

支援のポイント

車いすに乗っている方への配慮のポイント ~段差や溝がある場合~

1 昇るとき

- 昇る手順は「車いすを傾けます」と声をかけます。
- ① ティッピングレバー（後輪の内側の棒）を踏み、
 - ② 同時にハンドグリップ（持ち手）を押し下げて前輪キャスターを上げます。
 - ③ 後輪だけでバランスを保ちながら段差に近づきます。
 - ④ 前輪キャスターを段に乗せてから、後輪を押し上げます。

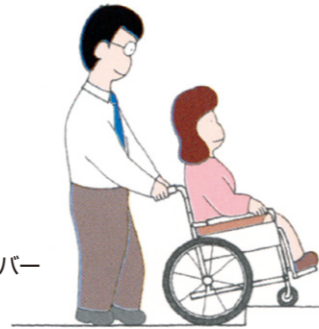


2 降りるとき

- 降りる手順は、後ろ向きになり「降ろします。」と声をかけます。上がる時と逆の要領で、車いすの背を身体で支えながら衝撃を与えないようにそっと降ろします。



ティッピングレバー



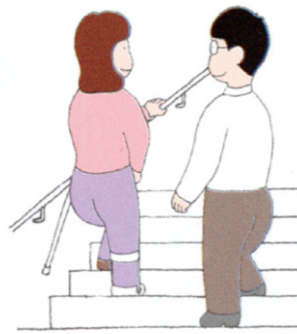
3 小さい段差や溝があるときは、斜めに通るか、後向きで通ります。

- 車いすは、少しでも段差や溝があると前輪のキャスターがつかえたり、はまり込んだりします。

杖を使っているかたへの配慮のポイント

1 杖を利用しているかたが階段を昇る時は斜め後ろから介助してください。降りるときは本人の一段したの斜め前に立ち、横向きに降りてください。

- 杖は、片側にまとめて持つなどして、手すりを持ったほうが安全です。



2 両松葉杖のかたなど、書類を持つのに支障がありそうときは、

- 「書類を持てますか」
「ご一緒に、お持ちしましょうか。」
など適宜たずねてください。



「障害のあるかたが利用できる建物、施設」であることを示す、世界共通の国際シンボルマークです。

*このマークはすべての障害者を対象としたもので、特に車いすを利用する障害者のかたを限定し使用されるものではありません。

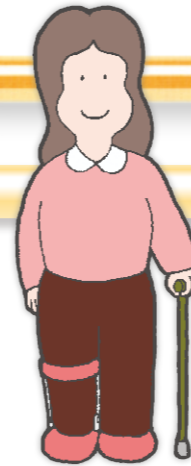
本リーフレットは障害のあるかたと、より良いコミュニケーションを築くきっかけとなることを願って作成しました。さらに詳しい内容は「障害のあるかたへの接遇マニュアル」に掲載されています。詳しくはホームページをご覧ください。
(<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/shinsho/index.html>)

平成 28 年 10 月

発行：東京都心身障害者福祉センター 東京都新宿区神楽河岸 1-1 セントラルプラザ
電話 03-3235-2952

東京都
再生紙を使用しています

肢体不自由のある方への理解のために



肢体不自由って、どんな障害

病気やケガなどにより、**上肢・下肢・体幹**の機能の一部または全部に障害があるために、**立つ・座る・歩く・食事・着替え・物の持ち運び・字を書く**などの日常生活上の動作が困難になります。

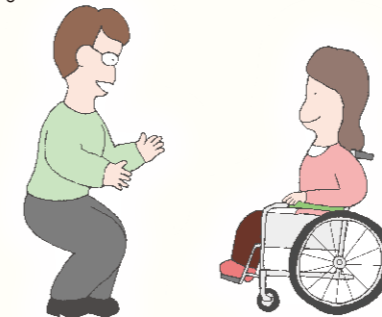
介助者の心構え あ い こ の気持ちで



あ 相手の立場・目線で話す

車いすを利用の方とお話をする時は、心身に負担をかけないように、少しかがんで同じ目線でお話して下さい。

杖を利用の方とお話をしたり、書類を書いていた時は、いすを用意するなど相手の方に合わせた配慮をして下さい。



い 意思を確認する

障害の状況や必要とする介助は、人により様々です。
「何をしたいのか？」
「どんな方法が良いのか？」
ご本人の意思を十分に確認することが、支援の第1歩です。



こ 声をかけてから支援する

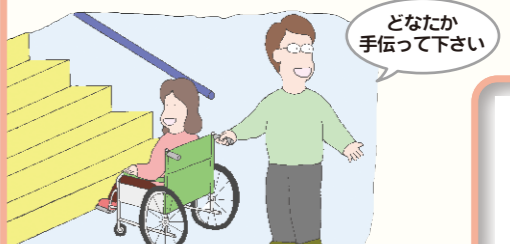
何も言わずに、突然、車いすを押すなどの支援を始めると相手の方は驚かれたり、不安や不快に感じます。

「車いすを押しましょうか？」
「次は右に曲がります。」
などの声をかけ、相手の意向を確認してから支援をして下さい。



無理はしない で !!

介助には、複数の人が必要な場合もあります。無理な介助は、腰痛や関節をいためる原因となります。また、介助される方にとっても危険となります。1人では無理な場合は、周囲に協力を求め、安全な方法で行って下さい。



例えば、こんなことに困ることがあります

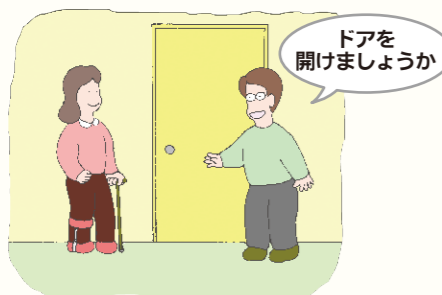
立つ、座る、歩くなどの動作が困難な方がいます。

下肢や体幹のまひや欠損、筋力低下、骨や関節の変形、不随意運動（自分の意思と関係なく身体が動く）などにより機能障害のある方の中には、**立っている、座るといった同じ姿勢を保つことや立ち上がる、歩く、段差の昇降などの起居および移動動作が困難な方がいます。**

移動の補助として「杖」「歩行器」「車いす」「装具」などを利用されている方もいます。

こんな時は、声をかけてからお手伝いをお願いします。

● 手動のドアの開閉の時



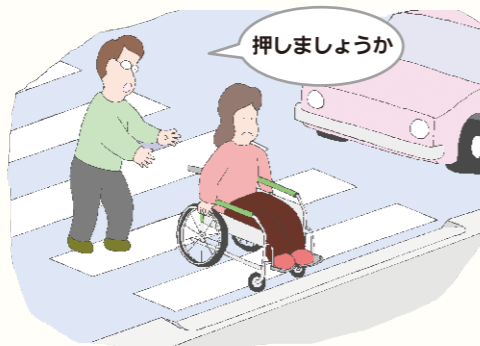
● 上の物や床面のものをとる時



● 段差の昇降の時



● 急な坂道や横断歩道出入口などの勾配の昇降の時



(上記の設備がない場合は次ページの方法で)

● ご本人や介助者の荷物を持ちたり、通りやすいように場所をあけることも大切なことです。

● 電車やバスなどに杖や装具を利用の方が乗られる場合は、手すりを持って立ち上がりやすい側の席を利用出来るように配慮をお願いします。

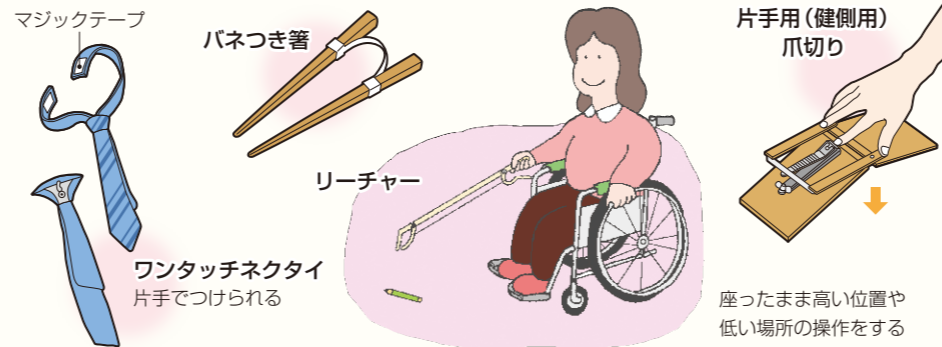
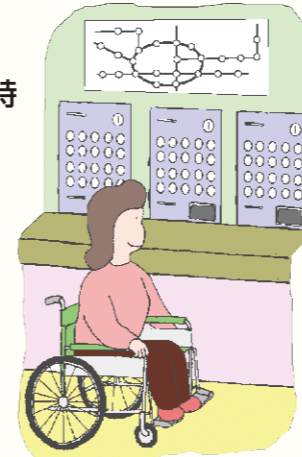
字を書くなどの細かい動作が困難な方がいます。

上肢や体幹のまひや欠損、筋力低下、骨や関節の変形、不随意運動（自分の意思と関係なく身体が動く）などにより機能障害のある方の中には、**お金や切符など細かい物をつかむ・握ることや物を持ち上げる・運ぶこと、書字、小さなボタンスイッチやタッチパネルの操作、ドアや水栓金具の開閉などが困難な方がいます。**

また、**片手のみ**で作業を行わなければならない方もいます。

こんな時は、声をかけてからお手伝いをお願いします。

- 切符を買うなど細かいスイッチを押す時
- 物を運んだり、とったりする時
- 手動のドアの開閉
- カバンや箱、封筒などの開閉
- 書類や荷物の出し入れ
- 字を書く
- 瓶などの蓋の開閉
- 飲食をする時（お肉などを一口大に切る、スプーンやフォーク、ストローを用意する。テーブルの高さを調整する。軽くて持ち手のあるコップを使うなど）
- 電車やバスなどに乗る時は、手すりや吊り輪をつかめないまたは、つかめても身体を支える上肢の筋力がない方もいますので、席に座れるように配慮をお願いします。
- 自助具（補助的な道具を利用することで、ご本人が動作を出来る場合もあります。）



会話をすることが困難な方がいます。

肢体不自由の方の中には、発声に関わる器官のまひや不随意運動、失語症などにより、**コミュニケーションをとるのが困難な方がいます。**

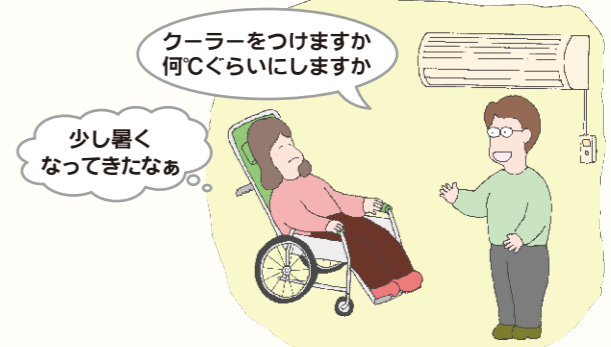
相手の話していることが分かりにくい場合は分かったふりをせずに、話の内容を一区切りずつ確認しながら聞きましょう。話が伝わりにくい場合は図や絵、ジェスチャーなどを活用して、わかりやすい説明をお願いします。



体温調節が困難な方がいます。

肢体不自由の方の中には、周囲の温度に応じた体温調節が困難な方がいます。

ご本人の意向を確認しながら、部屋の温度の調節をお願いします。



このリーフレットについて

ここで紹介している情報がすべての肢体不自由の方にあてはまるわけではありません。中途半端な知識と思い込みで、障害のある方に接することは、避けなければならないことです。「その人」の理解は、障害のあるなしに関わらず、お互いに一人の人間としてつきあう中で育まれるものではないでしょうか。

上肢の不自由 両側又は片側の肩関節、肘関節、手関節、手指の運動および役割の全部又は一部が行えず、日常生活動作に支障がある場合
下肢の不自由 両側又は片側の股関節、膝関節、足関節、足指の運動および役割の全部又は一部が行えず、日常生活動作に支障がある場合
体幹の不自由 両側又は片側の頸部、胸部、腹部、及び腰部の運動および役割の全部又は一部が行えず、日常生活動作に支障がある場合