

## 障害体験 ー車いす・杖の体験実習ー

### ① 車いす実習



車いすによる坂道の昇降



車いすによる段差昇降

#### 坂道の昇降：

坂道を上るときは前進で昇る。介助者の体重を前方にかけるようにして押す。

降りる時は、坂が急な場合には後ろ向きで降りる。介助用ブレーキがあればブレーキを軽くかけながらゆっくりと降りる。進行方向（後方）の安全を確認する。

#### 段差昇降：

段差を昇るときは、ティッピングレバーを前下方に踏みグリップを後下方に引いてキャスターを持ち上げる。駆動輪が段差に接したらキャスターをゆっくりと降ろし、駆動輪を押し上げるようにして段差を乗り越える。

段差を降りるときは、後ろ向きで降りる。駆動輪が下段に接地してからキャスターを上げ、段差を越えることを確認してからゆっくりとキャスターを降ろす。

### ② 杖歩行実習



松葉杖による階段昇降

松葉杖の全長および握りの高さを調節する。腋窩部には神経や血管が走行しているため、最上部の横木の部分には体重をかけずに握りで体重を支持し、横木は上腕部と体幹部ではさむようにする。

患肢を完全に免荷した状態での階段昇降：

昇るときは、健側の下肢から昇り杖を同じ段に揃える。降りるときは、杖を先に一段降ろし健側の下肢を揃える。

患肢を部分的に免荷した状態での階段昇降：

昇るときは、健側下肢から昇り杖と患肢を同じ段に揃える。降りるときは、杖と患肢を先に降ろし健側の下肢を揃える。