

# いきいき SMILE

すべての人の「元気で長生き」「健康で快適な生活」を応援する総合生活情報紙—いきいきスマイル—

2007.SPRING

創刊号

■編集・企画／

毎日新聞大阪センター

〒530-0001 大阪市北区梅田3-4-5

TEL:06-6346-8734

■取材協力／川村義肢株式会社

■デザイン／ネオジオ

■広告のお問合せ／オフィス21 (☎06-6910-2266)

1

## INTERVIEW



1本のスキーの上に椅子をセットし、ストックの代わりに先端に小さなスキーがついたアウトリガーでバランスを取りながら滑る「チェアスキー」。大日方邦子さんは交通事故での右足切断のハンディを克服。1998年、長野パラリンピックで日本人として初の冬季パラリンピック金メダリストとなり、2006年のトリノパラリンピックでも金メダル、銀メダル2つを獲得。いまや常に世界の頂点で戦うチェアスキー界のトップアスリート・大日方選手に、チェアスキーをはじめたきっかけや選手生活についてお聞きしました。

## “チェアスキー”で世界のトップアスリートへ

## INDEX

いきいきインタビュー 1

長野・トリノパラリンピック・チェアスキー  
金メダリスト、大日方邦子さん

美加の逸品「楽々通販」 2

兵庫・甲子園「カーベ・カイザー」  
たんたん丹波のとりりんプリン

いい日いい旅、いいお宿 3

自然暮らし体験ツアー・和歌山、  
岐阜のグリーンツーリズム  
車いすでも泊まれる「有馬温泉ホテル・花小宿」  
フラダンスで体力アップ Vol.1

いきいきリフォーム・アドバイス 4

プロがアドバイス。  
介護にやさしいリフォーム  
車いすでもらくらく生活  
「玄関と廊下」より快適に!

カ・ン・タ・ン旬感クッキング 5

アスパラミルクパスタ

介護保険制度を使おう 6

予防重視型になった介護保険  
う・れ・し・い「オリジナルな公的介護  
サービス」あ・れ・こ・れ

装具技術最前線 7

カンタン、軽量、スポーティーな  
夢の装具「ゲイトソリューション」  
開発者・山本教授に聞く

商品紹介&トピックス 8

ユニバーサルデザインフード  
プレゼント



O B I N A T A K U N I K O

おびなた くにこ  
長野・トリノパラリンピック  
チェアスキー 金メダリスト  
**大日方邦子さん**

「すぐに競技を始められたのですか?」  
いえいえ。最初は道具もレンタルで借りて、友人と滑りに行くくらい。大学に入ってから、年に何回か初心者講習会に参加するようになって、クラブ活動の感覚で競技を始めました。周囲からすすめられて選手になって



「スポーツが大好きだったのですね。」  
そうですね。小さい頃から割と活発で、特に泳ぎは得意でした。小学校のクラスでは水泳でいつも1番か2番でしたね。

「チェアスキーとの出会いを教えてください。」  
今から17年ほど前になりますが、横浜のリハビリセンターに義足の修理に行ったら、そこにチェアスキーの用具がセットされた状態で飾ってあったんですね。初めて見るものだったので「これは何だろう?」と。スキーには前から興味があつて、一度かかりつけの医師に相談したことがあったのですが、私の障害の状況では無理だと言われました。今と違って昔は情報が行き届いていませ

んから、チェアスキーそのものが知られていなかったんですね。

「チェアスキーの用具がセットされた状態で飾ってあったんですね。初めて見るものだったので「これは何だろう?」と。スキーには前から興味があつて、一度かかりつけの医師に相談したことがあったのですが、私の障害の状況では無理だと言われました。今と違って昔は情報が行き届いていませ

んから、チェアスキーそのものが知られていなかったんですね。

「チェアスキーの用具がセットされた状態で飾ってあったんですね。初めて見るものだったので「これは何だろう?」と。スキーには前から興味があつて、一度かかりつけの医師に相談したことがあったのですが、私の障害の状況では無理だと言われました。今と違って昔は情報が行き届いていませ

「2度のパラリンピックでゴールドメダリスト!」  
なにかきっかけがあったのでしょうか? いちばん大きかったのは、アメリカのサラ・ウィル選手と出会ったことです。彼女といろいろと話をして競技に対する姿勢や人間性に深い感銘を受けました。次の大会では彼女と肩を並べて競い合える選手になっていた、と強く感じました。

「長野大会では見事、滑降で金、スーパードリルで銀、大回りでも金メダルを獲得しました。」

「チェアスキーの用具がセットされた状態で飾ってあったんですね。初めて見るものだったので「これは何だろう?」と。スキーには前から興味があつて、一度かかりつけの医師に相談したことがあったのですが、私の障害の状況では無理だと言われました。今と違って昔は情報が行き届いていませ

「チェアスキーの用具がセットされた状態で飾ってあったんですね。初めて見るものだったので「これは何だろう?」と。スキーには前から興味があつて、一度かかりつけの医師に相談したことがあったのですが、私の障害の状況では無理だと言われました。今と違って昔は情報が行き届いていませ

「チェアスキーの用具がセットされた状態で飾ってあったんですね。初めて見るものだったので「これは何だろう?」と。スキーには前から興味があつて、一度かかりつけの医師に相談したことがあったのですが、私の障害の状況では無理だと言われました。今と違って昔は情報が行き届いていませ

「チェアスキーの用具がセットされた状態で飾ってあったんですね。初めて見るものだったので「これは何だろう?」と。スキーには前から興味があつて、一度かかりつけの医師に相談したことがあったのですが、私の障害の状況では無理だと言われました。今と違って昔は情報が行き届いていませ

「チェアスキーの用具がセットされた状態で飾ってあったんですね。初めて見るものだったので「これは何だろう?」と。スキーには前から興味があつて、一度かかりつけの医師に相談したことがあったのですが、私の障害の状況では無理だと言われました。今と違って昔は情報が行き届いていませ

「チェアスキーの用具がセットされた状態で飾ってあったんですね。初めて見るものだったので「これは何だろう?」と。スキーには前から興味があつて、一度かかりつけの医師に相談したことがあったのですが、私の障害の状況では無理だと言われました。今と違って昔は情報が行き届いていませ



<http://www.kawamura-gishi.co.jp/>

**川村義肢株式会社**

〒574-0064 大阪府大東市御領1-12-1

本社: TEL 072-875-8020 FAX 072-875-8041

問合せ先 (K-tech ケーテック)

[matsuda@kawamura-gishi.co.jp](mailto:matsuda@kawamura-gishi.co.jp)

## チェアスキー レンタル

冬のスポーツを始めてみませんか? 滑走日数が多ければ多いほど上達します。  
連絡の方法は、まず電話かFAXで予約し、所定のレンタル申込用紙で下記まで申込みください。

### モノスキー mono ski

ガススプリングリフトアップ機構搭載。ロックレバーを解除し、アウトリガーを使ってプッシュアップすることにより容易なリフトアップができます。(リフト搭乗時に使用します)

- レンタルセット内容:  
チェアスキー本体  
アウトリガー左右1セット
- シートはS・M・Lの3サイズが選択できます。
- フレーム材質: チタン

※写真はスタンダップバインディングタイプです。レンタル品は、ネジ固定式のインバージョンバインディングになります。

#### 参考シートサイズ

Sサイズ	臀部幅	320~330mm
Mサイズ	臀部幅	340~360mm
Lサイズ	臀部幅	370mm~

レンタル価格 (2泊3日)

21,000円 (税込)

レンタル延泊料金 (1日)

5,250円 (税込)

販売価格 (本体価格)

441,400円 (税込)

※販売価格には板・アウトリガー・バインディングは含まれておりません。

### バイスキー bi ski

特殊構造の2枚板が運動するバイスキー。モノスキー程度座位バランスを必要としません。またエントリーモデルとして最適です。オプションで転倒防止装置がセットできます。

- レンタルセット内容:  
バイスキー本体  
アウトリガー左右1セット・スキー板
- シートはS・M・Lの3サイズが選択できます。
- フレーム材質: スチール

#### シートサイズ

大人用	臀部幅	380mm
子供用	臀部幅	340mm

レンタル価格 (2泊3日)

21,000円 (税込)

レンタル延泊料金 (1日)

5,250円 (税込)

販売価格 (本体価格)

525,000円 (税込)

※販売価格にはアウトリガーは含まれておりません。



自宅に居ながらにして、全国の美味しい物、優れたモノが手に入る時代。公私共に食べるのが大好きなライター中島美加が、「おいしい」だけでなく身体にも優しい、こだわり通販を厳選。「これは!」という作り手の愛を感じる逸品を紹介します。お試しあれ!

## 楽々通販



〜美加の逸品〜



甲子園球場のお隣で31年。ドイツ菓子「カーベ・カイザー」のショークースにこのプリンが並び始めたのは、昨年の夏。砂糖も卵も3種類を使い分けるほど材料にこだわる大隅シェフが、

最高の牛乳に出合ったのがきっかけ。丹波地方で作られる氷上牛乳は低温殺菌＆ノンホモ製法で、生乳の風味抜群。飲み口の良さや後味の甘さ、香りにノックアウトされたのだそう。丹波産の卵と合わせ、牛乳と卵を贅沢に使った柔らかいプリンが誕生した。最近では店先で「たんたんたん」と歌うように注文する子供の姿がよく見られる。

「病気で食欲のない方に贈ったら、ペロリと平らげた...など、喜びの声が届くたび、私も幸せになります」とシェフ。瓶のすみずみまで届くよう、付属のスプーンは長さ16cm。赤ちゃんや病人に食事を食べさせるのに使い勝手が良いと評判で、プリンを食べた後、愛用している人が多いのだそう。なんとも微笑ましいこぼれ話!



【たんたん丹波のとりりんプリン】  
1個294円・6個箱入1,869円から  
発送可(送料別途)

### ■カーベ・カイザー

<http://www.k-b-kaiser.co.jp>  
兵庫県西宮市甲子園四番町1-31  
9:00AM~8:00PM 第1・3火曜休  
商品注文はフリーダイヤルか  
フリーファックスで。  
フリーダイヤル 0120・47・2466  
フリーファックス 0120・58・1012



## 障害者スポーツのすそ野を広げたい

そして、記憶に新しい06年のトリノパラリンピックでも大回転で金メダル、滑降とスーパー大回転で銀メダルを。長野大会が終わってから、代表チームが実質的に解散状態になったため、次のソルトレックパラリ

ンピックはいろいろな意味で半ば混乱した状態を迎えることになりました。長野以降、注目されることも多くなりましたし、メダリストとしての発言や結果を求められるようになっていたのが、選手としての意識レベルも自分の中で相当に高まっていたのですが、ソルトレックでは結果的に思うような成績を残すことができず、非常に残念でした。その分トリノ大会では、

という思いで再起をかけて必死に練習に取り組みました。結果については、自分としては納得している部分とそうでない部分があつて、アスリートとして、さらに上をめざす気持ちで強くなった大会でもありました。



### 日本のチエアスキーに海外の選手も注目

用具に対するこだわりはありますか?

そうですね。競技の性格上、自分の体にマッチしたチエアスキーを使用することが第一なので、滑りを変えるときにはスキーも新調します。チエアスキーの主なパーツは

海外の選手が使っているスキーと比較して、違いはありますか?

チエアスキーは競技レベルも選手層もどんどんレベルアップしてきているのですが、日本製のスキーは海外でも評価が高く、注目されています。前回の北米合宿でもカナダの選手から質問せめにあたり、熱心に写真を撮られたりしましたよ(笑)。



### 自分自身との戦い、勝利へのこだわり

チエアスキーの魅力はどんなところですか?

なんといっても一面の銀世界の中にいられる気持ち

ちよさ、です。スキーは自然から得られる力を利用してできるスポーツで、年齢に関係なく誰でも楽しめるのがいいですね。特にチエアスキーは障害のあるなしにかかわらず楽しめます。競技としてのチエアスキーは筋力やバランス感覚など、いろんな力を生かすことができ、競技人生が比較的長いスポーツだと言われています。私は「技術の引き出し」と呼んでいるのですが、対応能力の幅が広がると戦術的にも有利で、奥が深いところに醍醐味を感じています。

今後の目標を聞かせてください。

トリノ大会が終わってから、練習方法を少し変えて、パーソナルトレ

ーナーの指導で持久力をつけたり体全体をバランスよく鍛えるトレーニングを積んでいます。私は普段は温和にみられることが多いのですが、ゲレンデに立つと人が変わるとよく言われます(笑)。球技などと違って、対戦型のスポーツではないので、結局は自分自身にどれだけ強くなるか、だと思っています。勝利にこだわって、2010年のバンクーバー大会ではトリノ大会以上の成績をあげたいですね。

ゆくゆくは選手の育成にも携わりたいですし、パラリンピックを含めて社会全体に障害者スポーツのすそ野を広げていきたいと考えています。

## PROFILE

大日方邦子(おびなた・くにこ)  
1972年、東京都生まれ。3歳のときに交通事故で右足を膝上から切断し、左足にも重傷を負う。高校2年よりチエアスキーをはじめ、1994年冬季パラリンピック・リレハンメル大会で国際大会デビュー。以降、国内外のチエアスキー競技に出場し常に上位入賞の成績を誇る。中央大学卒、NHK職員。著書に「壁なんて破れるーパラリンピックメダリストの挑戦ー」(NHK出版)。



公式ウェブサイト  
<http://www.geocities.jp/obkuniko>

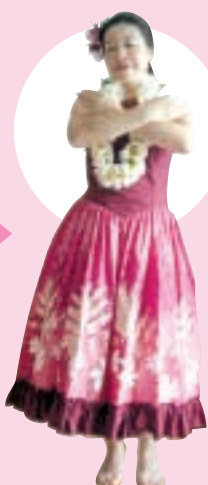
## 「愛してます=アロハ」



1.両手を160度ぐらい広げます。手の指先にも神経を使って。



2.両手を胸の前あたりに持ってきてクロスさせる。



3.完全に手をクロスさせる。愛しい人を抱き寄せるような感覚で。

### フラ・ストレッチ3箇条

- 1.指先を揃えて、美しく伸ばす。
- 2.曲を聴きながら、南国をイメージ。
- 3.とにかく笑顔! 笑顔で踊れば福来る!



西尾加代子先生  
フラダンス歴7年。京都市中京区のフラダンス教室「レイモミ・フラ・メイツ」のインストラクター。社会福祉士の資格も持つ。

### =フラは楽しい=

「フラダンス=腰を振る踊りと思われがちですが、美しい手の動きが最大のポイント。だから腰痛や足が不自由な方は椅子に座り、手を動かすだけでいいんです。余裕があれば曲に合わせて、左右に2歩ずつリズムミカルにカニ歩きをすれば、ダンスらしくなります。また介護者の方なら、フラは疲労回復のストレッチになるはず。私自身、介護の仕事をしていた時、趣味のフラダンスのおかげで筋肉が鍛えられ、身体を壊さずすみえました。ストレス解消にもいいですよ。」



日本で人気のハワイアン奏者ケアリー・レイシェルのベストアルバム『セント・オブ・ジ・アイランド、セント・オブ・メモリー』。全日空のテレビCMでも使われた「涙そうそう」の吹き替え版も収録されている。







生活をより快適に！  
介護にやさしいリフォーム

第1回

## 家の顔「玄関&amp;廊下」

体が不自由になった時、そんな時こそ住み慣れた自宅での生活が一番心やすまるスペース。より快適な暮らしのために、ここでは、介護が必要な人のためのリフォームを取り上げました。そこで月に約100件の改修工事を手がける川村義肢株式会社「ホームケア部 住宅改修課」の主任・平田敬作さんから、住居のエリア別にアドバイスをもらいました。まずは家の顔である「玄関&廊下」です。

10家10色&  
10人10色の改修

一般的なりフォームと高齢者や障害者の方が希望する改修とは、さまざま違いがあるようです。ご本人の疾病や身体状態、家の構造の違い、予算…10軒のお宅があれば10通りの改修方法があるという平田さん。

Q1 どんな点に  
注意したら  
いいのでしょうか？

まず『使い勝手のよさ』を最優先にしなければ、せっかくの改修が無駄になることも。そして将来的なことも考えておきましょう。今後予想できる身体機能の変化や介護力の変化などです。転倒予防など、今必要でなくても『予防』としての改修も心掛けましょう。

Q2 改修したいと  
思ったら、  
まず何を？

まず介護被保険者ならケアマネージャーに、障



害をお持ちの方なら市町村に相談を。その後、弊社をはじめリフォーム会社にご相談にのびるのが基本的な流れです。打ち合わせは自宅で、不便を感じている方が在宅時に行いましょう。改修案は実際に家の中の行動を再現し、不具合を検討しましょう。

弊社の場合はお問い合わせいただきましたら、福祉専門担当者と改修担当者が伺い、さまざまな角度から細やかな相談に応じています。介護保険の利用法やその他の助成制度についても詳しくご案内できます。

Q3 介護保険が  
適応されるのは？

対象者（※1参照）が改修する場合、事前に市町村に申請すれば20万円までの改修が1割負担で行えます。改修費20万円の場合は2万円負担、改修費が10万円なら1万円負担となり、残り10万円が今後1割負担の対象となります。制度の利用

※1 介護保険制度  
対象者とは

- 65歳以上で要支援1・2または要介護1・5と認定された方
- 40歳以上64歳以下で特定疾病を有し要支援1・2または要介護1・5と認定された方

※2 対象となる  
住宅改修とは

- 1 手すりの取り付け
- 2 床段差の解消
- 3 滑りの防止、移動の円滑化のための床材変更
- 4 引き戸などへの扉の取り替え
- 5 洋式便器などへの便器取り替え
- 6 その他、前各号の住宅改修に付帯して必要となる住宅改修

玄関  
要望の多いのは？

段差の解消です。杖などで歩行する場合、段数を増やして段差を低くして手すりをつける場合が一般的（写真1・2）。段の高さは10センチ位が適当と言われています。踏み込み幅は最低30センチ必要です。ただし俗に言うカニ歩きをされる方なら、より広い幅が必要です。車いすの場合はリフトやスロープにしましょう。セメントを使ってスロープを作ることもできますがマンションの共有部だったり、大改修を望まれない方には持ち運びできる商品（写真3）をおすすめします。



写真2



写真1



写真3

写真6



天井と床をつつぱって支えるタイプや据え置きタイプの手すりもあります。また、手すりだけでなく、しっかり身体を支えられる歩行器（写真6）をすすめる場合もあります。

廊下  
賃貸だったり、家の構造で手すりを  
ビスで固定できない場合は？

上がり口の段差を解消しましょう。杖利用者なら踏み台などで段差をやりわけて、段差の昇降や靴を脱ぎ履きする場所には手すりをつけましょう。

（写真4・5）。手すり以外では腰掛いすを利用する方法もあります。上がり口から廊下へ、手すりをつけるご家庭も多いです。



写真7

廊下  
なるほど！  
便利用品も  
豊富ですもんね。

Sérieux 帝塚山

老人性乾燥肌・湿疹・かゆみに  
竹のエキスを！！乾燥からくる  
湿疹・かゆみを改善する

竹エキスの入浴剤

薬用アピュアクリーム  
80g 定価6,000円(税込6,300円)バスマイルド竹湯  
500mL 定価4,800円(税込5,040円)お試し  
価格お試し  
価格

4,800円(税込5,040円)

3,500円(税込3,675円)

「クリーム」+「竹湯」セット ▶ 7,900円(税込8,295円)

老人性乾燥肌からくる「湿疹」「かゆみ」などでお悩みの方に、竹のエキス「竹酢液」を配合した『アピュア』が大好評。

大人気！しっとり入浴剤と  
修復力抜群クリーム

## ■バスマイルド竹湯

乳白色の入浴剤です。毛穴の老廃物を取り除き、血行を良くし、新陳代謝を促して肌を活性化させます。お風呂上がりは肌がしっとりします。

(成分) ミネラルオイル・竹酢液・シソエキス・カミツレエキス・アロエベラエキス-1・ホホバ油・ティートリー油 その他

## ■薬用アピュアクリーム

あらゆる肌トラブルにご使用頂ける「薬用クリーム」。潤いを与え、改善力に富み、新陳代謝を高めて、なめらかな肌へと改善していきます。

(成分) 竹酢液・コクトオリゴ・ヒノキチオール・シソエキス・小麦胚芽油・ヨモギエキス・ヒアルロン酸 その他

## ご注文・お問い合わせ

0120-64-0005

受付／AM9:30～PM8:00(日・祝はPM6:00まで)

株式会社セリュー帝塚山

大阪市住吉区帝塚山中1-10-3  
FAX.06-6672-9090 http://www.serieux.co.jp

- 商品は申し込み後7日前後でお届けします。
- 送料630円お客様負担となります。●お支払いは商品到着時に代金引換でお願い致します。
- 商品到着後7日以内返品可。但し返品送料はお客様負担になります。商品開封後の返品は不可。
- 特価期間：2007年4月末日まで。

## 「竹酢液」とは…

竹から抽出した天然成分で、優れた抗菌・殺菌作用があることが知られています。

## 《竹酢液の主な効果》

- ◎消毒・消炎・殺菌効果がある
- ◎かゆみを抑える
- ◎細胞を活性化させる
- ◎新陳代謝促進
- ◎荒れたお肌を収れんする
- ◎自然治癒力を高める



★健康★モ★  
「低栄養」を防ごう

- ★一日三食必ずとろう。
- ★食欲のない時は  
おかずから食べる。
- ★運動や社会活動して  
食欲増進に努めよう。

「医食同源」。食は健康の源と言われていますが、粗食の方が「健康」にいいと思われがちです。しかし、高齢期からの食事はエネルギーやたんぱく質など栄養素をしっかり摂ることで骨折や感染症になりにくい体力を作り、筋肉、皮膚も強くなります。四季の旬を味わいながら健康を心がけませんか？

坂本広子の

かんたん旬感クッキング

アスパラミルクパスタ材料(2人分)

グリーンアスパガス…6本(260g)  
エビ(ラクトイガー)…6尾(100g)  
玉ねぎ…100g  
クリームチーズ…50g  
パスタ…160g  
A 牛乳…300cc  
米粉(上新粉)…大さじ1と1/2  
B 塩…小さじ1/2  
あら挽きしょうゆ…少々  
油…大さじ1

作り方

- ①アスパラガスは4cmの長さにつ切りし、さつと湯通しする。
- ②エビはからをむき、半分に切る。玉ねぎは7mmのくし切り。
- ③クリームチーズは1cmのサイコロ切り。
- ④油をフライパンに入れて、アスパラガスをさつと軽く焦げ目がつくまで炒めて取り出す。エビを入れて炒めて取り出し、玉ねぎを炒める。アスパラガスとエビをフラ

●アスパラミルクパスタ●



イパンに戻す。  
⑤Aを合わせて④に入れ、Bで味つける。③を入れて混ぜる。  
⑥パスタを指示通りに茹で、⑤に絡めていただく。

坂本広子(さかもとひろこ)  
料理研究家として30年にわたり「食育」の普及につとめ、相愛大学客員教授、神戸女子短大講師として食育授業を担当。体感食育をすすめるキッズキッチン協会の副会長。サカモトキッチンスタジオ主宰。



高齢者、障害者の生活を快適にする福祉機器・用具の展示と様々な情報の発信の場として、例年約10万人のご来場と600団体近くの出展があります。なかでも川村義肢(株)の本年の出展テーマは「見せたい!伝えたい!飛び出したい!」として、グッドデザイン賞受賞の短下肢装具・ゲイトソリューションデザイン、新型携帯用会話補助装置・ボイスキャリーベチャラ、チェアスキーなどを展示予定です。会場では各種セミナーやワークショップも多数開催されます。ぜひご来場ください。

川村義肢主催のワークショップ

- 4月12日(木) 11:00~12:30  
携帯用会話補助装置「ボイスキャリーベチャラ」と弊社取扱いACC機器のご紹介
- 4月13日(金) 13:00~14:30  
座位保持装置と車いす用バックサポート「Vトラック」のご紹介
- 4月14日(土) 15:00~16:30  
脳卒中後に用いるAFO(短下肢装具) ※会場はいずれも1号館第2セミナー会場

第13回 高齢者・障害者の快適な生活を提案する総合福祉展  
**バリアフリー2007**  
会期 2007年4月12日(木)~14日(土) 10時~17時  
会場 インテックス大阪(川村義肢ブースは4号館:4-1101)  
大阪市住之江区南港北1丁目5番102号  
南港ポートタウン線中ふ頭駅下車  
入場料 無料

廊下幅が狭くて車いすでの移動が困難な場合、柱位置を変えて幅を広げる方法もありますが、私たちは改修にこだわらず、発想を転換。回転半径が一般の車いすより25センチも小さく、その場で回転できる「6輪タイプの車いす(写真7)」をすすめることも。改修だけでなく、費用もかかります。

からね。改修箇所ごとに価格を表記した見積もりを出すので、優先順位を考えながら計画を練ってください。

例えば、最初は家中に手すりを希望されていた方が、手すりを減らして、後は福祉用具をうまく利用して満足された例もあります。



川村義肢(株) ホームケア部  
住宅改修課主任  
平田敬作さん(32歳)

入社して6年間、住宅改修一筋でやってきた改修のプロ。福祉用具専門相談員と福祉住環境コーディネーター2級、ホームヘルパー2級の資格をいかし、さまざまな角度から相談者の悩みの解決に挑む。

平田さんから 創業60年を迎えた川村義肢は、高齢者や障害者とのおつき合いを通じ、さまざまな疾病や要望に対処してきた実績が強みです。家の改修に限らず、予算や利便性を考えて、便利なサポート用品のご提案(販売&レンタル)も織り込んで、総合的にコーディネートしています。まずは気軽に相談して下さい。窓口は「げんきセンター」電話072-968-0130です。ご相談・お見積りりは無料です。

大満足の改修実例

廊下の改修の基本は手すりや敷居撤去ですが、昨年の冬、「より安全に」を考え好評を得た例を紹介。

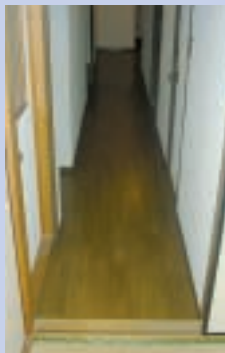
「温度バリアフリー」  
大阪・Nさん邸

Nさんの悩み:冬期に脳血管障害を引き起こすきっかけになるのが、部屋の温度差。脱衣場は温度管理をしたが、部屋から浴室やトイレに移動する際、寒い廊下を歩くのがつらい。

廊下を床暖房に



廊下の必要部分に  
温水マットを敷きつめる。



仕上げにフローリング材を敷けば、新しい廊下の完成!

川村義肢株式会社の解決策:通常、リビングや脱衣場などの改修に使う温水による床暖房システムを廊下に採用。その際、以前の廊下を剥がさず、上に温水マットを敷き、フローリング材をのせて仕上げた。マットやフロアリング材の厚さで15ミリ床があがったが、もと

もと敷居の段差があったので、バリアフリーになり一石二鳥。

「底冷えしていた廊下がぬくぬくで、安心&快適」だとNさんは大喜びだとか。

●床暖房システムとは

ガスで温めた60度の湯が、温水マット内の配管を循環。フローリング表面は30度ぐらいを保ち、部屋全体が足元から温まるシステムです。

予算の目安(6畳の場合)

熱源機	71,400円
温水マット	54,075円
仕上げフローリング	88,200円
計	213,675円 (工事費別途)

「ガス温水設備 床暖房 カワック」で実現!温度バリアフリー!!



ガス温水床暖房セット  
はやわざ



ガス温水浴室暖房乾燥機  
ミストカワック

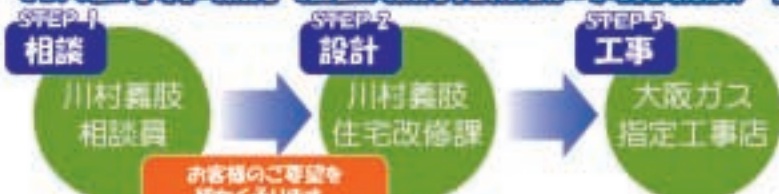
? 温度バリアフリーって?

人の身体は体温を調節しようとするために血管を収縮させるので、室温の変化によって血圧が急激に変化します。冬場、入浴による急激な温度差は血圧上昇をまねいて、とくにお年寄りには大敵。浴室暖房なら温度差を解消するので、快適に一番ぶるが楽しめます。



【中核設備として入浴時からの温度差を抑えます。】  
温度差バリアフリー

「ガス温水床暖房・浴室暖房乾燥機は川村義肢へ」



※工事は大阪ガス住宅設備機器特約店が行います。販売、施工は大阪ガス供給エリア内に限ります。

「ガス温水床暖房セットはやわざ」、「ガス温水浴室暖房乾燥機ミストカワック」は大阪ガス株の登録商標であり、大阪ガス株式会社製の商品です。



## う・れ・し・い 各自治体の特色ある取り組み

## 「オリジナルな公的介護サービス」あ・れ・こ・れ

## ◆羽曳野市

## 「寝具交換サービス」

無料でシーツ、マットレスパッド、毛布を貸し出し、シーツは月2回(夏場は4回)、マットレスパッドは年4回、毛布は冬場に2回交換。希望者には敷替えも実施。対象：概ね65歳以上の在宅で生活している寝たきり等で生活に支障のある要支援1、2・要介護1～5の方。

## 「在宅高齢者移送サービス」

大型福祉タクシーを利用して通院等を行う際に、1か月に2750円分のタクシー利用券を4枚交付。対象：概ね65歳以上の在宅高齢者で、一般交通機関の利用が困難な要介護4、5の方。

## 「福祉理美容助成事業」

寝たきりで理美容院に出向くことができない方の自宅に訪問して調整を実施。1回2500円(年3回まで)。対象：概ね65歳以上の在宅高齢者で要介護3～5の方。

★問合せ＝高齢介護課 072-958-1111

## ◆島本町

## 「移送サービス事業」

通院・役場等への移動のために利用した寝台車及びタクシーの移送費の助成(1日3千円まで・月2回まで利用可能)。対象：要支援、要介護に認定されている65歳以上の方。

★問合せ＝高齢福祉課 075-962-2864

## ◆長岡京市

## 「家族介護者等リフレッシュ事業」

文化行事鑑賞利用券(長岡京記念文化事業団主催の各種演奏会、演劇などの公演チケット購入時に利用できる助成券・1枚につき3千円以内の配布) マッサージサービス利用券(1枚につき30分)の配布。いずれも限度額を越えた場合は自己負担。年1回2枚まで交付(どちらにも利用可)。対象：介護保険で要介護3～5の認定を受けており、申請日前月に在宅で生活した期間が15日以上の高齢者の介護者。★問合せ＝高齢介護課 075-955-9713

## ◆宇治市

## 「在宅・要介護高齢者介護者への激励金」

在宅の寝たきりや認知症の高齢者介護に頑張っておられる介護者の方1名に年1回・3万円を支給。対象：要介護3～5の認定を受けており、基準日前から1年以上継続して65歳以上の要介護高齢者を常時介護している配偶者または3親等以内の親族。

## 「花プレゼント」

介護激励金を受給した介護者の誕生日にお花をプレゼント。

## 「介護者同志の交流会」

要介護3～5の認定を受けている高齢者を在宅で介護している方の交流会を開催。参加費無料。

★問合せ＝健康生きがい課 0774-20-8793

## ◆京田辺市

## 「紙おむつ及び尿取りパッドの給付」

紙おむつ及び尿取りパッドの支給(月2700円まで)。対象：在宅の要介護認定1～5の高齢者。★問合せ＝健康介護課 0774-64-1373

## ◆草津市

## 「外出支援サービス」

リフト付きタクシー利用券(タクシー初乗り運賃代を月に2枚)を交付。対象：要介護3～5の在宅高齢者。

## 「在宅介護支援金」

月5千円を給付。対象：要介護3～5の高齢者を常時、在宅で3カ月以上介護している方。

★問合せ＝長寿福祉・介護課 高齢者福祉グループ 077-561-2362

## ◆野洲市

## 「介護者マッサージサービス事業」

介護者の元気回復のためのマッサージ費用を1回2500円・年6回を限度に助成。対象：要介護3～5と認定された在宅高齢者を介護する方。

## 「おむつ費用助成事業」

在宅の寝たきり高齢者に対して、紙おむつの購入費用を助成(チケット式で月額1万円以内)。対象：在宅で常時おむつを要する高齢者で寝たきりまたは重度の認知症の状態が3カ月以上経過している方。

★問合せ＝高齢福祉課 077-587-6074

## ◆神戸市

## 「ひまわり収集」

一人暮らしの高齢者の自宅の可燃ごみを玄関前まで出回って収集。ごみが出ていない場合など、収集時に声かけして安否確認も実施(収集は週2回まで・無料)。対象：一人暮らしの高齢者(65歳以上)で、概ね要介護2以上、介護保険のホームヘルプサービスを利用している方(同居者がいる場合でも高齢者、虚弱者、年少者でごみを出せない場合を含む。障害者の方も適用あり) ※詳細は下記に問合せを。

★問合せ＝環境局業務課 078-322-5291

## 「ほっとヘルパーサービス」

軽度の認知症高齢者の自宅に専門的な知識を持った支援員を派遣。見守り、話し相手、外出支援を行う。利用料800円(週1回・概ね5時間)。対象：要介護、要支援認定で介護保険の支給限度額の7割以上を利用、ホームヘルプサービスを利用している方。障害老人・認知症老人の「日常生活自立度判定基準」で「A」以下かつ「I」または「II」ランク程度の方。★問合せ＝介護保険課 078-322-5221

## ◆紀の川市

## 「寝具洗濯・乾燥消毒サービス事業」

無料で寝具の洗濯(年2回まで)、寝具の乾燥・消毒(年6回まで)を実施。対象：寝具の洗濯・乾燥が困難な概ね65歳以上の単身高齢者、高齢者のみの世帯。老衰、心身障害及び傷病で臥床している高齢者。重度身体障害者の方。

★問合せ＝高齢福祉課 0736-75-3111

## ◆奈良市

## 「訪問理美容サービス事業」

心身障害や傷病等で理美容院に出向くことが困難な方の自宅に訪問、頭髪の刈り込み及び顔そり(理容のみ)を実施。1回2000円(年6回まで)。対象：在宅で概ね65歳以上の高齢者の方。★問合せ＝介護福祉課 0742-34-5422

## 奈良

大阪

京都

滋賀

兵庫

和歌山

## 介護保険制度とは？

介護保険は、高齢者の介護を社会全体で支える制度で、40歳以上の人が保険料を納め、介護や支援が必要になった場合、保険によって介護サービスが受けられます。

平成18年4月からは予防に重点をおいたものに改正されました。

主な改正点は、従来の介護サービスが症状により「要介護」が5段階に分かれていたのに対し、症状が軽度の人の状態を悪化させないように効果的な介護予防サービスを利用する「要支援1」「要支援2」というランクが新設されました。

## 介護予防サービスとは？

これまでの居宅サービスの内容が変更されたもの。健康状態の悪化予防の主なサービスとして、介護予防訪問介護・通所介護(デイサービス・通所リハビリテーション)や介護予防福祉用具の貸与などです。

また、通所介護などの中で、選択的サービスとして①理学療法士らの指導によりストレッチ、有酸素運動など運動機能の向上②栄養改善③口腔機能の向上④などのプログラムが利用できます。目標に応じて複数の組み合わせも可です。

## 介護サービスを受けるには？

要介護・要支援認定の申請が必要です。

①申請＝本人又は家族、指

## 在宅サービスを利用するには？

「要介護」の場合は、在宅サービスか、施設サービスかを選び、ケアマネジャーと相談の上、さまざまなサービスのなかからその人にふさわしい介護サービス計画(ケアプラン)を。要支援1・2の場合は介護予防サービス計画(介護予防ケアプラン)を立て、サービスを利用します。

原則として利用者は費用の1割負担。施設を利用するときは施設に直接申し込みます。詳しくは地域の「介護保険課」「福祉課」などにお問い合わせください。

## 介護保険を利用すれば

介護保険には利用者が住みなれた家での自立した生活や介護負担の軽減を目的にした住宅改修、福祉用具の購入、レンタル費用の支給制

度があります。「住宅改修費の支給」については、4ページのリフォームページ※1と※2を参照して下さい。

支給を受けるためには事前申請が必要です。「福祉用具購入費の支給」レンタルになじまない福祉用具を購入された場合、費用(上限10万円)の9割が支給(1割負担)されます。

●対象となる福祉用具  
①腰掛便座(和式便器の上に置き腰掛け式にする▽洋式便器の上に置き高さを補う▽電動、スプリング式で立ち上がり補助機能のあるもの▽ポータブル)②入浴補助具③特殊尿器④簡易浴槽⑤移動用リフトのつり具部分

このほか福祉用具のレンタルサービスを受けることも出来ます。レンタル価格の1割が負担額です。車いす、スロープ、歩行器、歩行補助杖、特殊寝台、床ずれ防止用具、移動リフト、体位変換器、認知症老人徘徊感知機器など、介護度によって利用できないものもあります。



## もっと知りたい 介護保険

## ◆「こうかわる！介護保険」

(小竹雅子著、岩波書店、504円)。市民の手による市民のための介護情報を発信している小竹さんの本。小竹さんは、改正介護保険を市民サイドから考え、問題点などの整理につとめてきた人。利用者の質問に答える形でQ&A形式でまとめられている。

## ◆小竹さん主宰の市民福祉情報オフィス・ハスカップ編「おかしいよ！改正介護保険」

(現代書館、1890円) も利用者の立場から書かれている。

## ◆「介護保障ガイド」－これからの生活設計と介護－

(B5判、44頁、200円)。財団法人生命保険文化センターが発行。「公的な介護保険の仕組みと内容」や「生命保険会社の介護保険の仕組みと内容」などを分かり易くまとめている。また、老後の生活設計を考える上で参考になる公的年金、個人年金などを解説した「ねんきんガイド」(B5判、60頁、100円)なども発行・頒布している。出版物の資料請求はFAXかハガキ、インターネットで受け付け。お問合せは、同センター出版係(〒141-0031 東京都品川区西五反田7-13-5 DK 五反田ビル、電話03・5437・8510、Fax 03・5719・5150) ホームページは、http://www.jili.or.jp。

## 病院と直結という、安心感。

守口生野記念病院と渡り廊下で直結なので、ずっと安心。最新医療と繋がった、充実のセカンドライフを提供いたします。



在宅介護に限界や苦痛を感じている。

一人暮らしや家族構成に不安を感じる。

長期にわたる入院(所)で退院(所)を求めている。

こんな方々のニーズに、しっかりと応えたいします。

ご夫婦で介護を受けながら生活したい。

のんびりとした老後を過ごしたい。



## 利用料金

入居一時金 100万円より  
(償却期間5年・返還金制度有り)  
月額利用料 13万4,500円より  
(実費相当額・食費・管理費含む)

## 守口佐太有料老人ホーム ラガール

(大阪府介護保険特定施設) 所在地：大阪府守口市佐太中町6丁目17番34号

只今入居者募集中！ お問い合わせ・資料請求は

06-6901-1151  
www.ghs-inc.co.jp/lagare

## 協力医療機関 医療法人弘道会 守口生野記念病院

◆診療科目：内科・外科・脳神経外科・整形外科他  
◆協力内容：往診・緊急時の医療対応、定期健康診断(2回/年)  
◆所在地：守口市佐太中町6丁目17番33号

## 大阪府有料老人ホーム 設置運営指導方針による表示事項

●類型/介護付有料老人ホーム(一般型特定施設入居者生活介護) ●居住の権利形態/利用方式 ●利用料の支払い方法/一時金方式 ●入居時の要件/入居時自立・要支援・要介護 ●介護保険/大阪府指定介護保険特定施設(一般型特定施設・介護予防特定施設) ●介護居室区分/全室個室 ●介護にかかわる職員体制/3:1以上

## 守口佐太有料老人ホーム ラガール施設概要

●所在地：守口市佐太中町6丁目17番34号 ●交通：地下鉄谷町線大日駅下車徒歩20分(1,600m) ●敷地面積：5,885.34㎡ ●延床面積：8,045.80㎡ ●構造：鉄骨鉄筋コンクリート造 ●エレベーター：15基 ●総室数：151室 ●今般専業居室(個室)7室、2人室5室 ●職員体制：介護職員57名、看護職員7名、夜間(19:30～翌7:00)の介護職員数7名 ※これら介護・看護職員数は入居率90%の場合以上の(最少時介護職員6名) ●居室面積：個室(18.53～24.98㎡)、2人室(27.16～43.69㎡) ※居室面積は広面積で表示 ●入居条件：65歳以上、入居時自立・要支援1～要介護5 ●入居一時金(専用居室及び共用施設の終身利用権取得のための費用)：100万円～1,610万円 ●返還金制度：5年償却・個室の場合(入居一時金-10万円)×(60カ月-入居月数)/60カ月、2人室の場合(入居一時金-20万円)×(60カ月-入居月数)/60カ月 ●契約事務手数料：個室10万円、2人室15万円 ●その他費用：居室内電気代、外泊業者の取り扱い、オムツ・嗜好品等購入費、有料サービス料(付添・送迎・代行政サービス料1,575円/月) ●施設からの契約解除：入居中退室の虚偽があったり、他の入居者に危害を及ぼす等の行為がある場合には、入居契約を解除し得る場合があります。 ●施設年月日：平成18年10月1日 ●事業主：弘道会ライフ株式会社 ●有効期限：平成19年3月31日

事業主体 弘道会ライフ株式会社





## ■すべての人に「歩き易さ」を

「ゲイトソリューション」は、脳梗塞、脳出血など、主に脳血管障害を患って歩行麻痺が残った人のために開発された短下肢（ひざから下）装具です。ゲイト（gait）＝歩行、ソリューション（solution）＝問題解決、のネーミング通り、機能や装着方法、デザインなど、すべてにわたって従来の概念を覆した画期的な“夢の装具”として注目を集めています。デザイン面では国内外で2つの賞を受賞し、ユーザーからの評価も高い「ゲイトソリューション」。開発者である工学博士・山本澄子さんにお話を伺いました。

装具技術  
最前線  
Interview

ユーザーの「今の状態」  
に合わせられる装具を

脳血管障害後遺症による片麻痺の方は下肢筋の麻痺により安定して歩行することがむずかしくなります。「ゲイトソリューション」は、片麻痺の方の歩行の問題点を解決して、楽に歩くことを目的に開発された装具です。

「このままつけて帰りたい」「このひと言が原動力に」

分析と開発をすすめる

開発のきっかけは、静岡県内のリハビリセンターのセンター長さんからの相談でした。今から約20年前になります。その頃に一般的だったのは足をほぼ固定することを目的とした短下肢装具。麻痺の程度の個人差に対応するものではなく、「たとえ、メガネはそのときの視力に応じて選びますよね。装具も個々の状態に合わせて硬さ（固定する機能）が変えられるようにできないでしょうか」ということでした。それから、100人を

超える患者さんに協力してもらってさまざまな硬さを試した歩行データをとり、それぞれの方が「歩きやすい」というポイントを分析しました。

は「エンジニアがなぜ装具の研究を？」という目で見られていました。それほど、装具が熱心に研究されることがなかったということでした。この開発に本格的に取り組もうと決意したのは、計測用の装具をつけてもらって計測データを集めている時期に、患者さんが「このままつけて帰りたい」とおっしゃったひと言がきっかけでした。さまざまな計測や試作を繰り返して、プロダクトデザイナーと実用化に向けてチームを組み「ゲイトソリューション」は約2年をかけて現在の

たちになりました。商品化するために工夫したのは「カッコよさ」です。短下肢装具は装着してから靴を履くので、左右ほぼ同じサイズの靴が履けるように、機能を損なわずに部品の小さくするかに苦労しました。

モノづくりは  
ライフワーク

私はもともと医師かエンジニアになりたいと思っていて、いろいろ考えた結果、大学の工学部に進み、電気工学を専攻しました。歩行分析には就職後の仕事の一環として携わりました。

「ゲイトソリューション」

は膝下の動きに即して、後ろの動きには硬くてしっかりと、前の動きには軟らかく対応するよう、いわばゴムとバネのような機能をもっています。この動きの硬さを、個人の状態に合わせて調整できるのが特長で、調整部には油圧ダンパーを使用しています。調整部のネジは何ミクロンという人の動きと同様の非常にデリケートな精度が必要で、これを日本の技術で達成しました。「ゲイトソリューション」の完成までには、計測に協力してくださった患者さんをはじめ、エンジニアや理学療法士、デザイナーなど、100人を優に超える方々の協力がありました。その甲斐があつて、「ゲイトソリューション」をつけた方々からは、行動範囲が広がって世界が変わった、旅行にも行けるようになった、という声を聞くことができ、本当に嬉しく思います。今や、私にとってモノづくりはライフワークです。

リハビリにもどんどん  
取り入れてほしい

「ゲイトソリューション」は実用化され、補助具・受託報酬価格対象品として保険も適用されます。普及品として世に出しましたが、まだまだめざすところはあります。活発に歩くことを想定しているのので、「ゲイトソリューション」を使用することによって今まで使わなかった筋肉が使えるようになるという側面もあり、脳血管障害をもった方に限らず広くリハビリにもどんどん取り入れてほしいと考えています。

## カンタン、軽量、スポーティー 今までになかった“夢の装具”



短下肢装具「ゲイトソリューション」  
「ゲイトソリューションデザイン」開発者 山本澄子さん

山本澄子（やまもと・すみこ）  
国際医療福祉大学教授、工学博士。専門である歩行分析の知識を生かし、約20年前から短下肢装具の研究に着手。試行錯誤を重ねた末、2003年「ゲイトソリューション」、2005年「ゲイトソリューションデザイン」実用化に成功。大学・大学院で「福祉援助工学」に関する教鞭をとる一方、「ゲイトソリューション」の普及をめざし全国で年間30回を超える講演活動を行っている。女性で数少ないバイオメカニスト（生体力学者）としても知られる。

最新の理論と技術  
美しく機能的なデザイン  
「歩きやすさ」と  
「装具と靴2つの履きやすさ」を  
かなえる短下肢装具

- 適応症例：片麻痺、腓骨神経麻痺等
- 重さ：370g（制限体重70kg）
- サイズ：足長23cm-26cm  
下腿周径23cm-40cm

※本商品は、国際医療福祉大学 教授  
山本澄子先生のご指導のもと川村  
義肢株式会社が開発を担当した商品  
です。（特許共願中）



油圧緩衝器付短下肢装具  
ゲイトソリューション デザイン

携帯用会話補助装置

<http://www.p-supply.co.jp/>

2007/5 発売開始!!

ボイスキャリー ペチャラ

【声で伝え、会話を楽しんでいただくための機器】



価格 ¥103,740(税込)

- ・専用電池パック／単3乾電池
  - ・メモリーカード対応
  - ・ブリスブレイズ／ブライトオレンジ
- (※SDメモリーカードは付属していません。SDロゴは商標です。)

※いずれの商品もバリアフリー2007・川村義肢ブースにて展示いたします。

**パシフィックサプライ株式会社**

●本社・マーケティング本部 〒574-0064 大阪府大東市御領1-12-1  
TEL **072(875) 8013** FAX **072(875) 8017**



ITEM &amp; TOPICS

## 商品紹介&amp;トピックス

## ①②のプレゼント応募先

ご応募は、ハガキに希望商品、情報紙・いきいきライフの入手先、気に入った記事と、住所、氏名、年齢、電話番号を明記、

〒530-0001 大阪市北区梅田 3-4-5

毎日新聞大阪センター

いきいきライフプレゼント係へ。

07年5月1日の消印有効。当選は商品の発送をもってかえます。

## ① 酵母 焙煎 パン床

日本の味として食卓には欠かせない「漬物」を何と半日で完成！しかも身体にいいビール酵母を使用した漬物床「酵母焙煎パン床」は水を混ぜるだけ。テレビ・はなまるマーケットでも紹介され、ぬかの臭みなく簡単に美味しい漬物が仕上がると人気に。毎日のかき混ぜも不要。サラダ感覚の漬物が楽しめます。

■希望小売価格525円



3つセットで  
10名様に!

お問い合わせは (株) サンセール  
〒558-0053 大阪市住吉区帝塚山中1-10-3  
電話: 06-6672-8114

ホームページからでも購入できる

<http://www.sincere-japan.com>

② 資生堂  
スーパーマイルド  
シャンプー&  
コンディショナー

クリーミーな泡立ちで、サラサラなめらかヘアに。2倍に増量したスーパーモイスチャービタEが乾燥・摩擦などの悪環境から髪を守り、プロテクションAMTが洗髪時の髪の成分流失を防ぎます。この資生堂スーパーマイルド600ミリのジャンボサイズをセットで10名様に。

シャンプー&  
コンディショナーをセットで  
10名様に!



髪にやさしい

メニュー作成、監修

特別養護老人ホーム しゃんぐりう  
管理栄養士 増田邦子先生



でも「かむ力」や「飲み込む力」が低下すると、食欲減退につながり、健康にとって大きな問題です。食べることににより①生きる意欲が生まれる②栄養やエネルギーを補給する③食べる動作により筋肉を動かす④食を介してコミュニケーションが広がる。しかし、歯の治療や、脳神経障害などで「かむ力」や「飲み込む力」が低下し、口より食べ難くなったため、栄養不足となり、それが原因で免疫力も低下し、病気にもかかりやすくなります。

味しく食べたい」という願いに応えるべく、衛生、安全、誤嚥の防止は当然のことながら、「美味しさ・食べやすさ・使いやすさ」というものを追求し、QOL(クオリティー・オブ・ライフ生活の質)の向上に貢献していきたいと思っています。

また、食経験豊かな利用者の「美味しく食べたい」という願いに応えるべく、衛生、安全、誤嚥の防止は当然のことながら、「美味しさ・食べやすさ・使いやすさ」というものを追求し、QOL(クオリティー・オブ・ライフ生活の質)の向上に貢献していきたいと思っています。

## 食は健康の源

性別や年齢、障害の有無などに関係なく誰もが使いやすいモノやシステム、カタチをつくり生活の質を高めようという「ユニバーサルデザイン」。この考え方を「食」に活かした調理済み食品「ユニバーサルデザインフード」が今、注目されています。取材しました。

ユニバーサル  
デザインフード

ユニバーサルデザインフードのキュービー「やさしい献立」は、商品ごとに「やわらかさ・なめらかさ・食べやすさ」に応じて、「容易にかめる」「歯ぐきでつぶせる」「舌でつぶせる」「かまなくてもよい」の4段階があります。この区分は、日本介護食品協議会に準拠し、メニューに応じて、不足しがちな栄養素である、たんぱく質、ビタミン、食物繊維、カルシウム、鉄、亜鉛などをそれぞれ強化したり、食感を工夫しています。

毎日の食事は用意にも手間がとられますが、調理済みのユニバーサルデザインフードを上手に活用し「かむ力」「飲み込む力」が弱くなった人でも食べやすく、いつでも、手軽に、安心して使えるメニューで、介護の負担を少しでも少なくし楽しい食事したいものです。

介護食にこそ大切な  
「味覚」と「見覚」

食事は様々な食材が使われ、ご飯、汁もの、おかずなど、私たちはそれぞれの味や食感を楽しみます。「目」からも食欲を増進させることは大切で、「介護食」も同じです。「舌みをつける」「ゼリー状にする」「やわらかく調理した形のあるものを、本人の目の前でつぶしてから口に運ぶ」など、食べる機能に応じて調理し、食べる環境にも配慮が必要です。

## 「ユニバーサルデザインフード」の区分表

「かむ力」「飲み込む力」に応じて商品をお選びください。日本介護食品協議会 (<http://www.udf.jp>) 区分は次の通りです。

区分	区分1 容易にかめる	区分2 歯ぐきでつぶせる	区分3 舌でつぶせる	区分4 かまなくてもよい	とろみ調整
かむ力の目安	かたいものはやや食べづらい	かたいものや大きいものは食べづらい	細くまたはやわらかければ食べられる	固形物は小さくても食べづらい	飲み物や食べ物にとろみをつけて、飲み込みやすくするための食品です(ゼリー状にできるものもあります)。水などに溶かすと、とろみのついた飲み物や食べ物になるタイプもあります。
飲み込む力の目安	普通に飲み込める	ものによっては飲み込みづらいことがある	水やお茶が飲み込みづらいことがある	水やお茶が飲み込みづらい	

プレゼント  
GREENキュービー  
ユニバーサルデザインフード

ユニバーサルデザインフード、区分1~4までと、ゼリー飲料の5点セットをプレゼントします。プレゼント商品の内容は当方で選びます、ご了承ください。

ご応募は、ハガキに住所、お名前、年齢、本誌の入手場所、気になった記事を明記、平成19年5月1日までに、  
〒530-0035 大阪市北区同心2-5-22  
川村義肢「エイドセンター大阪」キュービープレゼント係へ。

当選は商品の発送を持ってかえます。  
お客様の個人情報は商品の発送のほか、当社のご案内以外には使用しません。

5点セットを  
30名様に!



## キューピー やさしい献立

かむ力・飲み込む力が弱くなった人でも食べやすい、キューピー「やさしい献立」。いつでも、手軽に、安心して使えるメニューで、楽しい食事を応援します。

かたいものが食べにくい方  
飲み込みづらい方  
食事中にととききむせる方  
食事介助が必要な方

## しっかりした味付け

味覚が衰えた方にもおいしく召しあがっていただけます。

## 塩分ひかえめ

すべての製品が塩分ひかえめ。100gあたりの塩分を、約1gに調整しています。

## 栄養素を強化

不足しがちなたんぱく質・食物繊維・カルシウムなどを強化しています。



キューピー株式会社 ホームページアドレス <http://www.kewpie.co.jp> お客様相談室 フリーダイヤル 0120-141-122

キューピーの「やさしい献立」のお求めは



川村義肢「エイドセンター大阪」  
営業時間…10:30—18:00(日、月、祝休)

〒530-0035 大阪市北区同心2-5-22

TEL.06・6356・3607 FAX.06・6356・7275

[www.kawamura-gishi.co.jp/aco/](http://www.kawamura-gishi.co.jp/aco/)

-web店舗- 暮らしいきいき本舗 [www.aco-net.com/](http://www.aco-net.com/)

