



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

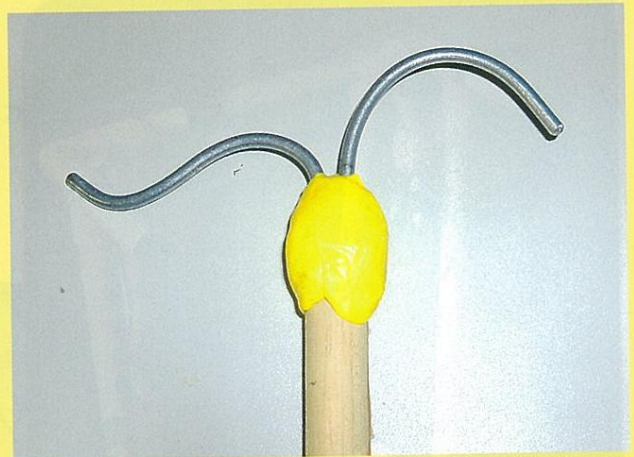
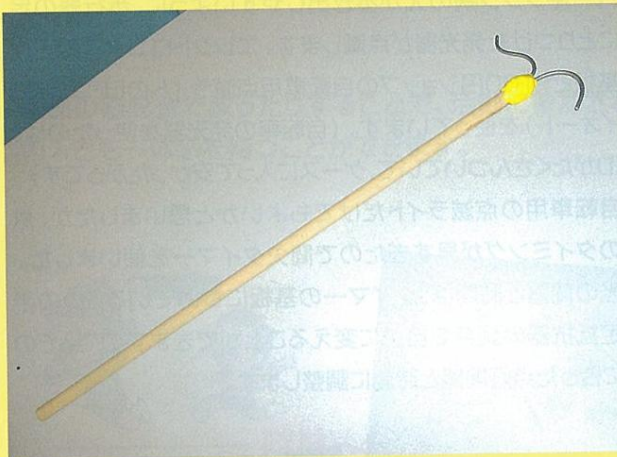
## リーチャーを作ろう

手の届かないものをとるときや着替えのとき、カーテンを開け閉めするときなど、さまざまな場面でいろいろな使い方があります。

※このコーナーの自助具は全国の先輩方のアイデアを福祉用具プラザ北九州で作製・改良したものを掲載しています。

### 材料

- 木の棒(直径15mm)長さ60cm …… 1本
- 針金(直径3.2mm)長さ12cm …… 2本
- 接着剤 …… 適量
- 自由樹脂 …… 適量



### 作り方

① 木の棒と針金の先をやすりなどでけずり、角を取って怪我をしないようにします。

② 木の棒の片方の端に直径3.2mm、深さ4cmの穴を2箇所開けます。



③ 針金の端から4cmのところに印をつけ、そこから先を写真のように曲げます。



④ 穴に針金の先4cmを差し込み、接着剤で固定します。

⑤ 自由樹脂をお湯に入れ柔らかくし、針金と木の棒の接合部を包むように巻きつけて固定し出来上がりです。

※自由樹脂とは、熱で変形するプラスチック様素材です。

### その他のアドバイス

- 木の棒が持ちにくいときは、握りの部分に滑り止めを巻いたり、自由樹脂を巻きつけたりして持ちやすくしてください。
- 重さが気にならなければ、木の棒を太くしてもよいでしょう。
- 重さが気になるときは木の棒の太さを細くしたり、布団たたきのようなプラスチックの棒に穴を開け、針金を刺してもよいでしょう。
- 針金の曲がり具合は、使う方にあわせて調節してください。
- 自由樹脂は、大型量販店の文具・工作用品売り場などで販売しています。

