

## はじめに

---

「くるまいす」の初版発行は、各地で障害のある人の生活圏を拡大するための「福祉のまちづくり運動」が始まった1977年です。車いすでまちに出るには環境が十分に整備されていないために、困難なことが多い時代でした。このようなまちの状況で「自由に生活をしたい」という障害のある人たちを支援するボランティアの手引書として本書は発刊されました。

その後1981年の国際障害者年をきっかけに、各地で障害者福祉を進める取り組みが活発になり、道路の段差解消や車いすトイレの設置、公共交通機関へのアクセスなどが少しずつ改善されるようになりました。

本書では車いすを利用する人の介助方法の一部を紹介しています。介助の方法は一つだけでなく、いろいろな方法があります。介助される人の障害の程度や状況、介助する人の状況や人数、場所などによって、介助の方法は違ってきます。本文中の介助のポイントでもふれていますが、安全で上手な介助をするためには、いくつかのポイントを守ることが大切です。本書が車いすを利用する人への理解を深め、誰もがお互いに“人間”としての“おつきあい”を発展させていくための一助になればと願っています。

# 目次

## 1. 介助のポイント 4

- 1) 車いす利用者を介助するときのポイント..... 4
- 2) 車いすの自力操作について..... 5

## 2. 車いすの種類と構造 6

- 1) 車いすの種類..... 6
- 2) 車いすの各部の名称..... 8
- 3) 各部のチェックポイント..... 9
  - ①車いすと体の適合性のチェック..... 9
  - ②ブレーキのチェック..... 9
  - ③ハンドグリップのチェック..... 10
  - ④取り外し部分のチェック..... 10
  - ⑤タイヤのチェック..... 10
  - ⑥総合的なチェック..... 10
- 4) 部品の種類とアクセサリパーツ..... 11
  - ①ブレーキ..... 11
  - ②フットレストとレッグレスト..... 11
  - ③アームレスト..... 12
  - ④ハンドリム..... 12
  - ⑤いろいろなアクセサリパーツ..... 13
- 5) 各部の調整と修理..... 13
  - ①ブレーキの調整と修理..... 13
  - ②フットレストの調整と修理..... 13
  - ③クッション、パッドの利用..... 13
  - ④タイヤの空気圧..... 13

## 3. 車いす利用者の介助 14

- 1) 基本編..... 14
  - ①車いすを折りたたむ・ひろげる..... 14
  - ②車いす利用者をかかえる..... 15
  - ③車いすの押し方・ブレーキ..... 17
  - ④キャスターを上げる..... 18
  - ⑤段差を越える..... 19

|                 |    |
|-----------------|----|
| ⑥みぞを越える         | 21 |
| ⑦トイレ            | 22 |
| 2) 応用編          | 24 |
| ①道路／不整地（平地・砂利道） | 24 |
| ②坂道             | 25 |
| ③階段             | 26 |
| ④電車             | 28 |
| ⑤乗用者（タクシー）      | 29 |
| ⑥バス             | 31 |
| ⑦エレベーター         | 32 |
| ⑧エスカレーター        | 33 |
| ⑨新幹線・飛行機        | 34 |

#### 4. 車いす周辺機器 35

|           |    |
|-----------|----|
| 1) 段差解消機  | 35 |
| 2) 階段昇降機  | 35 |
| 3) 動力補助装置 | 36 |
| 4) 簡易スロープ | 36 |

#### 5. 車いす利用者への配慮 38

|                       |    |
|-----------------------|----|
| 1) 一般的な配慮             | 38 |
| 2) 視力が低下している人に必要な配慮   | 38 |
| 3) 認知機能が低下している人に必要な配慮 | 39 |

#### 6. 車いすの購入について 40

|                      |    |
|----------------------|----|
| ★コラム1 「息をあわせる」ことの大切さ | 5  |
| ★コラム2 車いすの操作に必要な広さと幅 | 23 |
| ★コラム3 車いす利用者の旅行      | 34 |
| ★コラム4 車いす利用者の不便と不愉快  | 37 |

# 1. 介助のポイント

---

## 1) 車いす利用者を介助するときのポイント

車いすを利用している人を介助することは誰にでもできます。しかし、だからといって安易に「やればいい」というものではありません。介助するにはいくつかのポイントがあります。安全で上手な介助をするために、次の7つのポイントを守りましょう。

### 【ポイント 1】

なにをしてほしいのか、まず聞きましょう！

車いすを利用している人だからといって、すべてに介助が必要というわけではありません。相手の気持ちをよく確かめてから。

### 【ポイント 2】

どのように介助してほしいか、本人の意思を尊重して！

見た目ではわからなくても、障害の種類（場所）や程度は人それぞれです。できるだけ本人の望む方法で…。

### 【ポイント 3】

わからないことはやらない。無理をしない！

危険（ケガ）につながります。安全を第一に…。

### 【ポイント 4】

周囲の人に協力を求めましょう！

その場合、安全な方法を事前に打ち合わせて…。

### 【ポイント 5】

車いすを利用する人との対話（会話）を大切に！

一方通行の介助になってはいけません。コミュニケーションを大切に…。

### 【ポイント 6】

介助をするときには、できるだけ軽装で！

スカート、アクセサリ（指輪、ブローチなど）が車いすに引っかかったりします。腕時計もはずしておいた方がいいでしょう。また、足を踏ん張ることもあるのでかかとの高い靴は避けたほうがよいでしょう。

### 【ポイント 7】

姿勢にも注意！

無理な姿勢は腰などを痛めます。介助動作も不安定になります。



## 2) 車いすの自力操作について

車いすを自力で操作できる人は数多くいます。脊髄損傷の人のように両足が不自由でも両手で車いすを操作している人もいれば、脳卒中の後遺症で半身が不自由になった人で片手と片足を上手に使って車いすを操作している人もいます。車いすの操作方法は人それぞれですが、自力で操作しやすいように座る位置や姿勢、個人の体形に合わせた車いすを使用することで操作がしやすくなります。

こんな姿勢でやっと操作していた人でも



のけぞった座り方では腕に力が入らない。

ちょっと座る位置を直すだけで操作しやすくなります。



体を前方に傾け腕に力を入れやすいようにする。

### ★コラム1 「息をあわせる」ことの大切さ

- 車いすでまちに出ると、ときどき「押しましょうか」と声をかけられます。たまたま車いすのことを知らない方に押ししていただき、段差にキャスターをぶつけた弾みで車いすから落ちてしまいました。お手伝いいただける気持ちはうれしいのですが、慣れていない人に押しってもらうときは緊張することがあります。
- 重度の方には、首の安定していない方がいらっしやいます。段差を越えるときやガタガタした道を歩くときは、首の位置がずれないように細心の注意を払うように心がけています。また、車いすの後ろのポケットにはベルクロがついているので、スカートだとストッキングを引っかけてしまい「デンセン」させてしまいました。(介助者)
- 電動車いすではアームレストやステップは取り外しできるようになっているものがあります。階段を担ぎ上げるとき、お手伝いいただける方にその場所を持たないようお願いしますが、怪訝な顔をされる方がいます。あらかじめ「どこを持ってばいいですか」と声をかけてくれるととても気持ちが楽になります。