

レイ大同窓会高島支部

ほほえみ工房の活動

令和5年11月29日

報告者 白井與士則

• 『ほほえみ工房』 って??

• 高齢者や身体にハンディのある人の自立を助け、介護者の負担を軽減するための、自助具を作したり、修繕を工房で行っています。

ふれあい工房の概要

「自助具って何？」

自助具とは、身体が不自由な人が日常動作をより便利に、より容易に出来るように工夫された道具のことです。

例えば「お風呂でうまく身体が洗えない」また「片手が不自由で調理が出来ない」など、どうしても自分でできない動作をおぎなうように工夫された道具、全てが自助具と言えます。

「身体が不自由だから出来ない」「だから人に頼もう」「だからあきらめた」などと考えずに、使える力を活かすように、自分に適した道具を使って目的を果たしてください。

『会員は？』

現在の会員数は8名で、代表は、日置祐さんです。

『誰が作っているの？』

福祉用具製作ボランティア「ほほえみ工房」に所属するボランティアです。

『利用方法？は』

活動日に直接来ていただくか、市保健センター在宅支援センターの担当者及び担当ケアマネージャーまたは、高島保健所担当者に相談下さい。

『費用は要るの？』

費用は、材料代等の実費相当額が、利用者の負担となります。

令和5年度 工房の活動

- 『活動日は？』
- 活動は、毎月2回で第2水曜日と第4水曜日です。
- 時間は朝9時30分～15時30分です。

令和5年度ほほえみ工房活動日

(障がい者高齢者自助具製作ボランティア)

活動場所：安曇川町中央2丁目15

月	第2水曜日	第4水曜日	
R5 4月	12日	26日	
5月	10日	24日	
6月	14日	28日	
7月	12日	26日	
8月	9日	23日	
9月	13日	27日	
10月	11日	25日	
11月	8日	22日	
12月	13日	27日	
R6 1月	10日	24日	
2月	14日	28日	
3月	13日	27日	

工房の活動場所

『活動場所？は』

高島市安曇川町中央2丁目

【ほほえみ工房】で行っています。
安曇川駅の東側南側にある、
赤いレンガ色の建物です。

連絡先

電話・fax

0740-32-2120

ほほえみ工房資料集

(高齢者・障害者自助具製作ボランティアグループ)

活動場所

高島市安曇川町末広4丁目15



令和2年3月作成

令和5年度の活動



広報誌用のチラシ

自助具
小修理

ほほえみ工房

『ほほえみ工房って?』
高齢者や身体にハンディのある人の自立を助け、介護者の負担を軽くするための、自助具の制作・小修理をほほえみ工房で行っています。

場所



費用

材料代等の実費相当額が
利用者の負担となります

利用方法

保健センター
在宅介護支援センター
担当ケアマネジャー
高島保健所
までご相談ください

活動日

第2・4水曜日
9:30~15:30

—活動場所—
安曇川町末広
電話・FAX
0740-32-2120





製作品の数々 1

- **1. 食事**
- 1-① 改良スプーン・ホーク
- 1-② 改良箸（持ちやすい箸・菜箸）
- 1-③ スプーン・フォークフォルダー
- 1-④ 改良まな板
- **2. 整容**
- 2-① 台付き片手用爪切り
- 2-② 片手用シャンプー・リンス容器
- 2-③ 2-②の固定容器
- 2-④ ソックスエイド

- **3. 移動**
- 3-① 手すりの設置
- 3-② 木製歩行器
- 3-③ よっこらしょ（座椅子）
- 3-④ ウォーキング用杖
- **4. 会話コミュニケーション**
- 4-① もしもしノート
- 4-② ペンホルダー
- **5. 介護用品**
- 5-① 送迎バス踏み台
- 5-② 介護用パジャマ
- 5-③ 車イス用タイヤカバー
- 5-④ リーチャー（補助棒）
- 5-⑤ にぎにぎ（手の縮予防）

製作品数々2

• 6. 依頼された作品

- 6-① プッシュアップ（上半身だけで移動する用具）
- 6-② 車イス乗車時の下肢安全ベルト
- 6-③ ジャンパーカートの改良
- 6-④ 車イス乗車してゴミを拾うハサミ
- 6-⑤ ベットからの立ち上がり用具
- 6-⑥ 寝たきりの人の給水ボトル
- 6-⑦ 段差解消の踏み台

• 7. 広報活動

1 食事

①

～

③

1-①

改良スプーン・ホーク

1 どのような状況の人が使えば自立した生活がおくれるか
市販のスプーンやホークで、食事摂取がしにくかった人
握力がなくなり、食べものを落としがちな人
リュウマチや脳梗塞後遺症で、手の関節が痛い人・持ちにくい人
手の変形や震え等がある人でお箸が使いにくい人

2 特徴

- ・柄の部分を太くすることで、握る力の弱い人も持ちやすくなる
- ・柄の部分材料を木材・アクリル樹脂・ステンレス等に、変更することで置き調整が出来る
- ・洗いやすく食洗機にも対応できる

3 使い方

スプーン・ホークの食物をすくう部分の横きをつける
右手用・左手用がある

4 写真



5 金額
材料により金額は異なる
300円 ～ 500円

6 工夫ポイント
柄の重い方がよい人や軽い方がよい人など、その人の状況にあわせられる。

1-①

改良スプーン・ホーク



1-②

改良箸 (持ちやすい箸・菜箸)

1 どのような状況の人が使えば自立生活がおくれるか
お箸の片方をおとしてしまい、介護者にひらんでもらわないといけない人
幼児で、はじめてお箸を持てるようになるように練習する児童
リュウマチや脳梗塞で片麻痺になり、お箸が持ちにくくなった人
お箸を落とすしまじうほどの手の拘縮や、震え等がある人

2 特徴

- ・二本の箸の固定に使う金具を調整することで、握る力の弱い人も持ちやすくなる
- ・洗いやすく使う人の好みに作成できる
- ・大人の箸・子供の箸・菜箸を改造出来る

3 使い方

お箸を使う宴会などの、食事場所にも持って行ける

4 写真



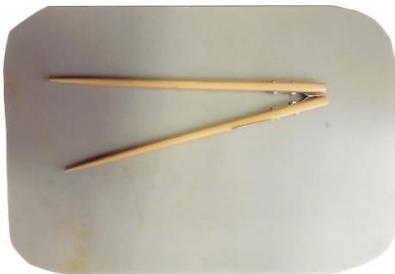
5 金額 500円 ～ 1500円

6 工夫ポイント
握力の強さ弱さにより堅さの調整が出来ます

1 食事 ② ~ ④

1-②

改良箸 (持ちやすい箸・菜箸)



1-③

スプーン・ホークフォルダー

1 どのような状況の人が使えば自立生活がおくれるか
 ・自分の使い慣れたスプーンやホークを入れて持ちやすくなりました
 ・握力がなくなり、食べ物を落としがちな人
 ・リュウマチや脳梗塞で片麻痺になった人
 ・お箸を落としてしまう手の拘縮障害等がある人

2 特徴
 ・柄の部分挿入して自分の好みのスプーンを使うことができる
 ・挿入する長さをスプーンやホークの長さに変えられる
 ・外出時に、箱に入れて持ち運びができる
 ・洗いやすく、使う人好みの模様の物がつくれる

3 使い方
 手の厚みや大きさによりマジックテープを調整できる

4 写真



5 金額 200円 ~ 300円

6 工夫ポイント
 お出かけ用にも手軽に持って行き、自分でたべることができる

1-④

改良まな板

1 どのような状況の人が使えば自立生活がおくれるか
 ・脳梗塞後遺症の方や高齢になった人が、調理した時に食材を安全にコンロにもって行ける

2 特徴
 ・後遺症で調理が出来にくいと思っている人が、食事を自分で作り家族や自分のために安全に、スピーディに調理ができる

3 使い方
 野菜などの食材をまな板で切り、鍋に持っていく

4 写真



5 金額 1200円 ~ 1500円

6 工夫ポイント
 まな板の角に穴を開けることで水抜きができる

2 整容

①

～

③

2-①

台付き片手用爪切り

1 どのような状況の人が使えば自立生活がおくれるか
リュウマチや脳梗塞で片麻痺になった人
握力がなくなり、指の爪切りが使えない人
上肢(手)のコントロールが出来ない人

2 特徴

- ・麻痺していない側の爪が切りやすくなる
- ・爪を切る手が固定されるので安全に切ることが出来る

3 使い方

爪切りが固定されているため手のひらや肘で押して切れる

4 写真

台付き爪切り



5 金額 1000円 ~ 1500円

6 工夫ポイント

カットした爪が飛び散らないような爪切りの加工をしている

2-②

片手用シャンプー・リンス容器

1 どのような状況の人が使えば自立生活がおくれるか
リュウマチや脳梗塞で片手が不自由になった人
握力がなくなり、指の爪切りが使えない人
上肢(手)のコントロールが出来ない人・片手が不自由な人
沐浴をする時、赤ちゃんの耳を固定するため、片手しか使えない時

2 特徴

- ・シャンプーやリンスだけでなく、容器の内容を洗剤や消毒液に変更しても使える

3 使い方

片手の手の甲で押さえながら液を手の平で受けられる

4 写真



5 金額 450円 ~ 500円

6 工夫ポイント

赤ちゃんの沐浴時には、赤ちゃんを抱きながらシャンプー・清拭ができる

2-④

ソックスエイド

1 どのような状況の人が使えば自立生活がおくれるか
靴下がはけない人が、自分でスムーズに靴下をはける

2 特徴

他の人の手助けを受けることなく、自分で靴下をはける
ソックスエイドの表面は滑りやすい布で作成している

3 使い方

履きたい靴下を丸めたソックスエイドに入れて、足下に投げて足を入れて
紐を引っ張ると靴下がはける

4 写真



5 金額 500円 ~ 800円

6 工夫ポイント

紐を引っ張る時に持ちやすいように、紐をはしご状にするなど工夫ができる

3移動 ① ~ ②

3-①

手すりの設置



手すりの設置

3-①

- 1 どんな状況の人が使えば自立生活がおくれるか
- ・体力が落ちた人、移動が不安になった人
 - ・室内から外出時に階段や、上がりがまちの移動時が不安定な人
 - ・部屋から玄関までの歩行が困難な人

2 特徴

利用者様の家屋にあった手すりの高さ、利用者様の身長や障害の程度により位置や手すりの種類を選択している

3 使い方

安全に室内を移動することが可能になる

4 写真



5 金額

手すりと金具の金額

6 工夫ポイント

現場に家庭訪問をして実施します

3-②

木製歩行器

- 1 どんな状況の人が使えば自立生活がおくれるか
歩行が不安定な人が、家の中で独りで移動ができる

2 特徴

和室の多い室内の畳や敷居を傷つけることなく移動が出来る
利用される人の身長や状態にあわせて幅高さを決められる
持ち手の材質を変えることにより、利用される方の握力や手の大きさに対応できる

3 使い方

上部の棒を持ち、歩行器を前方に移動することができる

4 写真



5 金額

1500~2500円

6 工夫ポイント

トレー状の棚を取り付ける事により、物を運ぶことが可能となる

3 移動

③

～

④

3-③

よっこらしよ(座椅子)

- 1 **どんな状況の人が使えば自立生活がおくれるか**
ストーブの点火をした後に、立ち上がりにくい人が、立ち上がりやすい
- 2 **特徴**
利用される人の座位にあわせて高さを調整した
座布団を作り取り付けることでより使用しやすとした
- 3 **使い方**
和室で正座が出来にくくなった人が長く座ることが出来る
- 4 **写真**



5 **金額** 500円 ~ 1000円

6 **工夫ポイント**
高さ・広さを幾つか試作し使う人の状況に合わせた

3-③

よっこらしよ(座椅子)



3-④

ウォーキング杖

- 1 **どんな状況の人が使えば自立生活がおくれるか**
散歩をする人の安全性を保つ
- 2 **特徴**
以前自分が使っていたスキースティックを改良した物
自然の竹の根っこを使って杖にした
- 3 **使い方**
取っ手を手に巻き杖として使用
- 4 **写真**



5 **金額** 700円～ 1500円

6 **工夫ポイント**
利用者の名前を記入するなどの工夫した

3-④ 4会話 ①~②

3-④

ウォーキング杖



4-①

もしもしノート

- 1 どのような状況の人が使えば自立生活がおくれるか
高齢になると聴聴になりやすくなり、介護者とのコミュニケーションが取りにくくなり、会話が出来なくなったり、うまく話せない人
- 2 特徴
介護者が伝えたい事を書いて高齢者や聴聴者に伝える
- 3 使い方
ホワイトボードに伝えたい内容を書き見せる。水性ペンで何回も書き、また消せる
- 4 写真



- 5 金額 300円
- 6 工夫ポイント
介護者のエプロンのポケットにも入れられる大きさにしている

4-②

ペンフォルダー

- 1 どのような状況の人が使えば自立生活がおくれるか
鉛筆、ペンやシャープペンシルで記載時に持ちにくくなった人
長時間記載していると手首までだるくなる人
- 2 特徴
握力の弱い女性やリュウマチなどで手首が痛い人が軽い握り方で字が書ける
- 3 使い方
フォルダーを握って字を書く
- 4 写真



- 5 金額 300円～ 400円
- 6 工夫ポイント
鉛筆だけでなく、シャープペン等も使用できる

5 介護用品

① ~ ③

5-①

送迎バス踏み台

- 1 どんな状況の人が使えば自立生活がおくれるか
ディサービス送迎バスに乗降がしにくい人のための踏み台
高い段差の2段を3段にして、段差を低くする
- 2 特徴
丈夫で安全に使用できる。片付け易く扱い易い物
- 3 使い方
送迎時のバスの乗降に使う
- 4 写真



- 5 金額 900円 ~ 1000円
- 6 工夫ポイント
安全に自分でバスの乗降が出来る

5-②

介護用パジャマ

- 1 どんな状況の人が使えば自立生活がおくれるか
寝たきり状態の人の介護がしやすいパジャマ
- 2 特徴
伸縮出来る布で介護者が介護しやすした
- 3 使い方
使用される方の要望に応じて、着脱しやすした
- 4 写真



- 5 金額 400円 ~ 500円
- 6 工夫ポイント
本人は自分で動けないため、介護者が安全に介護しやすした

5-③

車いすのタイヤカバー

- 1 どんな状況の人が使えば自立生活がおくれるか
車いすに乗ったまま屋外から室内に入ってきた時に車椅子のタイヤの汚れを
室内に入れないためのカバー
- 2 特徴
カバーは、洗濯できるので何回も使用できる
- 3 使い方
室内に車椅子をいれるときに、車輪にカバーする
- 4 写真



- 5 金額 400円 ~ 500円
- 6 工夫ポイント
車椅子のタイプに合わせて作成

5 介護用品

④～⑤

6-①

5-④

リーチャー(補助棒)

- 1 **どんな状況の人が使えば自立生活がおくれるか**
・移動が出来にくい人が、リーチャー(補助棒)を使うことでカーテンを開けたり物を手元にたくり寄せることができる
- 2 **特徴**
棒の長さに応じて使い方が工夫できる
持ち手の工夫ができる
- 3 **使い方**
リーチャーの持ち手を握り操作する
- 4 **写真**



5 **金額** 500円～ 1000円

6 **工夫ポイント**
リーチャーの先を工夫することで引っかけたり、押したりできる

5-⑤

にぎにぎ(手の拘縮予防)

- 1 **どんな状況の人が使えば自立生活がおくれるか**
脳梗塞・脳出血等により、手の平を握り拘縮した人の爪が食い込んで切れた人
- 2 **特徴**
手の平に握らせ拘縮した指の爪が入らないようにする
- 3 **使い方**
手に握らす
- 4 **写真**



5 **金額** 300円

6 **工夫ポイント**
指の間にいれることで、拘縮を防止する

6-①

プッシュアップ(上半身だけで移動する用具)

- 1 **どんな状況の人が使えば自立生活がおくれるか**
・背椎損傷で上肢のみで移動されている方が、腹ばいで胸での移動がスムーズになる補助器
- 2 **特徴**
底に移動しやすいように滑り止めを貼った
- 3 **使い方**
上肢で棒を持ち移動することで、容易に移動できる
- 4 **写真**



5 **金額** 500円

6 **工夫ポイント**
置き・形を利用者の意向にあわせて移動しやすいようにした

6 依頼された作品 ②～④

6-②

車いす乗車時の下肢の安定ベルト

- 1 どんな状況の人が使えば自立生活がおくれるか
車いす生活をされている方の足が、開き車輪に接触し怪我をする
- 2 特徴
利用者が毎日の生活で、体から足にかけ固定する
- 3 使い方
床ずれができないように、余裕を持って固定する
- 4 写真



5 金額 1300円

6 工夫ポイント
ベルトが皮膚に付いて褥瘡にならないように、幅を広くした

6-③

ジャンパースカートの改良

- 1 どんな状況の人が使えば自立生活がおくれるか
歩行器を使って移動する時、前かがみになるとスカートを踏み危ない
- 2 特徴
利用者様の背中曲の曲がりにあわせてスカートの寸法を確定した
- 3 使い方
ジャンパースカートで着易く、スカートの前を踏まなくした
- 4 写真



5 金額 300円
6 工夫ポイント
依頼者の身長や前屈状況に合わせて寸法を調整した

6-④

車いす乗車してゴミを拾うはさみ

- 1 どんな状況の人が使えば自立生活がおくれるか
車椅子生活をしておられる障害者の方が、自分で車椅子からゴミを取りたいとの要望
- 2 特徴
握力や握み易い角度や長さを、測定して作った
- 3 使い方
車椅子に乗ってゴミをつまみ、はさみの収納庫に入れる
- 4 写真



5 金額 500円

6 工夫ポイント
車椅子からの長さを測り、取り易くし、はさみの置き場所も作った

6 依頼された作品 ⑤～⑦

6-⑤

ベッドからの立ち上がり用具

- 1 どのような状況の人が使えば自立生活がおくれるか
お年寄りの方が、ベッドから移動する時、自分で立ち上がれるようにする
- 2 特徴
ベッドの横に設置し、安定して立ち上がれるように、床の重心を重くした
- 3 使い方
障害の状況や使いかたのよい方向に、置く
- 4 写真



5 金額 5000円 ～6000円
6 工夫ポイント
利用者様のベッドの高さに合わせた使い方が出来る

6-⑥

寝たきりの人の給水ボトル入れ

- 1 どのような状況の人が使えば自立生活がおくれるか
・介護者の負担を少なくしたい寝たきり状態の人が、使える手で自分でボトルがとれるようにしたい
- 2 特徴
寝ておられる状態にあわせて、屈曲させて取りやすくした
- 3 使い方
介護者がボトルを置くと自分でとることができた
- 4 写真



5 金額 1500円
6 工夫ポイント
利用される人の現場にて検討した

6-⑦

段差解消踏み台

- 1 どのような状況の人が使えば自立生活がおくれるか
勝手口の大きな段差で転倒・転落しやすい
- 2 特徴
利用者様のご要望に応じて、段差の高さを低くするために、2段を3段にした
- 3 使い方
体の機能が衰えてきた高齢者がバランスを保って自分であがりおける
- 4 写真



5 金額 広さと高さの材料により異なる
6 工夫ポイント
家庭訪問して計測して作成した

広報活動 写真1

広報活動

2016年11月16日 高島市民会館



広報活動

2017年9月23日 新旭やすらぎ荘



広報活動

2018年6月25日 大津ピアザ淡海



広報活動 写真2

広報活動

2018年9月23日 新旭やすらぎ荘



広報活動

2019年3月9日 安曇川世代交流センター



広報活動

2019年12月8日 安曇川藤の木ホール



最近の広報活動 23. 9. 16



マキノメタセロイヤ



朽木入谷の雲海



ご清聴ありがとうございました。