



介護方法を知ろう



～いつまでも普通に楽しい暮らし～

## 『介護方法』の基礎知識

今年度は、市内の介護保険サービス事業所などに勤務する介護福祉士の皆さんの協力を得て、家庭で介護を行う際のポイントを伝えていきます。

「歩行車」や「シルバーカー」を

正しく選びましょう

### ① 歩行車とシルバーカーの違いは？

【歩行車】

福祉用具で、自力での歩行が難しい人も使用できる、歩行を支えるためのものです。

【シルバーカー】

外出や買い物の時に使うもので、自力での歩行が難しい人には適しません。



シルバーカー

歩行車

歩行車では足や体の一部が枠に収まり、いい姿勢を保てます

### ② 選ぶときのポイント

【使う場所は段差が多い？】

段差がある場合は、タイヤが大きいほど乗り越えやすくなります。特に前輪の大きさを確認しましょう。また、軽いものを選びましょう。



【ブレーキを確認】

次のことを確認しましょう。

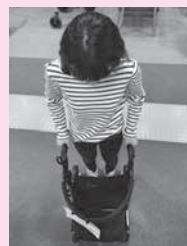
- ・ブレーキレバーにしっかりと指が届くか
- ・力を入れてレバーを握ることができるか
- また、駐車するときはブレーキロックできるものを選択しましょう。

【座って一服する？しない？】

途中で座って休憩したい場合は、座面付きのものを選びましょう。歩行車は、立ち位置を変えずに体を回して座る形式なので、安全性が高いと言えます。



車の前に回り込む必要がある



その場で座ることができる



シルバーカー



歩行車

これらの他にもポイントはあります。家の中や外出先で転ばず安心して歩けるよう、自分に合ったものを選びましょう。