

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 総合保健福祉センター1階
TEL. (093) 522-8721 FAX. (093) 522-8771

足の爪けずり器を作ろう

膝や股関節が曲がりにくく、手が足先まで届きにくい方、爪きりの操作が難しくなった方、目が見えにくくなり爪が切りにくい方などにおすすめです。



使い方

柄を持ち、爪磨きの部分を足の爪にあて上から下へこすって爪をけずります。

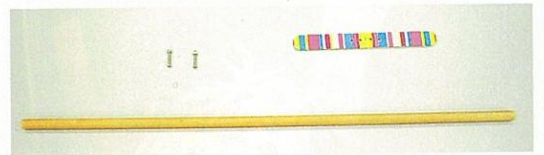
- 爪が伸びすぎないように爪磨きで爪をけずってください。
- 爪磨きが磨耗し爪がけずれなくなったら、爪磨きの部分を取り替えてください。

柄の部分に好きな色を塗ったり、持ち手側の端に穴を開け紐を通してさげられるようにしてもよいでしょう。



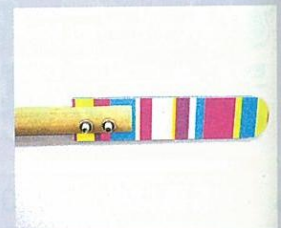
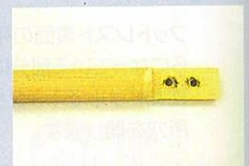
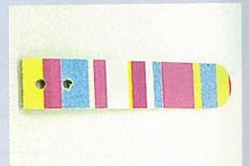
材料

- 丸い木の棒 (径:約12mm、長さ:50cm程度) …… 1本
- 市販の爪磨き (板状のもの) …………… 1枚
- ボルト・ナット (径:3mm、長さ:16mm程度) …… 2本



作り方

- 1 板状爪磨きを半分に切り、断面から7mmと17mmのところ直径3mmの穴を開けます。(半分に切った残りは取り替え用とします)
- 2 丸い棒の先端から2.5cmに切り込みをいれ、写真のように片側半分を切り取ります。(丸みを削って平らにしてもよいでしょう)
- 3 平らになった部分に1の爪磨きの穴に合わせて同様の穴 (直径3mm) を2つ開けます。
- 4 棒と爪磨きをボルトとナットで固定します。



※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。