

入浴－脱衣所・浴室・浴槽・洗面所

凡例 (住): 住宅改修費支給対象 (貸): 福祉用具貸与対象 (購): 福祉用具購入費支給対象 (外): 介護保険対象外

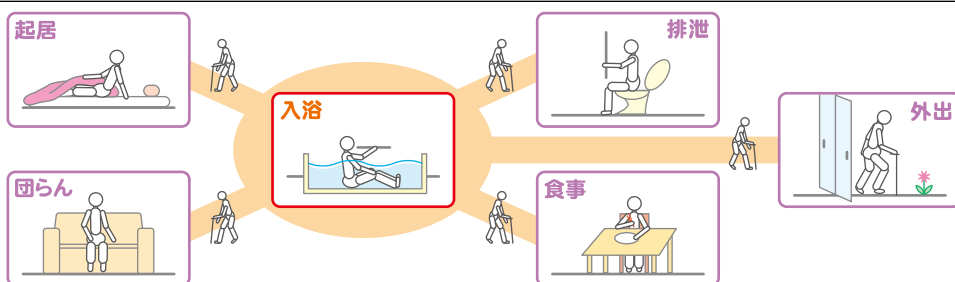
入浴は身体の清潔を保つだけでなく、冷えた身体を温め、身心ともにリラックスしてゆっくりと一日の疲れを取る生活の場です。

しかし、入浴は多くの動作を伴うため、安心して入浴するためには、様々な配慮が求められる場所です。冬期間の脱衣所は寒く、浴室との温度差が激しく身体の負担につながります。また浴室までの移動、衣服の着替え、洗髪、洗身体、浴槽への出入り、足元のすべりやすさ等、自身や介護者が気をつけなければならないポイントがいくつもあります。

そのため、利用者がどのように入浴をしたいのか、本人や家族がどこまで何ができ、介護できると考えているか確認することが大切です。

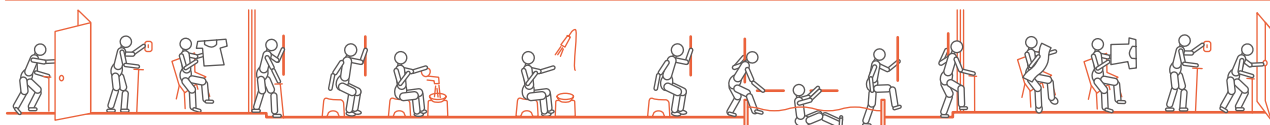
ただ、実際に生活を送る中で本人の身体状況、家族の介護負担などによっては、清潔を保つためにシャワーのみ使用出来るようにするとか、在宅ではなくデイサービスでの入浴とする等の選択肢も様々ですの、十分な検討が必要となります。

<アプローチ>



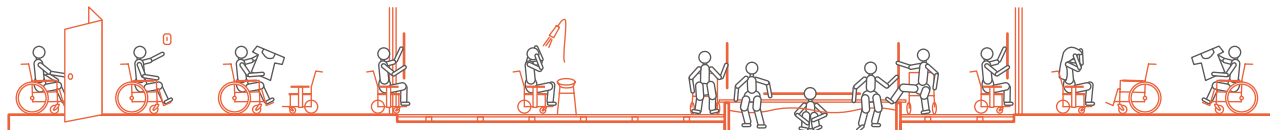
✓ 主な動作チェック

歩行可



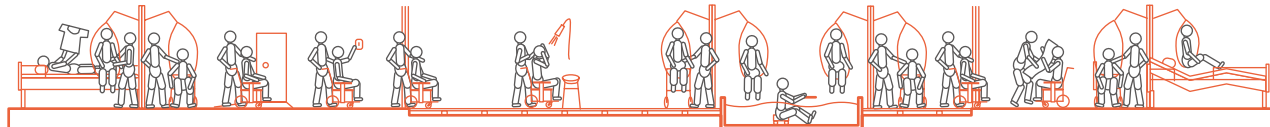
脱衣所に入る	照明をつける	服を脱ぐ	浴室に入る	椅子にすわる	蛇口を使う	シャワーを使う	身体を洗う	髪を洗う	立ち上がる	浴槽をまたぐ	湯船につかる	浴槽から出る	浴室から出る	身体をふく	服を着る	照明を消す	移動

車いす



脱衣所に入る	照明をつける	服を脱ぐ	移乗する	段差(入口)	シャワーを使う	身体を洗う	髪を洗う	浴槽に入る	湯船につかる	浴槽から出る	段差(出口)	身体をふく	移乗する	服を着る

特殊寝台



ベッド上で服を脱ぐ	移動	脱衣所に入る	照明をつける	移動(入口)	シャワーを使う	身体を洗う	髪を洗う	移動	湯船につかる	移動(出口)	身体をふく	移動	ベッドに戻り服を着る

1 脱衣所

現状

●着脱が不安定



つかまるところがない



※洗面所や洗濯機置き場と兼ねる場合も多い

歩行可

安定した体勢で着脱する

住 手すりの取付け



外 いす

チェックPoint!

衣服の着脱はバランスをくずしやすいです。
手すり又はいすに腰かけるなどの身体の安定に気をつけましょう。

工夫Point!

着替えなどを床に置く
と取りにくいので、ちょっと置ける
台があると便利！



注

急激な温度差は
身体の負担となります。
暖房等で暖かく
しましょう。



外 洗濯・物干し

洗濯機を埋め込んだり、車いす
でも使いやすい横入れタイプも
あります。忘れないで対応を考
えましょう！



車いす

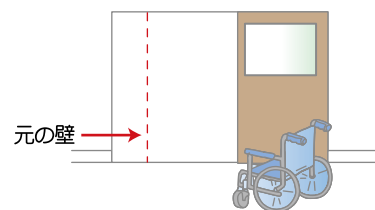
購 シャワーキャリー



チェックPoint!

寝室等で着脱を行う場合は、浴室
までの動線を確認しましょう。

※車いすで利用する場合、脱衣所
入口スペースの確保が必要とな
ります。
場合によっては壁の撤去・移動
等が必要となります。

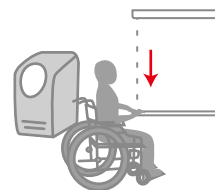


元の壁

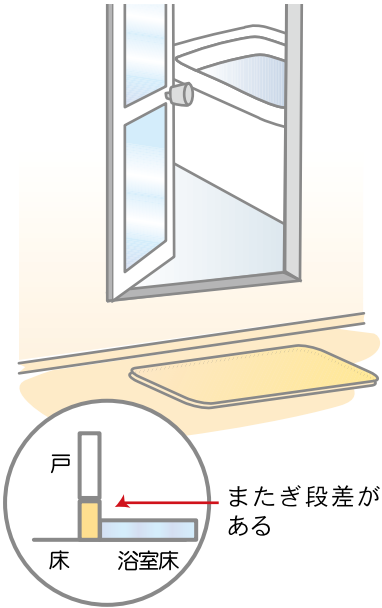
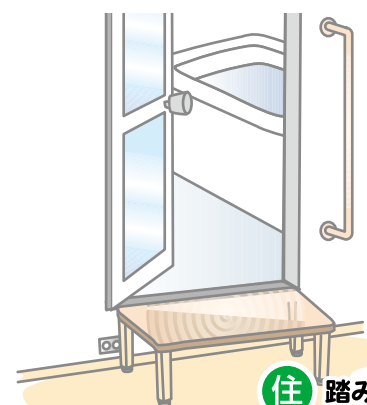
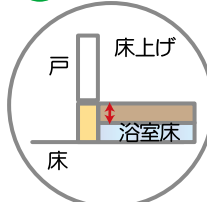
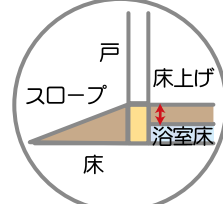
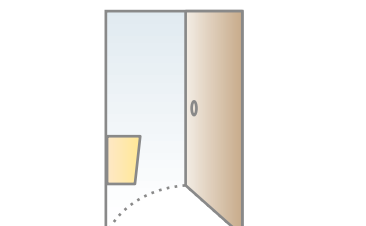
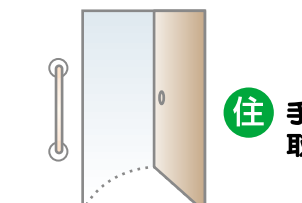
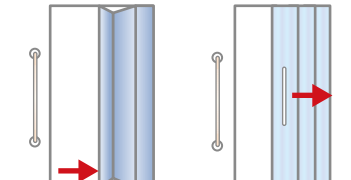
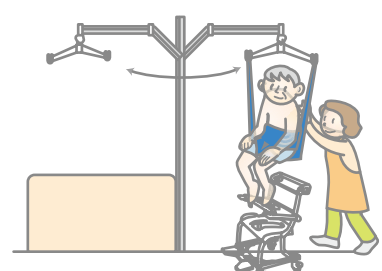
住 扉の新設

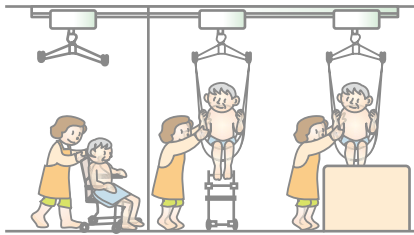
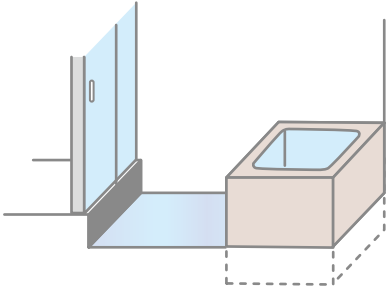
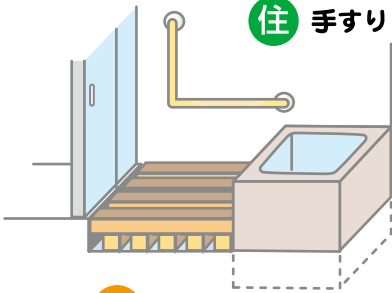
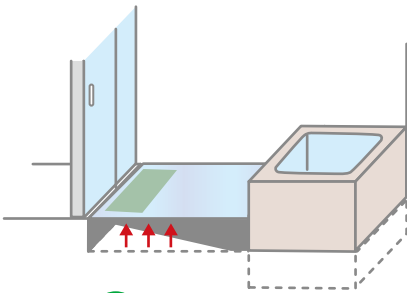
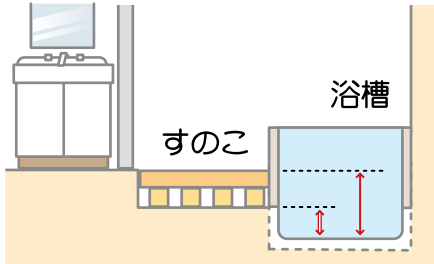
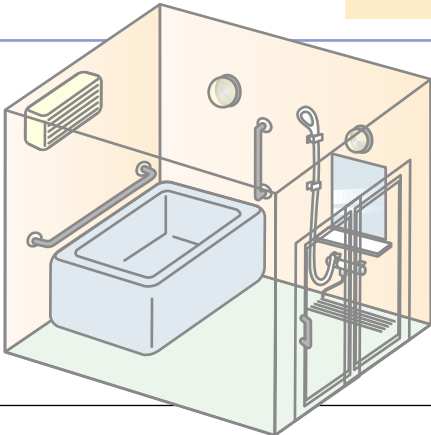
福祉用具の導入に支障が生じる場
合、新たに扉の新設をする場合も
住宅改修対象になります。

物干しも天井から昇
降するタイプがあり
ます。



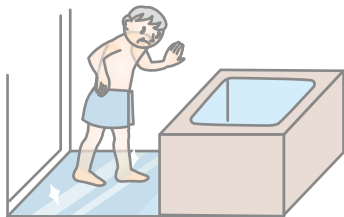
2 浴室

現状	歩行可	車いす
●入口に段差があり不安 	段差を小さくする 住 手すり(身体の安定を保つ)  住 床上げ  またぎ段差 →単純段差へ 住 踏み台(固定)	貸 簡易スロープ  住 床上げ  購 シャワーチェア 
●出入りが不安定  開き戸	開口幅を広く確保し、安全に行う 住 手すりの取付け  住 折れ戸への変更  3枚折れ戸 ガラス→アクリル 3枚引き戸 チェックPoint!  扉を開けた際、浴室内にシャワースイスを置けるか、介護スペースが確保できるか確認しましょう。	貸 リフト(据置式) 

現状	歩行可	車いす
		外 リフト（天井走行式） 工事不要の支柱を組み立てるタイプの場合は 貸 対応可能です。  チェックPoint! 脱衣所→浴室→浴槽まで一連の移動を考えましょう。
●浴室内段差があり不安 	段差を解消する 住 手すり  住 浴室の床上げ  購 浴室用のすのこ チェックPoint! すのこは掃除がしやすく軽い材質を選びましょう。また取りはずしやすいよういくつかに分けて作ることも必要です。 注 すのこや床上げで洗い場と脱衣所の高さを調整すると、洗い場と浴槽底との段差が大きくなり、かえって浴槽への出入りがしにくくなる場合もあります。双方の段差をふまえて検討しましょう。   住 ユニットバスへの変更 あらかじめ手すりの設置が想定される場合は、壁裏に下地補強をしておきましょう。	

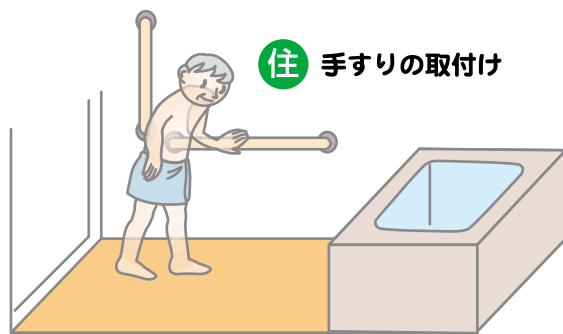
現状

●洗い場がすべりやすく不安



歩行可・車いす

安全に移動する



住 床材変更

●身体を洗う体勢が不安



安定した体勢で洗う

購 シャワーチェアは用途にあわせて選択しましょう。



背もたれ付き



座面のみ

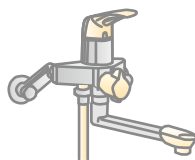


肘掛付

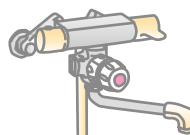
※おりたためのタイプもあります。



シャワーキャリーは車輪の付いた移動できるタイプです。介助者がいる場合等で脱衣所からそのまま移動する場合に用いましょう。

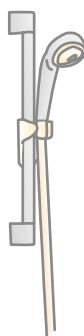
外 水栓金具等の取替え

(シングルレバー)



(サーモスタット付)

サーモスタット付なら急に熱湯や冷水をあびることは少ないです。



住 シャワーヘッド留め付き手すりの取付け

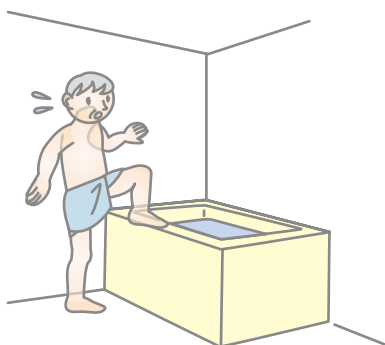
シャワーヘッド部分で操作ができるタイプも便利です。



3 浴槽

現状

● 浴槽がまたげない



- ・ 浴槽の縁が高い
- ・ 幅も狭い
- ・ 釜があり狭い

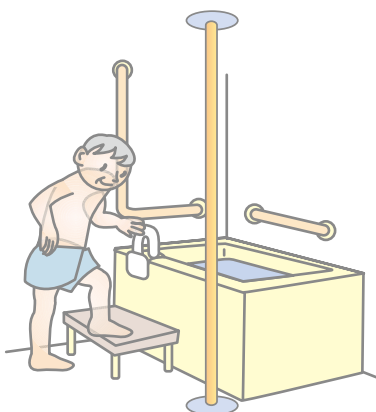
歩行可

安全に浴槽に入る

〈またいで入る〉

住 貸 手すりの取付け

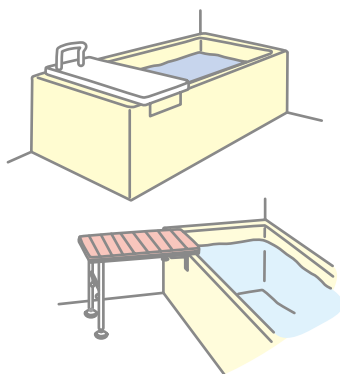
浴槽のまたぎ、座り、安定、立ち上がり等の安定を保つため、動作に応じたものが必要です。



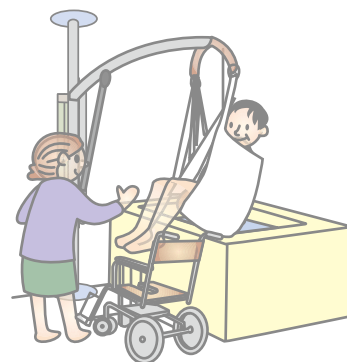
購 ステップ台 購 浴槽手すり

〈座って入る〉

購 移乗用バスボード

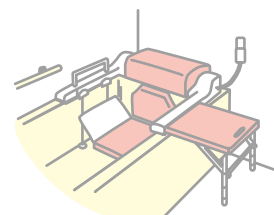


車いす



貸 リフト(据置式)

貸 バスリフト



購 移乗用バスボード

注

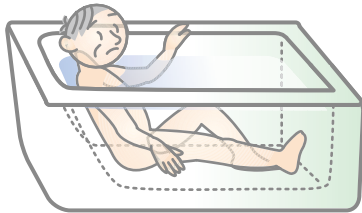
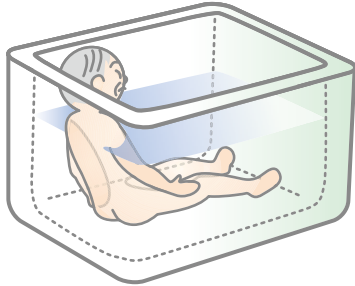
バスボードからバスリフトへ移動の際には、バスリフトに段差がありますので、身体の安定が保てるか動作を確認してから選定して下さい。



現状

● 浴槽内で不安定

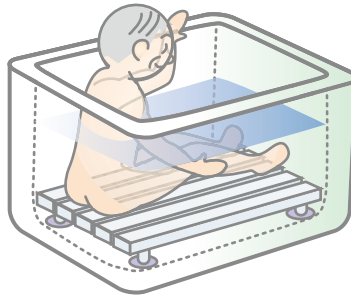
- ・すべる
- ・体勢が不安定



歩行可・車いす

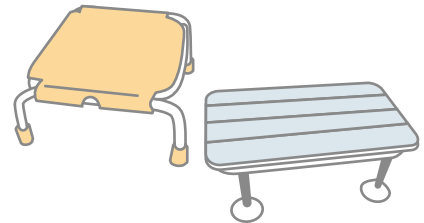
安全な体勢でつかる

購 浴槽内すのこ

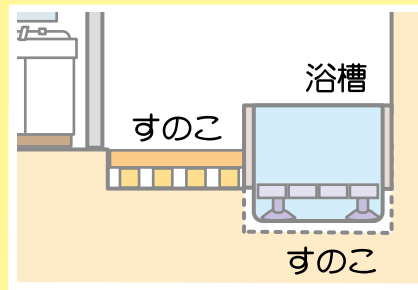


購 浴槽内いす

ステップ台と併用する場合は形状が異なるものであれば2台まで介護保険で購入可能です。



チェックPoint!



洗い場すのこと浴槽内すのこを設置しても高低差が生じ、浴槽の出入りが困難な場合には、**住** 段差解消として浴槽の交換が可能です。

注 浴槽内の安定を保つ

浴槽内で足や身体が浮かないように、浴槽の大きさや形状に応じて手・足で安定を保てるよう足は浴槽の前の壁に届くように、手は前方の手すりにつかまれるようにすべり止めマットや手すりで安定を保つようにしましょう。

なお、浴槽内での安定した姿勢は

- ① 必ず頭はおしりより前の前かがみ
- ② ひざが軽く曲がっていること
- ③ 足は浴槽に押しつけること

です。そうすると身体がすべらず安定します。



和式浴槽



和洋折衷浴槽



洋式浴槽

外 すべり止めマット

※身体障害者手帳の場合入浴補助用具として**購**可能



4 洗面所

✓ 主な動作チェック

歩行可



蛇口を開く	顔を洗う等	蛇口を閉める	顔をふく

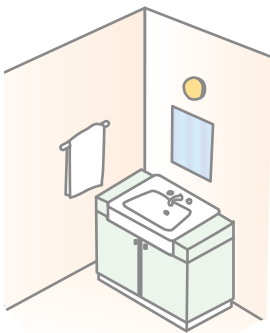
車いす



蛇口を開く	顔を洗う等	蛇口を閉める	顔をふく

現状

● 立ったままでは不安定



- ・狭い
- ・体勢不安定

歩行可

安全な体勢で行う

〈座る〉

住 手すり



工夫Point!

外 いすの設置

扉を取りはずし、内板をはずすと座っても、車いすでもひざが入るので、既存の洗面台を使用することができます。

〈立つ〉

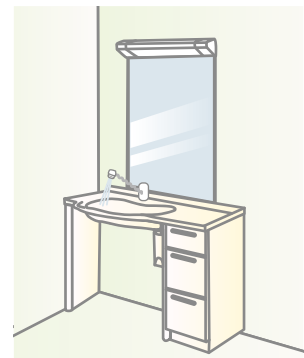
手すりをタオル掛けに活用するととっさの時に便利です。



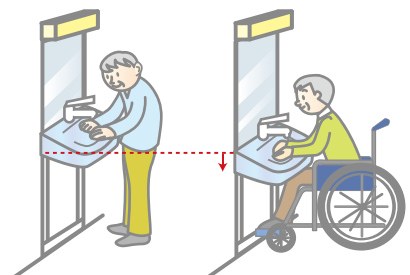
立って使用する場合は高さのあるスツールに腰かけると安定します。

車いす

外 車いす用洗面台に取替え

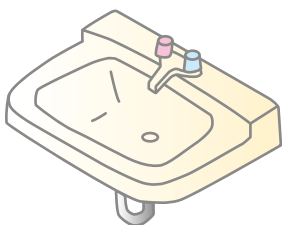


ハンドシャワー付



昇降機能付きもあります。

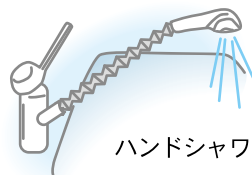
● 水栓の開閉がしづらい



外 水栓金具の取替え



レバー水栓



ハンドシャワー付

のびる蛇口だと広く洗えて便利！