを助長させているような場合もあるので留意が必要である。

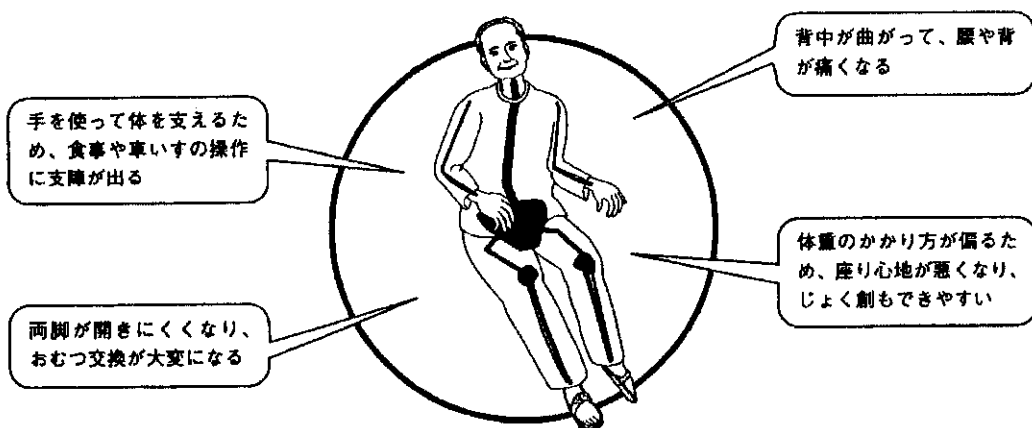
### 「滑りすわり」



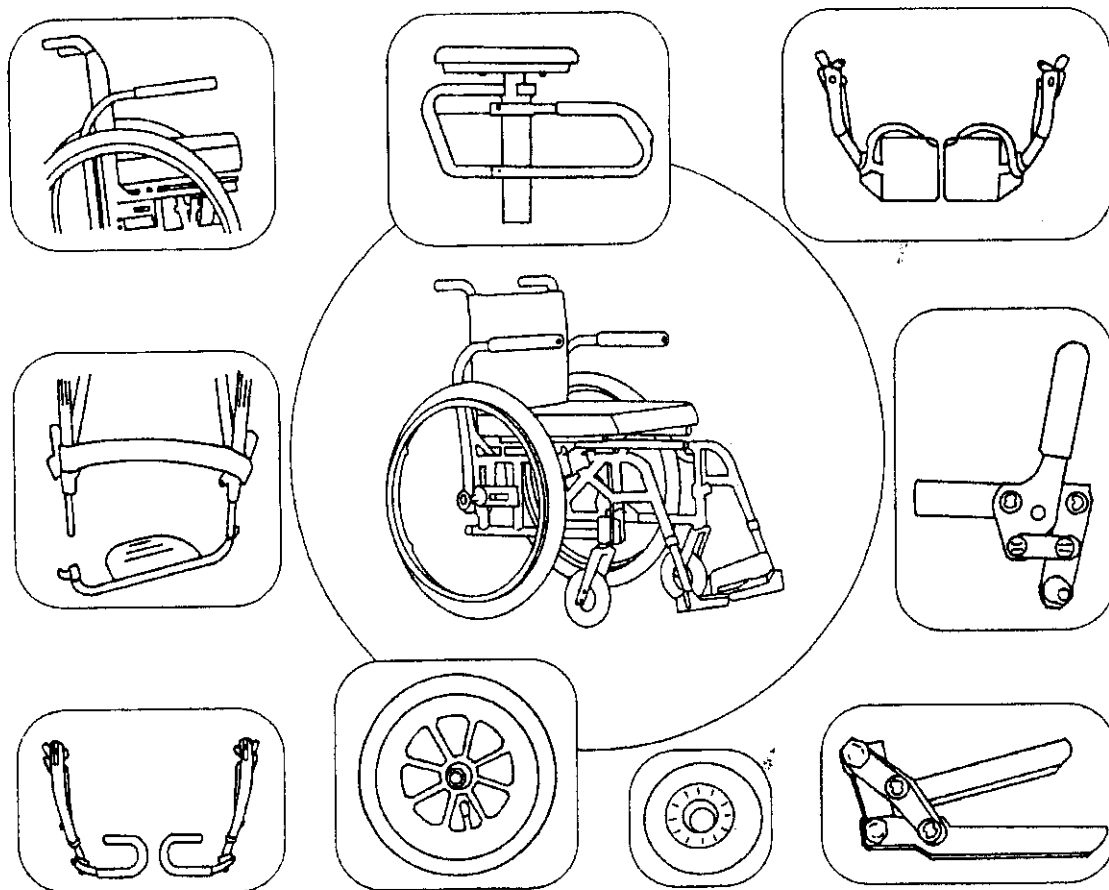
座り心地が悪くなり、じょく創が発生する

いすにもたれているので、体が動かしくくなる

### 「斜めすわり」



- 本来であれば、ある程度の時間座り続けているのであれば、車いすで移動して、その場所でいすに座り換える方が望ましいが、仮に車いすにいすとしての役割を求める場合には、高齢者の身体状況、体格等に適合させることが必要である。しかしながら、個々の高齢者ごとに適合した車いすを製作すると、納品までに時間を要し、また、高齢者特有の身体状況の変化等を考えると、むしろ、容易に部品の組み替えができ、車輪やシートの位置を調整する機能の備わったモジュール型車いすの導入も望まれる。



#### モジュール型車いす

部品の組み替えができ、車輪やシートの位置を調節できるフレームをベースとする車いすで、組み方によって別の車いすに変更できる。納期が早く、製品を入手した後も、座幅以外の各部の寸法の調整ができるものが多く、利用者の身体状況等にに合わせて調節していくことが可能であり、他の利用者への再利用も容易になる。

- また、既存の折りたたみ式車いすについて、身体に適合するよう整形された座面や背もたれをシートの代わりに取り付けるなどの改良を行うことも有効であり、実際にこのような工夫が行われ始めている。
- 重要なのは、高齢者の生活行為や身体状況に応じた最適な車いす、例えば、自ら車いすを操作できる場合は自走用の車いす、介護職員の操作による移動のみを目的とした折りたたみ式車いす、いすとしての機能も有するモジュール型車いす等を用意して使い分けるようにするとともに、車いすに関する専門的な知識を有する職員の養成や配置、適合（フィッティング）技術の向上を図ることが必要である。

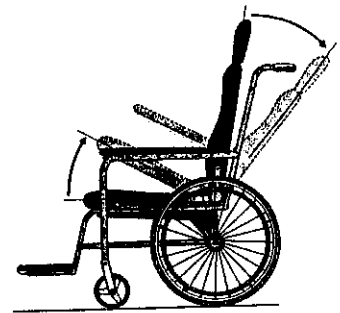
## [フィッティングのポイント]

- ・形状や傾き、背もたれ角度の適合
- ・背面の角度を変えられるリクライニング機能
- ・背面と座面の位置はそのままに全体の角度を変えられるティルト機能
- ・座面については褥瘡予防のための体圧分散機能
- ・二次的変形を防止するために、基本的姿勢を維持する機能（必要に応じて腰当などのクッションの使用も有効）
- ・ずり落ちの防止のための座位保持の検討  
（身体の大腿・臀部、背部、下腿部、足部、頭部を後方及び側方からパッドなどで保持するとともに、これらの位置関係を容易に変更できる。）

### 解説<ティルト機能>

ある肢位を維持したまま、全体として角度を変えられることができる機能。全体の角度が変わると、①臀部にかかっていた力を背中で受けるなど、当たる位置が変わる、②姿勢が重力でつぶれない、③身体を戻したとき、身体のずれが少ないなどの利点がある。

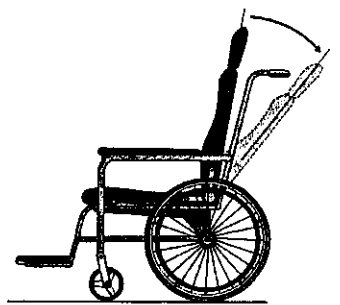
しかしながら、ティルトの角度によっては身動きできなくなり、身体拘束と同然の状態になるので注意が必要である。



### 解説<リクライニング機能>

背面（バックレスト）が後方へ傾き、座面との間の角度を変えられることができる機能。これにより食事をとるときやテーブルで作業を行うときは、背面を起こして使い、休養するときには背面を倒すことができる。また、移動時に安定した座位を確保する必要がある場合などにも役立つ機能である。

しかしながら、背面だけを傾ける機能なので、滑り出しの姿勢となり、ずり落ちやすくなる場合があるので注意が必要である。なお、ティルト機能も併用できるようになっていれば、ずり落ちは最小限になり、適切な座位姿勢を保持しやすい。



- なお、危険への認識が持てず突然車いすから立ち上がるなど、痴呆を始めとする精神的要因により発生しうる事故については、車いすの改善だけでなく、なぜ高齢者がそのような行動に至ったか等の原因（例えば、トイレに行こうと思って立ち上がる、座っていることが不快で立ち上がる等）を分析し、介護の方法も含めた総合的な取組みが重要である。

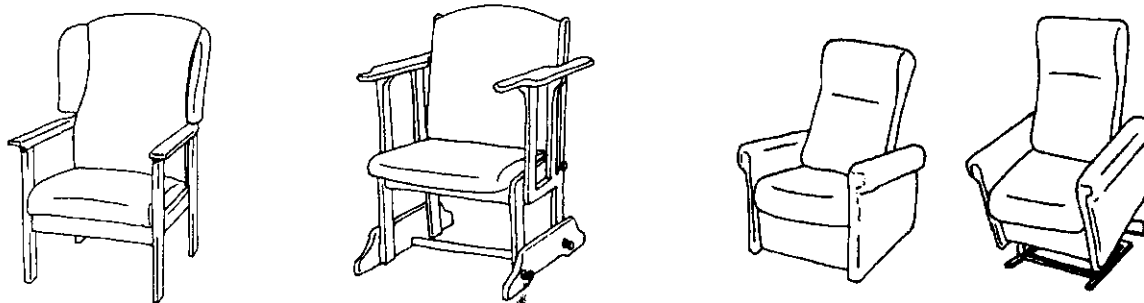
## ②いす・テーブル

- A：いすも車いすと同じようにフィッティングが大事なんじゃない？
- B：考え方は同じだけど、食事、作業、休息とかの目的に合わせることも重要だね。
- A：テーブルはどうなの？ この前行った老人ホームでは、車いすの肘掛けが入る高さの「高いテーブル」が使われていたわ。テーブルがお年寄りの首のあたりの高さなんだけど、これでは、食べにくいのではないかしら？
- B：ギロチンテーブルだね。これだと、ひとりで食べられるお年寄りも、介助が必要になってしまう場合があるし、だいいち、うまく食べられないでこぼしてしまうかも。
- A：そうね。お年寄りの体格や車いすやいすとのバランスも考えていすやテーブルを備えないといけないのね。
- B：そう、だから一概に「この高さ」とは言えないのだけど、肘掛けが入る高さ、例えば75cmとかでは高すぎるね。車いすに合わせてすると肘掛け程度の高さかな。普通のいすを使う場合でも、考え方は同じだね。

- 我が国の生活習慣である、床に座っての生活は、立ち座りや自力で座位を保つことが困難になると、ふとんで横になることにつながり、横になっている時間が長くなれば、立ち座りや座位を保つことがさらに困難となり、寝たきりとなる可能性がある。

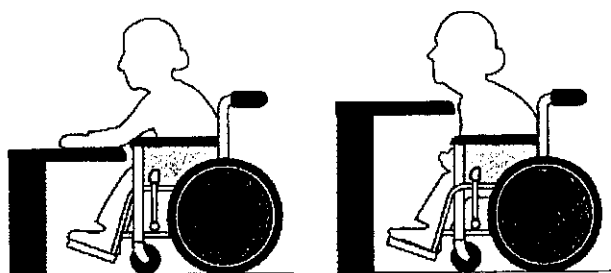
一方、いすからの立ち上がりは、床からの立ち上がり比べて楽であり、いすの背もたれは座位の保持を助け、総じて身体機能が低下した場合でも起きていることを補助する道具として有効である。

- 自立を支援したり、要介護度が重くならないようにしたりするためには、いすを利用した生活とすることが望ましいが、座れば何でも良いというのではなく、車いすと同様に、高齢者の生活行為（食事、作業、休息等）や身体状況に適合した「いす」を利用できるようにすることが必要である。



- 左：ゆったり過ごせる背もたれが比較的高いいす  
中：身体に合わせて調節できる安定したいす  
右2つ：立ち上がりを助ける電動いす

- また、いすとあわせてテーブルの高さ等も重要である。高齢者施設によっては、テーブルの高さを、車いすの肘掛けがテーブルの下に入る高さに設定している場合



がみられるが、座高の低い人は首しか出ず、これでは食事や作業をすることが困難となる（右図）。これは、いす又は車いすとテーブルによって、実質的な身体拘束を行っていると言うことができる。

- こうした身体拘束を回避するためには、多様な高さのいすやテーブルを用意することが大切である。また、安全で簡単に高さを調節できるいすやテーブルを導入するのも解決法の一つである。

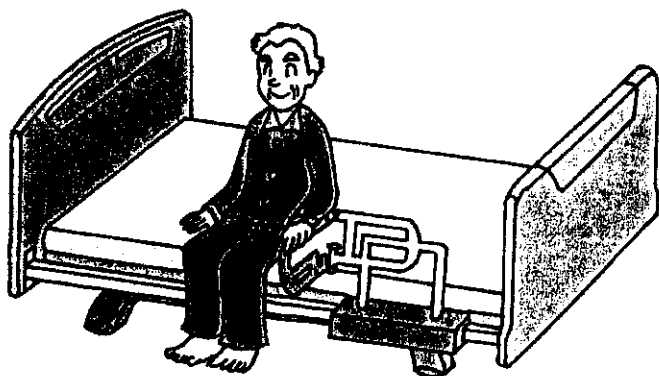
### ③ ベッド

- A : ベッドは、立ち上がりには便利だけど、お年寄りが転落してけがをすることがあるわよね。それで、柵をはりめぐらしたり、縛り付けているケースがあると聞いたけど。
- B : 転落してもけがを少なくするには、「低いベッド」を使うのも一つの手だね。あと、幅の広いベッドにするとか。
- A : ベッドを低くすると、介護をする人が腰痛になったりしない？
- B : よく言われるんだけど、低いベッドでおむつの交換をするには膝をついてするので、必ずしも腰痛になるというもんじゃない。それよりも、医療的なサービスによっては、ある程度の高さが必要だったり、幅の狭い方がいい場合もある。
- 腰痛を心配するんだったら、ベッドから車いすへ移るときに、スライディングシートや移乗用ボードを使ったり、リフトを使ったりすることも考えないと。
- A : 落ちたときのために床にマットを敷いておくというのはどう？
- B : ケースバイケースだね。危険なのはベッドからの転落だけじゃなくて、立ち上がって歩き始めた時とかの転倒も多いので、マットが原因で滑ったりつまづいたりしないようにしないとね。
- A : それならベッドからの立ち上がりに役立つ、介助バーなんかも有効ね。

- ベッドを利用した生活は、床に敷いたふとんを利用した生活に比べて、立ち上がりが容易であり、端座位たんざいをとるなどによってADLの自立を促進し、

寝たきりとならないという効果を有するものである。しかしながら、麻痺や筋力の減退などによる歩行障害に痴呆が伴っていたり、寝ぼけなどで和室で暮らした習慣を思い起こし突然立ち上がるなど、そこからの転落や転倒という危険性があることも事実であり、こうした危険を回避するために身体拘束へとつながっていることがある。

- このような身体拘束を回避するためには、ベッドそのもの、あるいはその周囲について工夫をこらすことでこうした危険性を低減することが必要と考えるが、その一方で、ベッドから車いすへの移乗の介助をはじめ、ベッドは介護者によるサービス提供の場所となることも多いことから、この両面からの配慮が必要である。



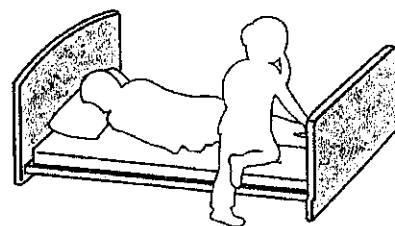
たんざい  
端座位（安定してベッドの横に座った姿勢）をとるためには、足底を床につけ、マットレスにしっかりと腰をおろせる高さにベッドを調節することが重要である。また、立ち上がりをより容易にするためベッド用手すりを使用するなど、ベッドの付属品を適切に利用することが重要である。なお、端座位がとれる高さであれば、誤って落ちた場合の衝撃も少ない。

- 従来、高齢者施設では、医療や介護サービスの提供の観点から、ベッドの高さは比較的高めに設定されている場合が多いが、完全な寝たきりではなく端座位がとれる場合には、足底が十分に床につく高さに調節すべきであることから考えても、利用する高齢者から見たベッドの高さは、従来より低い方がよく、またそうしたベッドとすることで事故発生時の衝撃の緩和も可能となる。

- また、事故防止という点では、転落や、ふとんのずり落ちを防ぐため、ベッド柵が用いられることがあるが、寝ぼけている場合や痴呆がある場合等には、ベッド柵を乗り越えようとして転落し、ベッド柵のなかった場合に比べて、かえって重度の傷害を招きかねない場合がある。

転落などの事故への対応としては、高さが調節可能なベッドを用いたり、転落地点に衝撃緩和のマットを敷いておいたりすることも一案である。ただし、安易なマットの使用は、マットにつまづいたり、マットそのものが滑ったりするおそれがあるなど、かえって危険を生ずる場合もあるので、注意が必要である。

- 一方で、転落時の衝撃緩和のためベッドを低くすることと、介護職員の腰痛を予防するためにベッドを高くすることは相反するとの意見がある。確かに、利用者に提供する医療・介護サービスの内容によっては一定の高さがあった方が適当であることもあるものの、

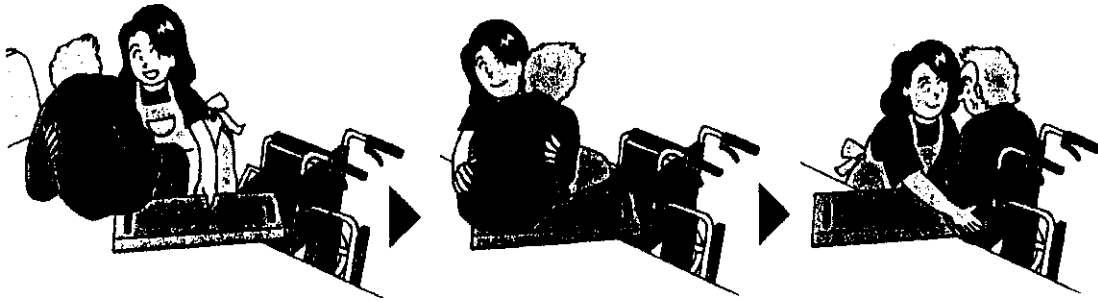


多くの利用者については、低いベッドを利用する場合でも、介護職員がベッドに膝をついておむつ交換（上図参照）などを行うことにより負担を少なくすることは可能であり、介護の方法についても改めて検証してみる必要がある。

また、サービスを提供する時には高く、就寝するときには低くすることができるベッドを導入することにより、サービス提供時の必要な高さの確保と転落等の事故の減少の両立を図ることが可能である。

- 介護職員の腰痛予防という観点からは、ベッドの高さの問題よりもむしろ、ベッドから車いすへの移乗の介助の方が大きな問題である。このため、
  - ・スライディングシート及び移乗ボード
  - ・介護用リフトの活用などについても検討する必要がある。





移乗ボードを使って車いすに移乗

福祉用具を活用することで、立ち上がっての移乗介助より負担が小さく、自力での移乗も楽になる場合が多い。離床の機会を増やすことにもつながる。

- また、ベッドの幅についても、一般的な高齢者施設のベッドは家庭で使用されているシングルベッドや敷きふとんの幅（100cm程度）より狭く、寝返りや立ち上がり時の転落の一因ともなっている場合がある。一方で、幅が広すぎると、利用者に提供する医療・介護サービスの内容によっては不適切なケースもある。

このため、一律に幅を規定するのではなく、高齢者の身体状況やサービス内容に応じてベッドを選択できるような体制を整備することが必要である。

- さらに、ベッドから離れようとするときに転倒等の事故が起こる場合も少なくないが、ベッド用手すりの活用によって、こうした事故を防止することも可能である。

#### ④その他の福祉用具

A：福祉用具って、高齢者の自立を助けたり、よりよいケアをするための道具なんだよね。

B：でも、介護する側の都合で何でもやってしまうのは良くないこともあるんだ。例えば、ジャムのビンのふたが開けられない時に、開けてあげるといのはてっとり早いけど、これだと食べたいときに食べられないじゃない？ ふたを開けるための用具を使えば、好きなときに食べられる。つまり、自助具なんかを使って、できるだけ自分でやれるようにすることかな。

A：車いすにしてもそうね。歩くのが不安定だからって、すぐ車いすを使わせるのではなくて、歩行器を活用する方がいい場合もあるのよね。

B：歩行器や靴は床材との相性もあるけど、つまづいたり、滑ったりしないようなものを

選ばないといけない。

A：それと、痴呆性のお年寄りが人間らしく生活をするためにレクリエーション用具の導入も効果的かもね。

- 身体拘束を行うことなく、転倒、行方不明等の事故を防止するためには、ベッドから離床したことを知らせる離床感知センサーや、PHS（簡易型携帯電話）やGPS（全地球測位システム）を活用した感知機器等を活用することが考えられるが、プライバシーの保護の観点からの検討や、精神的な拘束にならないような配慮についても十分に行うことが必要である。
- また、身体拘束に車いすが大きく関わっていることは既述のとおりであるが、高齢者の自立というそもそもの観点からすれば、歩行機能に支障が出れば直ちに車いすを使用するというのではなく、歩行器の活用も検討するなど、高齢者の残存機能を活かすことも重要である。
- なお、ベッド上で食事、排せつ、入浴など全てが可能といった福祉用具は、かえって寝たきりや身体拘束を助長しかねない側面があるということにも留意しなければならない。
- また、福祉用具ではないが、生活を楽しくするため、レクリエーション用具、AV機器、情報通信機器等を適宜活用することも重要である。

### （3）福祉用具の適切な使用と普及のための課題と方策

A：福祉用具の改善も必要だけど、福祉用具をちゃんと選んで使えるようにすることが重要よね。だって、お年寄りはどうなものを選んでいいのかわからないじゃない。

B：そうだね。フィッティングの技術の活用や、理学療法士や作業療法士といった中間ユーザーがもっと知識を持って活躍してもらわないと。

A：それと、在宅の時に使っていた車いすが、老人ホームに入るときに、そのまま使えないっていうのも変よね。

B：確かに福祉用具というものが軽視されてきたんだろうね。お年寄りが生活をする上で基本的なものなんだから、使う人を中心に考えたいなあ。

A：老人ホームが買うにしても、値段が高すぎるわよね。

B：部品の共通化や、流通のしくみを見直して、使いやすく良い製品が、早く、安く届くようにならないと普及しないね。

A：それと、今後の研究開発なんかに期待するところもあるわね。

B：まずは、それぞれの用具について、簡単にフィッティングできるようにすること。それから、フィッティング技術そのものを確立するなかで、具体的な数値を示していく必要があるね。

A：これから身体拘束の廃止に向けた取組みの中で、介護のやり方も変わっていくでしょうし、現場からの発想を踏まえた研究開発も必要ね。

B：お年寄りが使ってみたくくなるような魅力的なデザインにすることも大事だね。

## ①福祉用具の適合技術の確立

○ いかにも優れた福祉用具であっても、適合技術が確立していなければ、機能を十分に活かすことはできないし、実際の使用に当たって高齢者の状態に合致させることも困難になる。

○ わが国では福祉用具の開発努力に比べて、適合技術の面が立ち遅れているように思われる面があり、さらに研究が必要と考える。特に、身体条件のみならず、精神的要因をも配慮した適合技術が必要とされている。

また、福祉用具そのものだけでなく、居住環境、提供される介護サービス等を含めた高齢者を取りまく環境全体に関して、システムとして検討することが必要である。

(必要とされる適合技術の例)

- ・ 居住環境や生活習慣を考慮して高齢者に最も適した種類の福祉用具を選ぶ適合技術
- ・ 高齢者の身体に最も適した福祉用具を選択、調整する適合技術
- ・ 福祉用具の導入に必要な居住環境の改善等の生活環境の再整備に関する技術

## ②中間ユーザーへの知識の普及

○ 一般の高齢者は、福祉用具の適合に関する専門的知識は全くないことから、作業療法士や理学療法士等の専門職によるアドバイスが不可欠である。しかしながら、福祉用具の適切な選択と使用のための技術については個人差が大きいのが実状である。また、これらの専門職は、高齢者施設においては、施設職員としての制約などから、訓練業務が中心とならざるを得ず、福祉用具

の選定に携われない結果、余計な業務という理解にとどまっていることも多いように思われる。

- このため、これらの専門職が積極的に福祉用具の適合業務に参加するための環境を整備するとともに、具体的な場面における福祉用具の有効利用や身体状況等への適合のためには、専門職だけでなく介護職員等も福祉用具の知識を得ることも不可欠であり、このような「中間ユーザー」への知識の普及のため、教育過程でのカリキュラムの充実、研修や研究の場の整備、適合技術の伝達等を専門的に行う拠点の整備等が必要である。また、福祉用具関係者（メーカー、流通等）も、自社製品についてはアドバイスを行うことができるよう、必要な知識を持つことが求められている。
- さらに、福祉用具に係る講習会の開催や、ビデオ、CD-ROM、インターネットなどのメディアの活用により、広く知識の普及を図るとともに、中間ユーザーと福祉用具関係者（メーカー、流通等）が単なる発注・供給の関係でなく、情報交換等を通じて商品の開発を行うなど、協力関係を築くことが重要である。

知識の普及方策の事例)

- ・福祉用具の導入効果等に関するDVD（（財）テクノエイド協会作成）
- ・テクノエイド協会等の福祉用具に関する様々な情報を提供するホームページ
- ・介護実習・普及センターにおけるビデオや図書の貸出

- 特に、中間ユーザーの介護現場での様々な工夫やノウハウは貴重なものがあり、福祉用具の開発・生産現場への反映や、これらを収集、整理・分類するためのデータベースの構築によって知識の共有化を図ることも有効である。

### ③高齢者施設における適切な福祉用具の利用

- 高齢者施設では、全員に同じ車いすやベッド等を利用してもらった方が、