

うらかな春の日差しが心地よい季節となりましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。

暖かくなり、散歩をするには最適な季節になりました。そこで今回は、歩行器と歩行車についてお話したいと思います。歩行器・歩行車はつえを使用する場合に比べ、歩行能力や歩行の安定性が低い場合に使用します。四脚のフレームを持ち上げたり、滑らせたりして使う歩行器と脚部全てに車輪の付いた歩行車があります。

まず歩行器には、固定型と交互型、前輪付きといった種類のものがあります。腕を伸ばした状態で使うものなので上半身にある程度の筋力がある人でなければ使用が難しい場合があるので体格にあった、バランスのとりの使いやすいものを使用しましょう。

### 固定型

歩行器を両手で持ち上げて前に運び、体を前進させて使用します。立ち上がりの際もしっかりと力を入れることが可能です。姿勢が安定している方に適しています。

### 交互型

左右のフレームの一方を持ち上げて前へ運び、同じ側の足を前進させたあと、反対側のフレームを同様に前進させて歩行します。姿勢が不安定な方に適しています。

### 前輪付き

固定型歩行器に前輪をつけたもので、補助的な後輪がついたタイプもあります。荷重によってストッパーが作動し立位を支えます。姿勢が安定している方に適しています。

次に歩行車には、肘支持型と三輪又は四輪型のものがあり、カートを押すような感覚で使用することができます。そのため、小さな力で動かすことができますが、前に出すぎてバランスを崩してしまいやすいので注意が必要です。

### 肘支持型

上部のパッドに腕や脇をかけて上体を支えながら歩行します。取り扱いが平易なため、早期の歩行訓練から使用できます。

### 三・四輪型

左右のハンドルを握って歩行します。買い物用のかごや収納バッグ、座席が付いているタイプもあります。



介護保険でレンタルできる歩行器や歩行車には条件があります。前と左右を囲んでいる「コの字型」のものでないとレンタルの対象にはなりません。ホームセンター等でもみかける「シルバーカー（手押し車）」は対象外ですので、ご注意ください。

歩行器や歩行車、シルバーカーをご検討の際は担当営業までお気軽にお声掛けください。

