



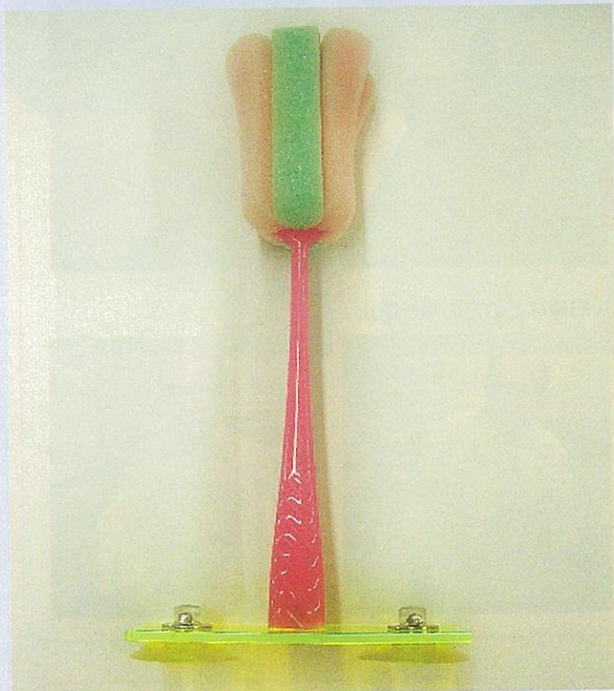
高齢者・障害者のための

# 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

## 片手用コップ洗い器を作ろう

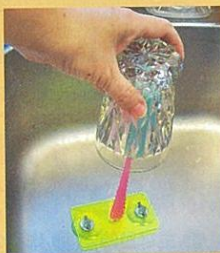


### 材料

- ・柄つきコップ洗い ..... 1本
- ・プラスチック板 (11×6cm、厚さ3mm) ..... 1枚
- ・吸盤 ..... 2個
- ・木ねじ ..... 1個
- ・鉄の棒 (長さ2cm、吸盤の穴に通る太さ) ..... 2本

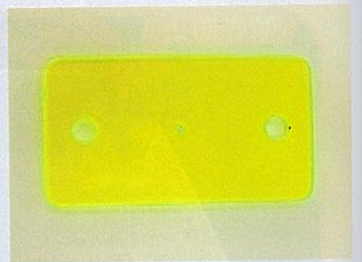
### 使い方

- 流しに吸盤で固定し、スポンジ部分にコップや食器を押し付けて中を洗います。
- 横から押し付けて外側を洗うこともできます。
- スポンジの隙間に箸を当ててこすると箸も洗えます。

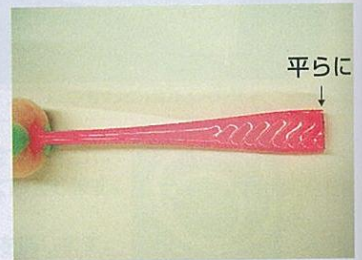


### 作り方

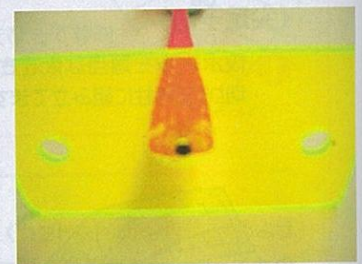
- ① プラスチック板に吸盤の頭と同じ直径の穴を2個(写真)と、木ねじの穴を中央に1個あけます。



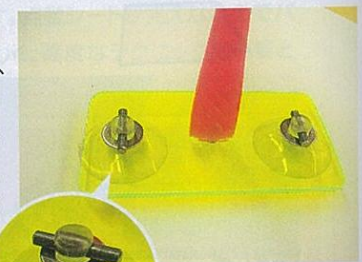
- ② コップ洗いの柄の先端を切って平らにします。



- ③ コップ洗いを①のプラスチック板の中央に木ねじでとめ、瞬間接着剤で固定します。



- ④ プラスチック板の両側の穴に吸盤の頭を入れ、鉄の棒を差し込んで固定します。※このとき鉄の棒が動くようであればワッシャーを入れて動かないようにします。



今月号で「お役立ち手作り自助具」の連載を終了いたします。長期間にわたる連載ありがとうございました。

※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。