

今月のトピックス

『転ばぬ先の杖…その杖、合っていますか？①』

足が痛くなったり、少し歩くことに不安を覚えた時に便利な杖ですが、最近はホームセンターやドラッグストアでも購入できるようになりました。杖は簡単に手に入り、扱いやすいものですが、いろんな種類の杖があるのをご存知ですか？転倒を予防し、安全に歩くためにはそれぞれの身体の状態により一番適当なものを選ぶことが重要です。

●杖の種類

・T字杖

真っすぐな杖に握り手がついている杖。スタンダードタイプのほかに持ち運びに便利な折り畳み型などある。基本的に、杖がなくても自力で歩ける方にお勧め。

・多脚杖(3点・4点)

杖先が3点もしくは4点ある杖。支えるポイントが多いために、安定性が高い。段差がない平らなところではとても便利ではあるが、不安定な路面ではバランスが不安定になりやすい。

・ロフストランド杖

上部に腕を通す輪っか、下部に握り手がついた杖。サポート力や安定感が高く、2か所で体重を支えるために握力が弱っている方でも使いやすい。



多点杖(4点杖)



ロフストランド杖

上記以外にも、杖にはいろんな種類があります。「私にはどんな杖があっているのかな？」と感じた時には、ぜひ福祉用具の販売店や専門スタッフに相談をしてみましょう。

次回は、自分の丈に合った杖の調節の仕方についてご説明します。

今後の行事・イベント情報

7月の行事

七夕

7月7日は七夕です。
皆様に作っていただいた短冊や折り紙などを飾ります。記念に写真撮影はいかがでしょうか？
お楽しみに☆



デイサービス空き状況

月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
△	△	○	△	○	△

○：空き有り △：若干名のみ