



高齢者・障害者のための

お役立ち手作り自助具

自助具とは、運動機能などに障害のある人のために、自力で日常生活動作を行えるように工夫して作られた器具・道具をいいます。

提供 / 社会福祉法人 北九州市福祉事業団 福祉用具プラザ北九州
〒802-8560 福岡県北九州市小倉北区馬借1丁目7-1 総合保険福祉センター1階
TEL. (093) 522-8721 FAX. (093) 522-8771

ソックスエイドを作ろう

膝が曲がりにくくなった、前かがみになるのがきついなどで靴下をはきにくくなった方のための自助具です。



材料

- PPクラフトシート…………… 1枚
(DIYで購入可、百円均一品は不適)
- さなだ紐または布紐など約1m… 1本
- ハトメ(あれば)…………… 2個

作り方

- 1 図1のような型紙を作り、PPシートに写します。
- 2 型のおおりにはさみ(またはカッター)で切ります。
- 3 切り口をサンドペーパーなどで磨いて滑りをよくします。
- 4 上部に二ヶ所紐を通す穴を開けます。あればハトメでとめます。(パンチで開けるときれいに開きます)
- 5 穴にさなだ紐を通して結びます。(図2)



図1 型紙

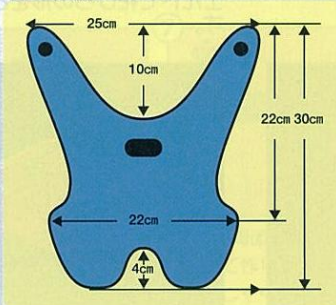
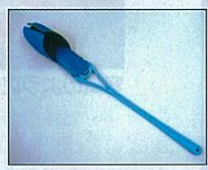


図2



スリッパを使ったソックスエイドの作り方

- 1 滑りのよいビニール製のスリッパの底に、布団たたきの先を切って挟み込みます。
- 2 スリッパの上の部分に足が通るようにT字に切り込みを入れます。使い方は、スリッパの先に靴下を履かせて、スリッパに足を通すようにしてソックスエイドを引き上げます。



使い方



- ・ソックスエイドを丸めて靴下をはかせます。
- ・足先からソックスエイドに滑らせるように通し、ソックスエイドを引き上げるように引っ張ります。