

# 車いすのことを知ろう！

※むずかしい漢字は大人のひとに教えてもらおう



車いす、と聞いてどのようなイメージが浮かびますか？



からだの不自由な方や、高齢者が乗るもの、  
など 特別な理由があるひとが使うものとい  
うイメージがあるかもしれません。



ですが、車いすは  
あきらめていた行動にチャレンジしたり  
生活を前向きにとらえる可能性を広げさせて  
くれる道具でもあるのです！



車いすのいろいろなことを  
紹介していきます。



# もくじ

- ①車いすの種類と名称をチェック
- ②車いすの各部位と名称、その機能
- ③からだの大きさや状態に合わせたものを選ぶ

## ①車いすの種類と名称をチェック

車いすとひと口に言ってもその種類はさまざま。

目的と使い方によって選ぶことができます。

# 1 普通型、自走式、自操式車いす

使用者が手動で操作する車いすで、ハンドリムというタイヤの外側についている輪を手でこぐことで走行します。多くの施設や住宅で使用されています。





## 2 介助用、手押し型車いす

ハンドリムがついておらず、使用者ではなく介助者が押して操作するタイプのものです。背もたれの上にハンドクリップがついており、そこに自転車のブレーキと同じような握るタイプのブレーキがついています。普通型とくらべ幅がコンパクト。

折りたたんで持ち運びしやすいように車輪が小さいのが特徴です。



### 3 リクライニング、ティルトタイプ車いす

背もたれの角度を変える機能が付いたリクライニングタイプは、長時間の座っていただけない方などのための背もたれが長いタイプです。背もたれを倒したとき、同時に足の位置も上がり楽な姿勢がとれるような調整も可能になっています。

ティルトタイプは、起きて座っている姿勢そのままの角度で、後ろへ倒せます。倒したときにお尻のズレが少ないのが特徴です。



## 4 競技用車いす

スポーツ種目に合った特徴をもつタイプです。

バスケット用、テニス用、陸上競技レース用などがあります。競技中に倒れにくい工夫や、ぶつかり合ったときからだを守る機能が備わっています。普通の車いすとのちがいは、車輪がハの字形になっていること。角度があることで競技中の細かい動きをサポートします。



## 5 電動車いす

車いすに電動機が備わっているものを電動車いすと呼びます。



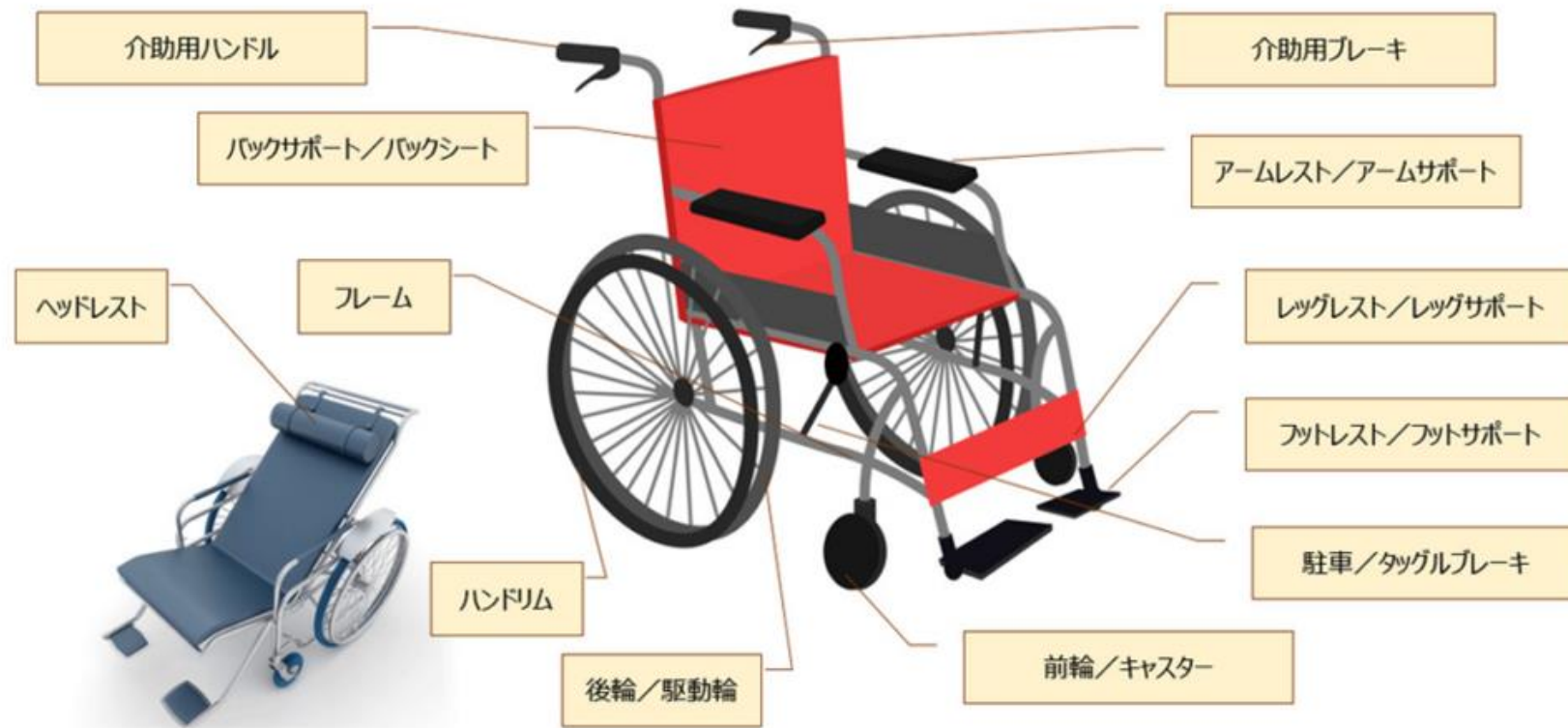
## 5 電動車いす

電動車いすには免許が必要なのか？  
と疑問に思われるかもしれませんが、  
免許は不要です。

一定の条件を満たした電動車いすは、  
道路交通法上で「歩行者」とみなされ、  
歩道を走行できます。



## ②車いすの各部位と名称、その機能

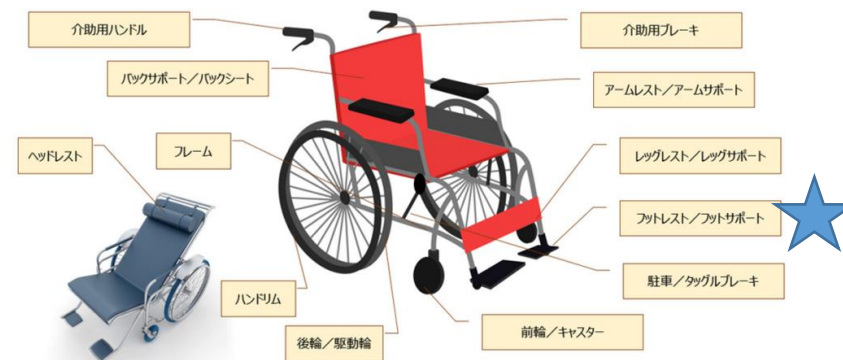


# フットレスト、フットサポート

フットサポート(フットレスト)は、足置きの部分です。

跳ね上げる(たたむ)ことができ、乗降時にじゃまにならないようにしたり、折りたたみの際にコンパクトにしたりすることができます。

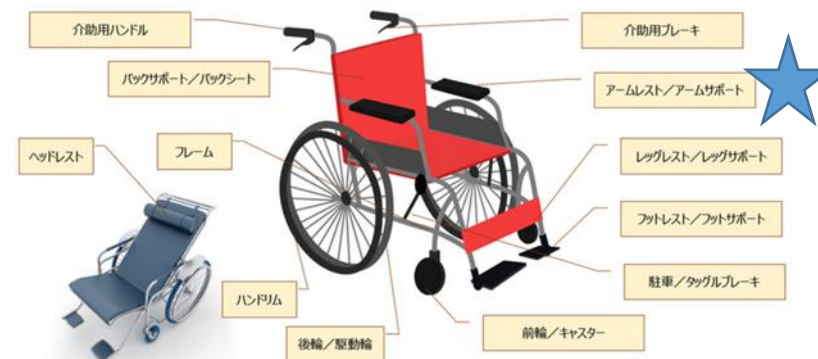
使用者の足に合わせて長さや角度を変えられるものもあります。



# アームレスト、肘掛け、アームサポート

座ったときに腕を乗せるものです。

肘をおいた時にちょうど良い高さが望ましいですが、食卓や机の高さなどに合うかどうかも大切です。調節できるタイプですと、いろいろな場面に対応できます。





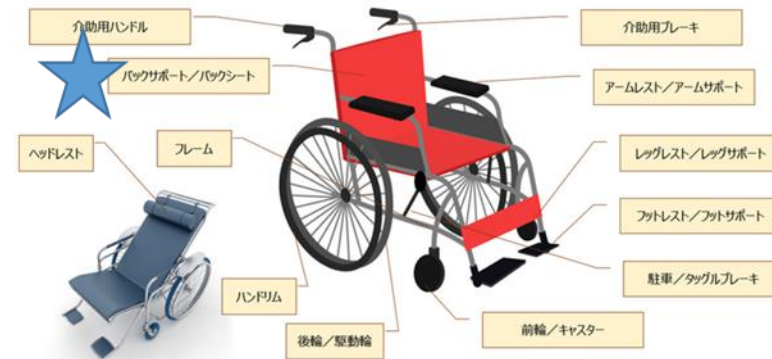
# 背もたれ、バックサポート、バックシート

背もたれによって座る姿勢が安定します。

背もたれ、バックサポートは、高さと角度が重要です。

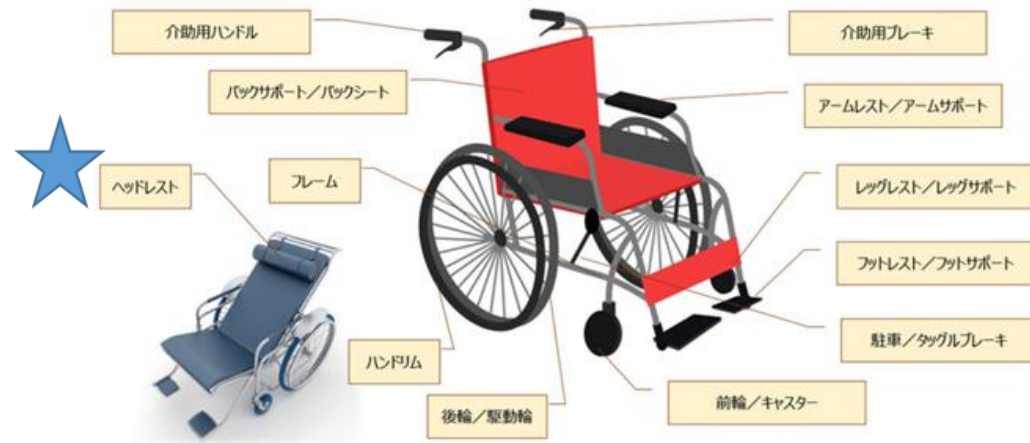
高さがあるほどお尻への負担が軽くなります。

リクライニングできるタイプでは、少し角度をつけることで楽な姿勢を保つことができます。



# ヘッドレスト

頭をささえる部分です。頭的位置やかたむきに合わせて調整し、楽な姿勢で座るサポートをします。首が痛くならないように、背もたれと合わせて調整します。



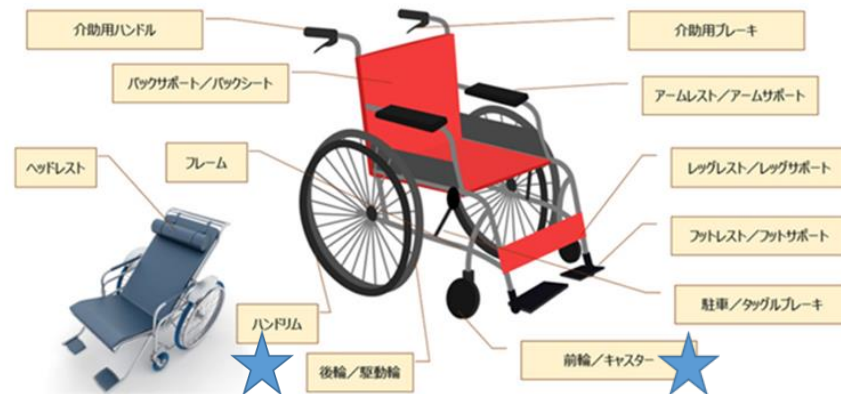
# タイヤ

## 駆動輪（後輪）、キャスター（前輪）ハンドリム

普通の自転車などと同じ、空気が入ったエアタイヤが多く使われています。後輪タイヤの大きさは、自操用（自走用）と介助用でちがいます。

ハンドリムは、自分で車体を操作するための重要な部分で、タイヤとの間隔や形状、素材が工夫されています。

後ろから車いすを押すときは手足を巻き込まないように注意しましょう

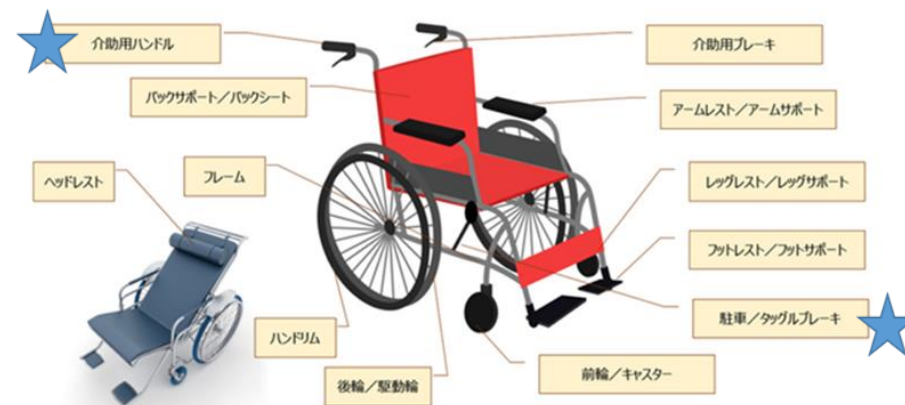


# 駐車用ブレーキ、タッグルブレーキ、介助用ブレーキ

自転車のブレーキのように、押さえつけて車輪を固定します。

駐車時、乗降時にレバーを引いて固定する駐車用ブレーキ(ダッグルブレーキ)や、立ち上がると自動でブレーキがかかるタイプもあります。

介助用のハンドグリップには、握って停車できる介助用ブレーキがついています。



### ③身体の大きさや状態に合わせたものを選ぶ

車いすを選ぶ時には、  
からだの状態、サイズに合わせて、  
医師や療法士などの専門家と相談し  
一緒に選びましょう。  
レンタルが可能なものもありますので、  
本当にからだに合っているかを  
試すことができます。



### ③身体の大きさや状態に合わせたものを選ぶ

車いすのサイズが合わなかったり、  
長い時間おなじ姿勢でいることは  
とてもつらいことです。

座ぶとんやクッションを使って  
楽に座れるように工夫をしてみるのも  
良いでしょう。



### ③身体の大きさや状態に合わせたものを選ぶ

坂道や段差のある場所で、ひとりで車いすを操作することはとても大変です。

もし困っているひとを見かけたら  
「だいじょうぶですか？」と声を  
かけてあげましょう。



# 以下のポイントも参考にしてみてください。

どこで使う？ 屋外？屋内？

利用する範囲の状況はバリアフリー？  
それとも少し段差が多い環境？

身体のサイズに合っているか？

手動？ 電動？





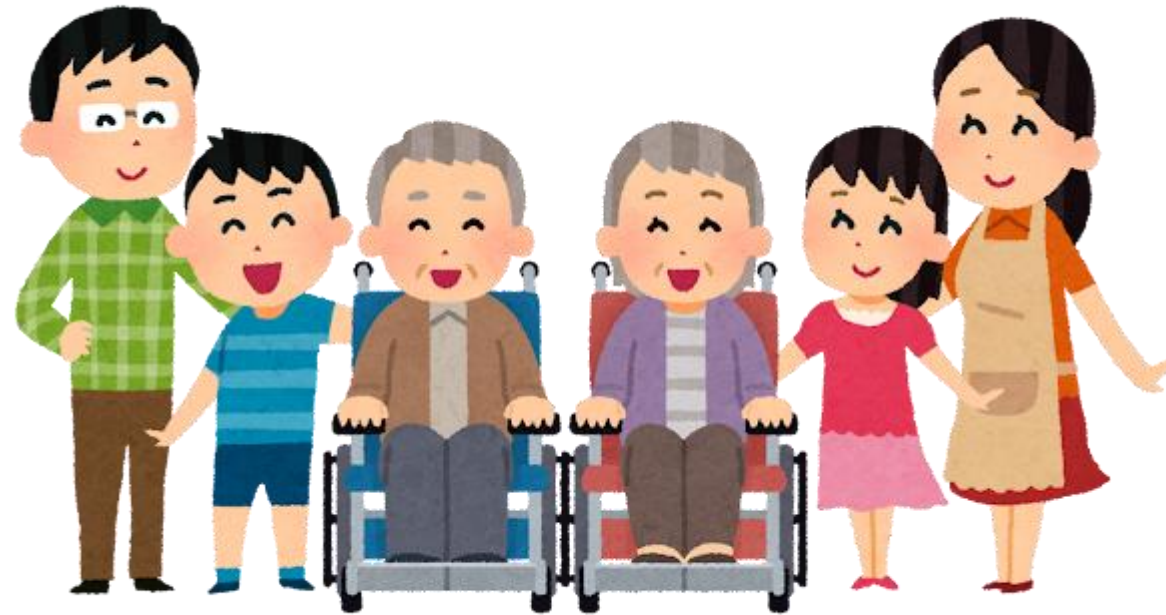
# まとめ

利用したい目的によって、実にさまざまな選択肢がある車椅子。



車いすを選ぶときに一番大切なことは、  
「ご自身の今の生活をより快適でポジティブにするものであるか」  
という点です。

今まで、少し諦めかけていた小さな行動が車いすによって可能になれば、行動範囲や視野がぐんと広がるきっかけになると思いませんか？



車いす以外にも生活を便利にする福祉用具がたくさんあります。

質問や、実際に車いすを見てみたい！という方は社会福祉協議会までお問い合わせください。

