

November. 2023

Vol. 38

No. 4

特集

入浴ケアの可能性

お知らせ

特 集

特集にあたって「入浴ケアの可能性」.....	大泉 えり	195
総論：お風呂は、暮らしと共に、人生と共に		
～在宅で安全・安心にお風呂を楽しむために～.....	高橋 昭彦	196
「お風呂ネット湯らりん」®の開発・商品化の道のり		
～Tくんからバトンを受け取った訪問看護師の立場から～.....	的場 千賀子	201
訪問入浴の実態と制度について ～入浴ケアの可能性～.....	有村 聡	206
クリアバススケール「なんきろう」の開発秘話と製品について.....	川合 英司	212
駒場苑の個浴の取組み ～介護施設運営の立場から～.....	坂野 悠己	215
四肢麻痺者のための入浴とリフトの有効活用.....	金子 寿	218
介護旅行における温泉チャレンジ お風呂から生まれる物語.....	堤 玲子	222
かがやきキャンプの取組みと水中リハビリテーションの実践について		
～セラピストの立場から～.....	藪本 保	225

報 告

九州支部活動参加報告 「TOTO ミュージアム見学会及び意見交換会」.....	天米 穂	228
プレカンファレンスに参加してみた.....	菊谷 樺	229
SIG 姿勢保持講習会 2023 に参加して.....	大嶋 志穂	231
第 60 回日本リハビリテーション医学会学術集会参加報告書.....	片本 隆二	233

報 告 書 評・芸術評

成田奈緒子氏著 「発達障害」と間違われる子どもたち.....	徳田 良英	234
--------------------------------	-------	-----



四肢麻痺者のための入浴とリフトの有効活用

金子 寿

F.L.C. (Friendly Life Community)

1. はじめに

筆者の障害である四肢麻痺（頸髄損傷）は、神経系の障害や筋肉の損傷によって引き起こされる状態で、日常生活動作と生活の質に重大な影響を及ぼします。入浴は、身体の清潔さや健康維持にとって重要なものですが、四肢麻痺者にとっては困難な課題となります。

ここでは、リフトと呼ばれるツールの効果的な活用方法などについて具体的な活用例を紹介し、四肢麻痺者の生活の質の向上にどのように貢献できるかについて焦点を当てます。

2. 四肢麻痺者における入浴の重要性

入浴は、四肢麻痺者の身体的な清潔さだけでなく、心理的な健康と生活の質にも重要な影響を与えます。入浴によって身体はリフレッシュされ、筋肉の緊張がほぐれます。入浴はまた、血行を促進し、皮膚の衛生状態を維持するために重要です。清潔な身体は感染症や皮膚トラブルのリスクを低減する効果もあります。

筆者自身、現在はリフトを利用して週2回の入浴を実施していますが、入浴して3～4日も経つと頭皮の痒みを感じようになり、自分の手で痒みのある箇所を掻くことも出来ないため、それも大きなストレスの原因へと繋がってしまいます。また、好みの入浴剤（夏はミント、冬はゆずの香りなど）を入れて湯船に浸かることで、身体の疲れだけでなく、心理的なリフレッシュ効果も得られます。気持ちが良すぎて長湯をしてしまい、介助者からのぼせないうちに

湯船から上がることを促されてしまうこともしばしばあります。

さらに筆者が障害を負ってから、自宅で生活を送るようになってから約43年に渡って褥瘡での大きなトラブルがなく過ごせてきたのも、定期的に入浴をして身体の血行や衛生状態が保たれていたためと思っています。

このような筆者の体験からも、四肢麻痺者に対しての入浴の適切な実施には、以下の利点があります。

(1) 身体的な健康状態の向上

入浴によって筋肉がほぐれ、血行が促進されるため、身体的な健康状態が改善されます。

(2) 心理的なリフレッシュ

入浴はリラクゼーション効果をもたらし、ストレスの軽減や心理的なリフレッシュにつながります。

(3) 皮膚の健康維持

入浴によって皮膚の衛生状態が維持され、感染症や皮膚トラブルのリスクが低減します。

(4) 日常生活の質の向上

清潔な身体やリフレッシュされた状態での活動によって、日常生活の質が向上します。

3. 四肢麻痺者の入浴における課題とリフトの活用

四肢麻痺者にとって、入浴は個人の尊厳や心身の健康にとって重要な活動ですが、四肢の制御やバランスの欠如により困難を伴います。また、介護者にとっても、安全かつ効果的に入浴させることは重要な責任です。

そのような観点から、リフトは四肢麻痺者の移動や身体の持ち上げを支援するために設計されたツールです。リフトは電動機構や入浴用吊り具（スリングシート等の個々の身体に合わせた補助具）を使用して、四肢麻痺者を浴槽やシャワーチェアに移動さ

F.L.C. (Friendly Life Community)

せることが可能となります。また、リフトの使用は患者の身体への負担を減らし、介護者の負担を軽減するという利点があります。

4. 天井走行型リフトを活用した入浴例

前述したように筆者は頸髄損傷という四肢麻痺の障害があります。現在は、自宅をバリアフリーに改造して「天井走行型リフト」を活用して生活しています。入浴は、介助者（妻やヘルパー）の介助を受けて行っていますが、このようなリフトは非常に便利なツールです。以下に、天井走行型リフトの具体的な活用方法を説明します。

天井走行型リフトは、自室から浴室の天井まで取り付けられたレールを走行することで、介助者一人でも移動を容易にします（図1）。身体は入浴用吊り具に包まれるようにしてリフトで吊り上げられ、天井

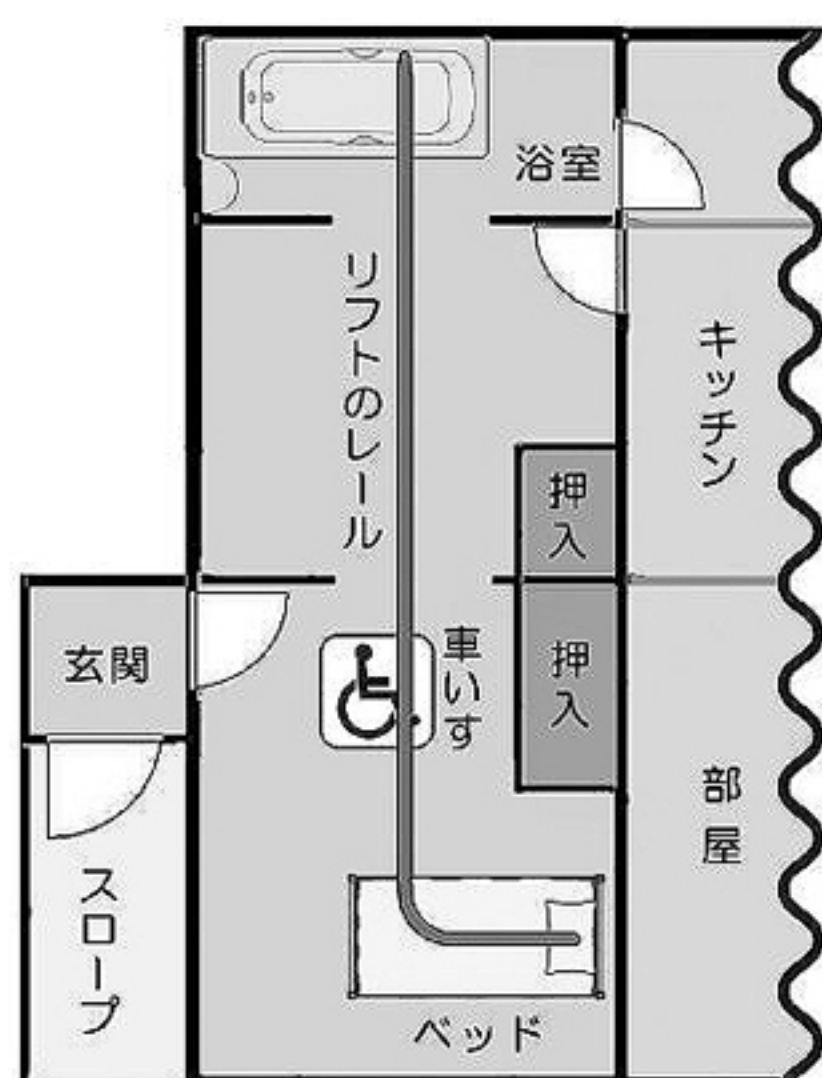


図1 部屋の間取りとリフトのレールの配置



図2 リフトで身体を吊り上げた状態



図3 リフトを利用して入浴している様子

に設置されたレールに沿って自動走行的または人力的によって、移動することができます。これにより、浴室までの移動がスムーズに行え、介護者の負担も軽減されます。また、浴槽への降下は介護者の力に頼ることなく、リフトの動力を利用して行われます（図2、図3）。

天井走行型リフトの活用により、入浴時の移動や移動補助がスムーズに行われることで、四肢麻痺者に対して安心感と信頼を提供することができます。

5. 入浴の場面以外でのリフトの利用

天井走行型リフトは、浴室だけでなく、他の場面でも活用することができます。例えば、筆者の場合はベッドから電動車いす（以下、車いす）へ移乗する時にもこの天井走行型リフトを活用しています。ベッドから浴室まで設置されているリフトのレールの途中部分に車いすを置き、ベッドからリフトを利用して車いすのところまで移動して、安全かつ介助者一人の力で簡単に車いすへの移乗を可能にしています（図4、図5）。



図4 天井に設置してあるリフト用のレール



図5 リフトを利用して車いすに乗る様子

また、筆者の場合はトイレでの利用はありませんが、他の障害のある人によっては、リフトを利用してトイレでの排泄を可能としている場合も少なくありません。このように障害者の日常生活のさまざまな活動をサポートすることができます。

6. 天井走行型リフトの設置に関する課題

6.1 天井構造の制約や浴室環境の改造

天井走行型リフトは天井に取り付けられるため、

天井の構造や強度がリフトの設置に制約を与えることがあります。天井の補強や浴室環境の改修などが必要な場合があります。また、ベッドのある部屋から浴室までのレールの設置位置（なるべくレールのカーブを少なくする）など、事前の検討が重要となります。

6.2 天井走行型以外のリフトの利用

賃貸住宅やアパートなどの建物の場合には、家主や不動産屋から大がかりな天井の改造工事が認められないケースが殆どです。その様な場合には、他のタイプのリフトを設置するというのも有意義な手段となります。

6.2.1 壁面取り付け型リフト

このタイプのリフトは、壁に取り付けられる垂直昇降式リフトです。浴室や寝室などの狭いスペースでの移動を支援しますが、アームの長さが全体の可動範囲になります。また、リフトを設置するためには、壁の構造や強度を考慮する必要があります（図6）。



図6 壁面取り付け型のリフト

6.2.2 支柱取り付け型リフト

このタイプのリフトは、壁に取り付けられるリフトです。バスルームや寝室などの狭いスペースでの移動を支援しますが、壁掛けタイプ同様にアームの長さが可動範囲になります。また、床に支柱を立てて設置するリフトでも、床の耐荷重や固定の安定性を確保する必要があります（図7）。



図7 支柱取り付け型のリフト

6.3 リフトの設置費用

リフトの設置に関連する費用には、機器自体の購

入費用、施工費用、必要な改修や補強工事の費用などが含まれます。予算や資金調達の計画を立てる必要があります。また、リフトの長期的な使用にはメンテナンスとサポートが必要です。定期的な点検、機器の保守、必要な修理や交換パーツの入手などを考慮する必要があります。

これらの課題については、専門家やリフトメーカーとの相談やアドバイスを受けることが重要です。地域の法律や規制に従いながら、安全かつ効果的なリフトの設置を行うことが求められます。

6.3.1 福祉制度の活用

筆者の在住する神奈川県福祉制度には、住宅設備改良費の補助があります。この制度は、障害者の生活環境整備を進めるため、その障害者に適した住宅設備の改良工事の費用を補助するものです。天井走行式移動リフトの設置の項目では、「下肢または体幹機能障害2級以上で児童を除く65歳未満の人が対象となります。補助額は最高100万円までです。」となっています¹⁾。

このような福祉制度を活用することで、リフトを導入するハードルも低くなります。しかし、所得に応じて自己負担が生じたり、一度しかこの制度を利用できないという場合もありますので、詳しくは各市町村で確認することが必要です。

7. 旅行先でのリフトの利用

筆者が1990年に初めて海外（アメリカ）に旅行した時は、軽度の障害者用のバリアフリー・ルームしかないホテルを予約してしまったため、車いすで浴室まで段差なしに行くことは出来ましたが、浴室にリフトの設備はありませんでした。そのため入浴は、車いすで浴室の浴槽近くまでバックして、背もたれをリクライニングさせることで洗髪だけは何とか行うことが出来ました（図8）。

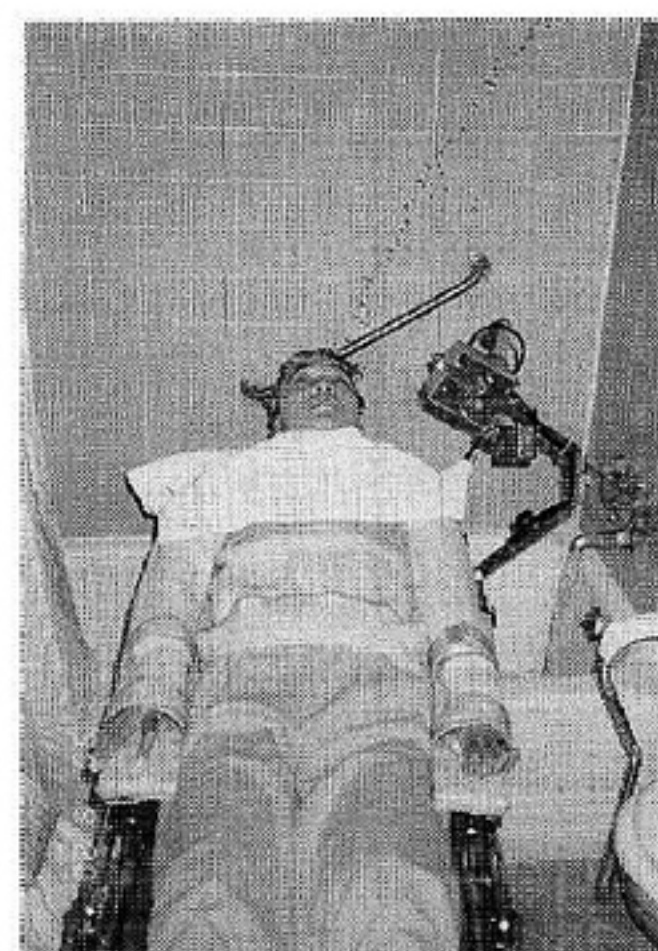


図8 アメリカのホテルでの洗髪の様子



図9 リフト用のスリングシート

身体は旅行中の10日の間をタオルで清拭をしてもらったことで、幸いにも皮膚などのトラブルはありませんでした。しかし、シャワーも浴槽も利用できなかったため、残念ながらリフレッシュは得られませんでした²⁾。

その後、マレーシアやイギリスなどへ旅行をした時は、宿泊するホテルはバリアフ

リー・ルーム（浴室にリフトが設置されていたり、床走行型のリフトが装備されていてベッドから浴室に移動できる設備のある部屋）を予約することで、自分が自宅の入浴で使用している入浴用吊り具（スリングシート）だけを持参することで、付き添い者が一



図10 温泉旅館のバリアフリー・ルームの浴室に設置されているリフト

人でも旅先での入浴も可能となりました（図9）。

また近年では、日本でも浴室にリフトが完備されたバリアフリー・ルームのあるホテルや旅館も増えてきています。事前にインターネットなどでリフトが設置されているか？を確認してから宿泊する部屋を予約することによって、付き添い者が一人でも旅先での入浴も楽しめるようになりました³⁾（図10）。

8. おわりに

四肢麻痺者の入浴とリフトの活用は、生活の質の向上を促進するためのとても有効なオプションであると言えます。リフトを利用することにより、四肢麻痺者が安全に一人で独立して入浴が可能となるわけではありませんが、筆者の体験からも身体的な健康や心理的な側面の向上をもたらすことは間違いありません。

しかしながら、リフトの導入にあたっては、費用や設置に関する制約、適切なサポート体制の確立が重要となります。今後は、技術の進歩と共により使いやすく効率的なリフトシステムが開発され、リフトを導入する際の福祉制度（助成金など）の充実がなされることで、四肢麻痺者の入浴支援のさらなる向上が期待されます。

【参考文献】

- 1) 神奈川県「障がい児者のための制度案内」令和5年3月発行：住宅設備改良費の補助 P83
- 2) 金子寿：パークレー体験旅行記（米国における重度障害者の自立生活に学ぶ）1991.12. 発行
- 3) 飛璃夢（F.L.C.会報）：車いすで楽しむバリアフリーな旅 2016