

# 自助具の工房・さやま

大阪狭山市 社会福祉協議会

ボランティアグループ

## 『 自助具ってなに ！ 』

可能な限り 自分で 出来るように 工夫された 手作り道具です

日常生活の中で不便なこと、出来ないこと、  
人に頼まなければならないこと、がたくさんあります。  
そんな 毎日の生活を少しでも 容易に自分で 出来るように、  
工夫された 手作り道具のことです。



手に力が入らず 硬いキャップの蓋も  
道具を使えば 簡単に開きます。

肘があがらない人も、長柄を取り  
付けたブラシなら、自分で髪を  
整えることができます。

このように 簡単な工夫が自立を促し、  
生き甲斐を育てることに繋がります。



# わたくしたちの 活動

ひとりひとりに合った自助具で快適な生活をサポートします

わたくしたちは、自助具の普及を目的として、個人に合わせた自助具を製作し自助具や福祉用具に関する情報提供など、いろいろな相談に応じています。

- 主な活動
- ・相談に基づく自助具の制作
  - ・各種展示会への自助具の展示
  - ・自助具の制作技術の普及
  - ・自助具、福祉用具に関する情報提供



工房の様子



展示品



説明会



# 2021年 3月3～5日 公民館で展示

**すきいま・コラボ企画！**  
 ～やさしさフェア～ 知りたい 自助具 のことを

日常生活で不便なこと、出来ないことを あきらめていませんか？  
 高齢だから、病気だから、障がいがあるから、しょうがない!?  
 「自助具」なら そんなあなたの助けになるかも !!

**1月29日（土）10:00～16:00**

**手作り 自助具コーナー**

使いやすい箸   使いやすいスプーン   電動爪磨き   フタに乗せて出す！  
 ペットボトルのフタ開け

**体験実習・参加費(材料代) 各 1人100円**  
 午前(1回目) 11:00～12:00   木片でロボットを作ろう！  
 午後(2回目) 14:00～15:00

\*参加者 多数の場合 人数制限あり

**介護相談コーナー： 終活アドバイザー(ケアマネジャー)が  
 ご相談にお答えします。**

お問い合わせ先  
 大阪狭山市 社会福祉協議会内 ボランティアグループ  
 自助具の工房 さやま 072-367-6601

私たちもいっしょに盛りあげます!!   ー すきいまメンバーによる出店 ー

手作り 雑貨   アクセサリー   ニットの小物  
 クッションボール   マスク など   使いやすい杖

※自助具を使われた方からのうれしい声。  
 ↓  
 こんな風に助けてくれる物や人がいるんだよ私も知らなかった。気持ちも助けてもらった感じがします。  
 ☺  
 子どもが自分でペットボトルのフタを開けてコップに注げるようになりました。



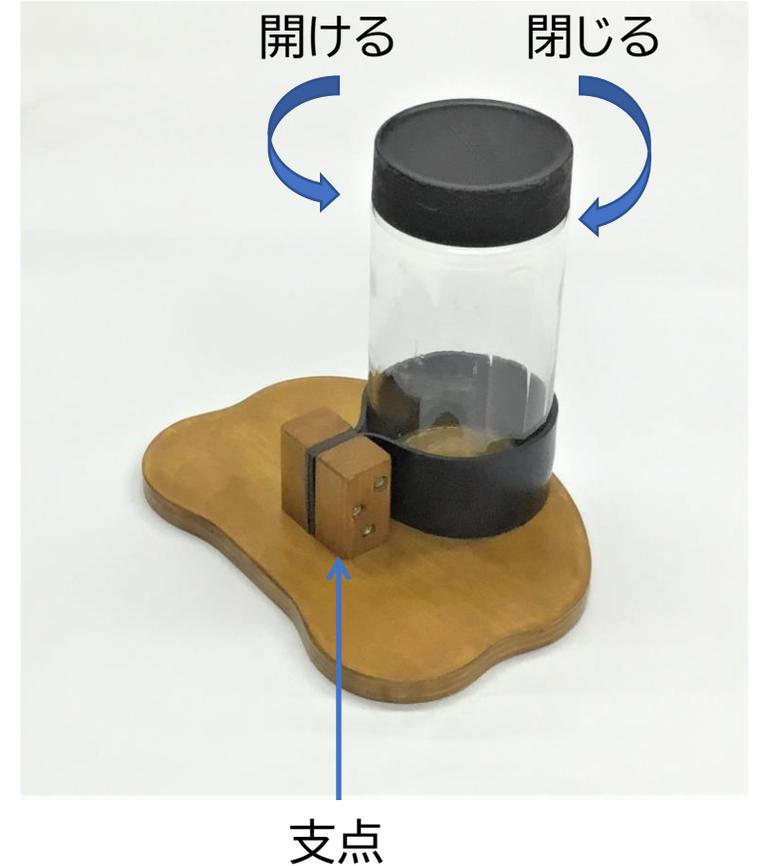
展 示 品

今年、1月29日 大阪狭山駅前の生協の解放スペース“すきいま”を借りて、出展、体験実習、介護用品販売、介護相談などの催し物を企画！…中止(2回)になりました。

# 広口瓶オープナー



ゴムの輪の中に瓶を置き支点を中心に➡方向に回し瓶が締まった所で、開ける、閉めるの方向に回し もうひと捻り蓋を回す。



# ペットボトル・オープナー



革またはゴム

木製

ベルトをキャップに通し 左(開)  
右(閉)に回しベルトが締まった所  
で、もうひと捻り回す。



# ペットボトル・オープナー



アクリル樹脂

キャップに  
乗せ回す



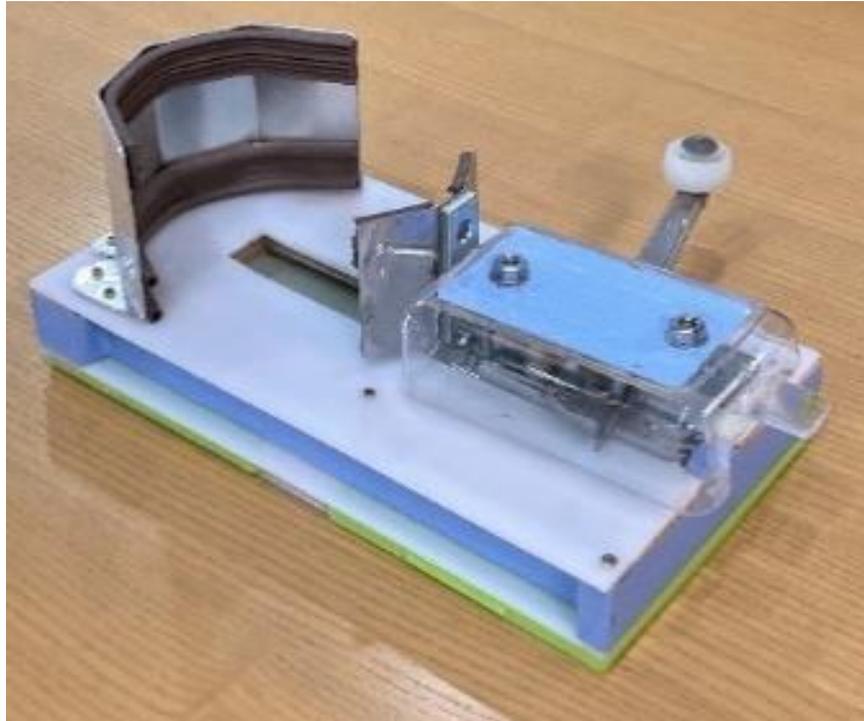
ボトルオープナーは  
色々ありますが扱い  
やすいのはこれが  
一番 !!

軽く手のひらに  
ピッタリ清潔で形  
も色々あります。

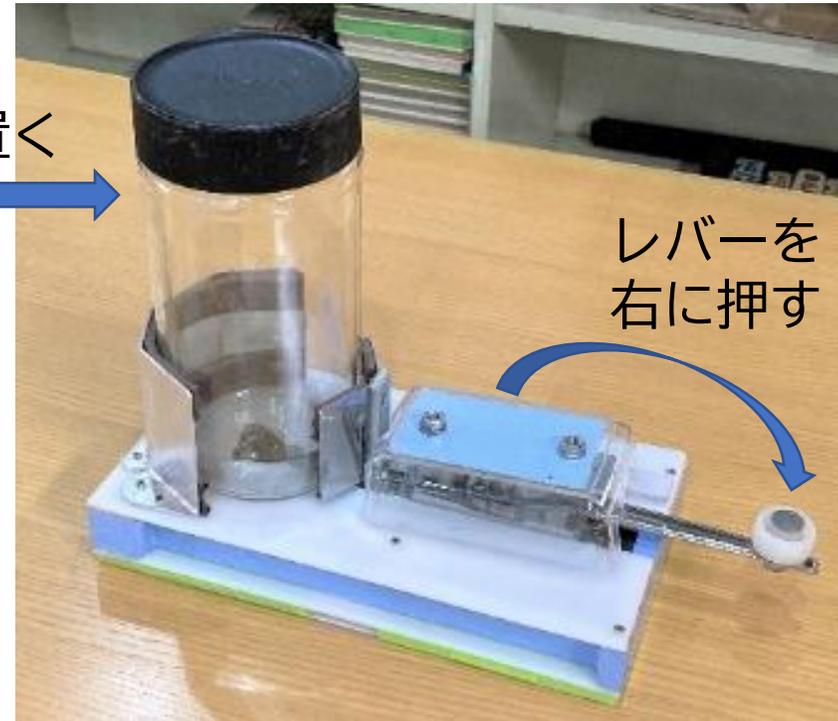
…… 色々 あります。……



# オープナー 容器 固定台



ビンを置く



レバーを  
右に押す

ビン、ペットボトル等 筒状の容器を固定し蓋を開けやすくする器具です。容器を固定ガードに当て、移動ガードで押さえます。レバーを右に回し止まるところで固定。固定された事を確認し蓋を開けます。

# 牛乳パック・オープナー

先を差し入れ広げる

釘を差し込み注ぎ口を  
引き出す



指先に自信のない方、牛乳  
パックがキレイに開けられま  
す。開封後の注ぎ口がキレイ  
です。

# 牛乳パック・オープナー 固定台

オープナーと固定台を合わせて使うと安定感があり使いやすいです。



持ち手を使い牛乳を注ぐ



牛乳の向き  
を変えるこ  
とができる



# 草抜きトング

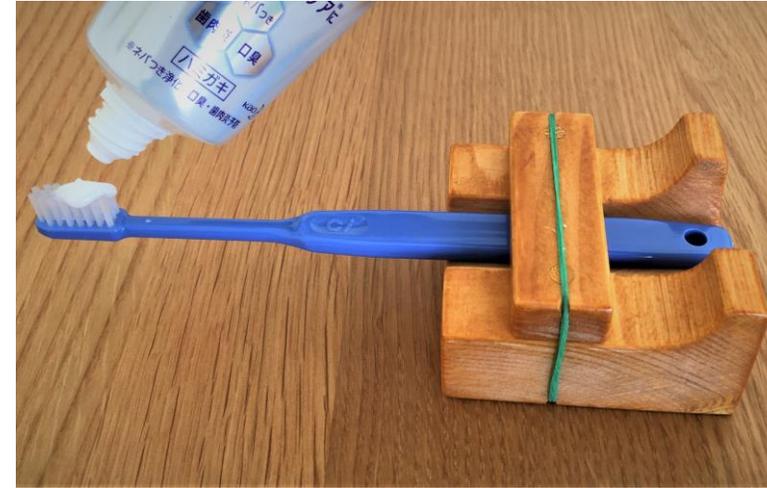
アスファルトや敷石の隙間に生えた雑草を根元から抜くことができます。

窓枠レールのゴミも取れます。



# 歯ブラシ立て

歯磨きペーストをぬる



横置き



縦置き



横置きで歯磨きペーストを塗り付ける（片手で）歯ブラシを付けた状態で縦置き、横置きに静置します。

## 片手用爪切り

爪切りを持って爪が切れない時、固定された爪切りの台に指先を乗せ、切る位置が決まったら軽く手のひらを押しただけで爪が切れます。



## 長柄 ブラシ

手が上に挙がり難い方、長い柄で手の届かない所のブラッシングが出来ます。先のブラシを自分の使いやすい角度に曲げて調整する事が出来ます。



# 爪 研 磨 機



爪を切ることなく、爪が  
整います。  
ブラシ先の紙ヤスリが振  
動し爪を擦り形を整える  
細かい動作が楽になり力  
を入れることなく爪磨き  
が出来ます。

# 洗濯バサミ



洗濯バサミが掴み難い 指先に自信のない方。 …… お勧めします！

持ち手を長くする事により軽い力で洗濯バサミを開くことができます。

# コップ・スタンド



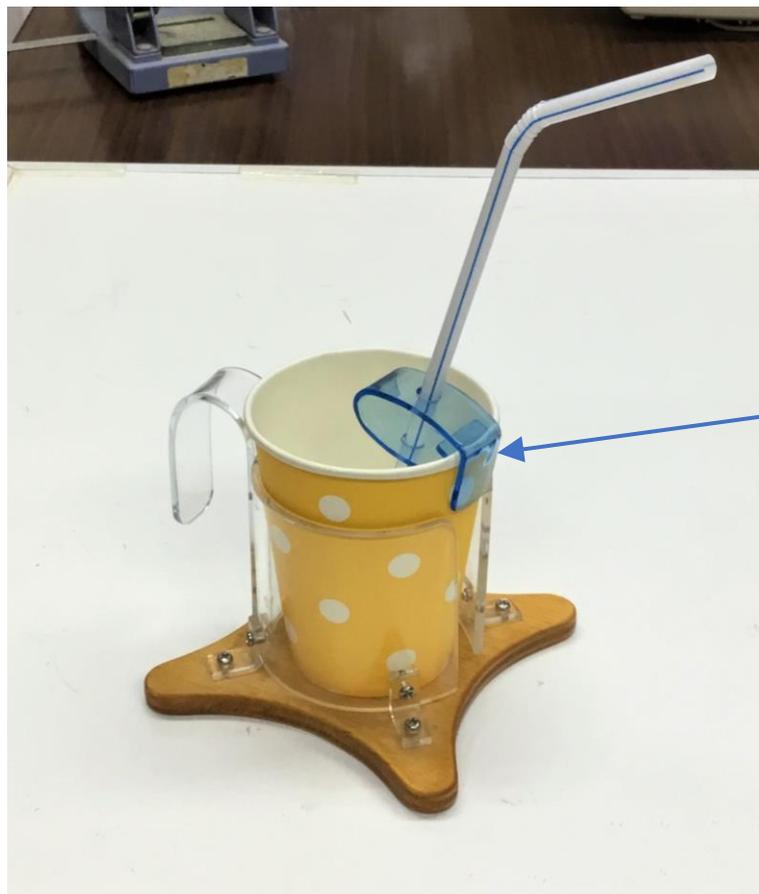
コップを入れる



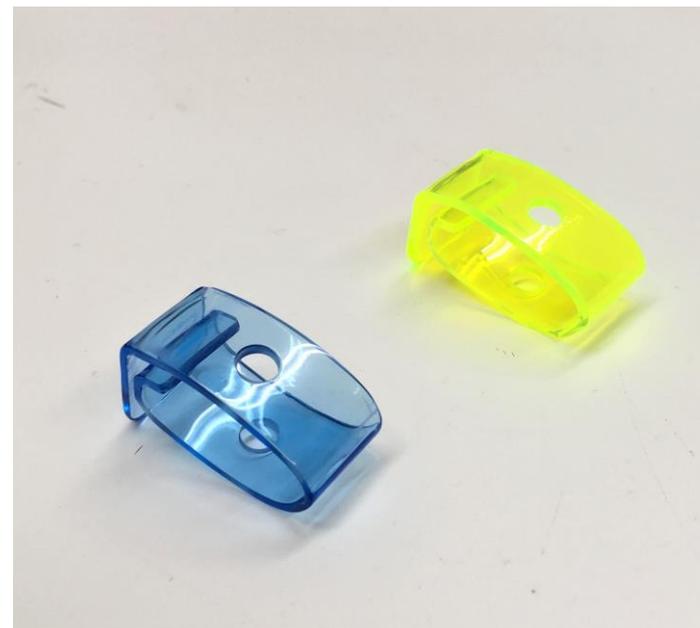
底に置台が付いているのでコップが倒れにくく安定した状態を保てます、一時的に布団の上などに置くことも出来ます。

ホルダーが付いているので手のひらに引っ掛けてコップを持つことが出来ます。

# ストロー・ホルダー



ホルダー



ホルダー



クリップのように  
にコップの縁に  
挟んで固定し片  
手でコップの中  
の飲み物を飲む  
ことができます。



## 使いやすい箸

箸が自由に操れない方、握る側にバネを付けてあるので、握ると自然に箸の先が揃います。

## ホルダー付きスプーン



握る力が弱い、充分に握れない方。手のひらをホルダーに入れるだけで、持つことができます。

## リップ付グキスプーン



柄の部分は発泡ウレタンにする事で、軽く、握り感を調整出来ます。スプーンやフォークの先は、食べやすい角度に曲げます。

# ボランティア 募集 !

あなたも 仲間と一緒に 自助具  
作りに 参加しませんか !

- ・ 年齢、資格は 一切問いません
- ・ 日曜大工や手芸が趣味、得意な方

〒589-0021 大阪狭山市今熊 1 丁目 85

大阪狭山市社会福祉協議会内

ボランティアグループ

『自助具の工房 さやま』

TEL 072-367-6601

FAX 072-366-7407