

# キタ-Q

キタ-Q

あなたの生活を便利に切替える福祉情報誌

福祉用具プラザ北九州  
マスコットキャラクター  
やす子さん

南の国へ、

介護のヒーリング



## 特集

海外の介護環境、知っていますか?

## 「オーストラリアでノーリフト研修記!」

連載 快適な生活のために

眼の障害について考えよう …2

…3

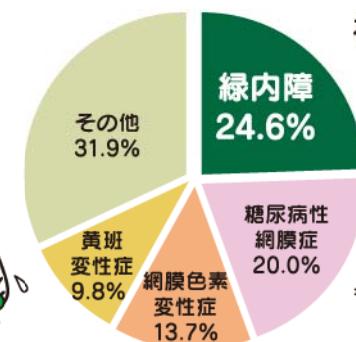
やす子さんのすいっち、オン!

「はじめよう!笑顔のためにできること」  
～シルバー人材センターの取り組み～ …7

# 快適な生活のために

## ⑨眼の障害について考えよう

日本の視覚障害の原因疾患は、  
1位 緑内障 24.6%  
2位 糖尿病性網膜症 20.0%  
3位 網膜色素変性症 13.7%  
です。



\*厚生労働省難治性疾患克服研究事業  
網膜脈絡膜・視神経萎縮に関する研究  
平成17年度総括・分担研究報告書より

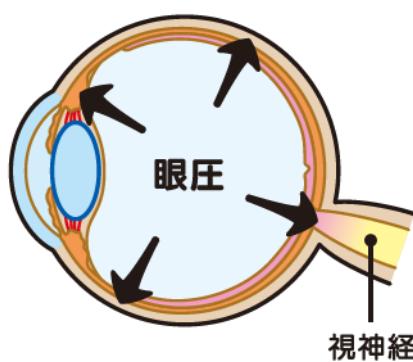
### 今回は、視覚障害の原因疾患の約25%を占める緑内障について紹介します。

原因疾患1位の緑内障は、40代以降の女性に多く起こる原因不明の眼の病気です。

人間の眼球内の圧力を眼圧といい、緑内障は、その眼圧が上昇している状態です。

眼圧が高い状態になると、視神経を圧迫するので、視力が低下したり、視野(見える範囲)が狭くなる等の症状が出てきます。

しかし、人は片方の視野が欠けてきた部分を、無意識にもう片方の目で補うため、初期の状態では見えない部分があることに気づかないことも多く、痛みを伴わないことも多いため、自覚症状のないまま症状が進行してしまうことも少なくありません。



●眼圧が高くなると、視神経を圧迫します。



●緑内障 初期のイメージ(右目の場合)

#### 早期発見のポイント

両目で見て大丈夫でも、片方の目でみると「見えにくい」と感じことがあります。

眼科の病院で検査を受けることが第一ですが、自分でできるチェック方法として、片目ずつ見て自分の見える範囲を確認してみましょう。

見えない・見えにくい部分はないかを確認し、少しでも不安がある場合は、すぐに病院を受診しましょう。

参考資料 1) 丸尾敏夫、エッセンシャル眼科学 第7版、医歯薬出版株式会社、2007

2) 日本緑内障学会:緑内障診療ガイドライン 第2版、2006

3) 目の病気ガイド、[http://www.he-be.net/05/post\\_20.html](http://www.he-be.net/05/post_20.html)、2013.6.17

4) ファイザー製薬:緑内障啓発サイト、<http://www.ntg40.jp/glaucoma/cause.html>、2013.6.17

特集

海外の介護環境、知っていますか？

# 「オーストラリアでノーリフト研修記！」

今回は、当プラザの作業療法士が参加したオーストラリアでのノーリフト研修の報告をします。

ノーリフトを実践している環境、そこで働く介護スタッフや生活をしている方々のこと、日本とオーストラリアの違いなどを一部ご紹介いたします。



※この研修は日本ノーリフト協会が主催するオーストラリア研修にスタッフが資質向上を目的に個人的に参加した自己研修です。



## 今回の目的

皆さん、腰痛はありませんか？

平成25年6月に19年ぶりに腰痛予防対策指針が改定されました。国もようやく力を入れ始めた、介護現場での腰痛予防対策です。

簡単に言うと、持ち上げない看護。抱えあげない介護。それをこの10年で徹底して取り組み、現場のルールとして浸透させ、当たり前に実施するようになった国がオーストラリアなのです。

福祉用具プラザ北九州で、皆さんに福祉用具や介護情報を提供させていただくスタッフとして、まずは「持ち上げない看護、抱えあげない介護」へ短

期間で改善を成し遂げた国であるオーストラリアで現場を見てこようと思い、今回参加してきました。

### ノーリフトとは？

1996年頃からオーストラリア看護連盟が看護師の腰痛予防のために提言したもので、危険や苦痛の伴う、人力のみの移乗を禁止し、患者さんの自立度を考慮した福祉用具使用による移乗介護を義務付けています。

これが「ノーリフティングポリシー」です。

略してノーリフト！

(日本ノーリフト協会ホームページより引用)



## 病院

### ● 高度治療室にもプリンセスチェア

患者さんは、なるべく治療以外は家にいる感覚で。必要な期間や時間以外は、日中は体を起こして過ごすように支援しています。

さらに、車イスはあくまでも移動手段で、日中座るのはソファのようなイス。その名も「プリンセスチェア」だそうです。快適に座った生活を送るために使うプリンセスチェアは、足先のむくみ予防のためにひざ下のリフトアップ機能や、立ち上がりやすいように座面のリフトアップ機能がついています。

「プリンセス」なんて名前が付いていたら、ついついベッドから起きて座りたくなりそうですね♪



不必要的廃用を作らない



### ● トランスファーボードは、廊下が保管場所

トランスファーBOARDは座った姿勢のまま、車いすなどへの乗り移りするための道具です。その便利さは日本でも介護にかかる多くの人が知っていると思います。

しかし、使うたびにいちいち出したり片付けたり、手間がかかると面倒くさい。その結果、人力で頑張ってしまう。

そんな悪循環を防ぐため、トランスファーBOARDは日ごろよく通る廊下に設置するようにしたそうです。



福祉用具を活用しやすい環境に

### ● ベッドの移動もマシン作業

患者さんのお部屋交換や、入退院の際に行われる作業の一つがベッドの移動。もちろん、ベッドの足にはキャスターがついていますが、押すのは意外に重たく負担がかかるものです。

オーストラリアでは、ベッドを移動させる専用のマシンがありました。リモコン操作ひとつで、ベッドもスイーっと動かすことができます！

人も、道具も、重たいものは操作しない





## ナーシングホーム

### ●リフト利用は当たり前

半日見学した中で、何人かのご利用者の方の移乗場面を拝見させていただきました。軽介助の方から要介護の方まで、全員に共通していたこと、それは、介助者が抱えて移乗する場面を見なかつたことです。軽介助の方は、動きを誘導する介助を。要介護の方は、リフトを利用して。さらに、その場合も必ず2人以上の介助者で介助するという徹底ぶりでした。

10年ほど前までは、オーストラリアもリフトやランスファーボードなどを活用することは少なく、また、用具を活用する手間さえ惜しいと、何とか人力で抱える介助を頑張っていたそうです。しかし、その結果、介護現場での腰痛問題が国の医療費を揺るがすまでの問題となりました。そこで法律として介護現場でのリフトや福祉用具の活用が定められたそうです。

リフト移乗をすれば、みんな笑顔という訳ではありませんが、強引な介助をするではなく、介助者の表情や雰囲気はとても穏やかな印象でした。



抱えないと  
腰痛もちにもならない!



### ●1日3時間勤務

オーストラリアの介護施設でも、勤務時間が3時間の人を配置しています。

その目的は、朝のシャワータイムや食事の時間帯など、介助が特に必要な時間に、必要な人員を確保する。一方で、介助の手が比較的少なくてよい時間帯には人員を削減する。

効率的な人員配置が、2人介助や余裕ある仕事を可能にするのだなと改めて感じました。

仕事の仕組みを整える



### ●新人もベテランと同じ介助方法

移民の多いオーストラリアでは、介護職員の入退職も多くまた、人種も様々です。そのため、誰でもすぐにその方に合った介助が行えるように、イラスト入りの介助方法マニュアルを作成しご利用者の方の室内に設置しているそうです。

また、介助方法の統一を図るために、新規入職者は必ず、マニュアルハンドリングという施設が用意した介助方法や福祉機器の講習プログラムを受けることが法律として決まっているそうです。そうすることで、ノーリフトを徹底し、新人とベテランの介助技術の差を埋めて、より安全な介護を提供しているとのことでした。



誰もができるように  
知識や技術を統一する

### ●浴槽入浴こそノーリフトポリシーの実践チャンス

ご利用者の方のご厚意で入浴介助を拝見させていただいた時のこと。個室の中に、トイレとシャワールームがあり、そこで朝、介助でシャワーを浴びています。

そうです! オーストラリアは雨が少なく、慢性的な水不足の国。日本と違い浴槽に浸からないのです。

日本の介護現場で問題になることが多い浴槽入浴の介助。とはいっても、お風呂文化は日本の心。やめられないなーと感じつつ、浴槽入浴のある日本だからこそ、リフトの活用や介助の工夫が発達したノーリフト先進国になるべき! と改めて感じました。



## インデペンデントリビングセンター

### ● オーストラリアにも福祉用具プラザが

オーストラリアにも福祉用具プラザ北九州のような福祉用具展示場がありました。

まず、第一印象は、とにかく広い！

我がプラザのように数多くの福祉用具が展示されていて、選定の相談ができたり、自由に体験できるようになっていました。

見学させていただいた時間では、とても全部を見ることはできませんでしたが、シャワーチェアーや車いすなど、日本でもよく見る用具のほかに、オーストラリアの病院やナーシングホームで見たプリンセスチェアやガーデニング向けの福祉用具など初めて目にする用具もたくさんありました。

福祉用具でも異文化を感じてしまいました。



## 最後に

今回、ノーリフト研修ということで、初めて海外の介護現場を見てきました。

ノーリフトを実践している介護現場でも機械的ではなく、利用者と介護者がお互いに笑顔で向き合っているということがとても印象的でした。

また、「ノーリフトとは、単にリフトや移乗用具を使うということではない」ということも感じました。それは、福祉用具を十分に活用するための環境調整や、介護負担軽減につながる工夫、また国の法律や社会の体制など、様々な要素が必要であるからです。

そのためオーストラリアのようなノーリフト実践のすべてを日本で全く同じように適用できるかというとそれは難しいと思います。しかし、私はこ

### ● ヘリコプターで出張

日本では、福祉用具プラザ北九州のような介護実習普及センターは、ほぼ各県や政令指定都市に一つずつあります。

オーストラリアも同様で各州に設置されているそうです。しかし、国土は日本の約20倍。

そうです！ 一つのセンターが対応する面積はなんと単純計算で日本の国土の約3個分なのです。

というわけで、出張の福祉用具講座などにはヘリコプターで行くこともあるそうです。さすが、世界で6番目に大きな国はスケールが違いますね！

の経験を活かして日本の良い点やすぐにでも改善できることを改めて見直したいと感じました。

今回の研修を通じて「自分は何ができるか」ということを考える機会となりました。

一人の力ではできる事も限られますが、この経験を力にし、福祉用具プラザ北九州の作業療法士としてできる事をしっかりと重ねていきたいと思います。





# やす子さんのすいっし、オン!

第6回

## 「はじめよう! 笑顔のためにできること」~シルバー人材センターの取り組み~

北九州市には、65歳以上の高齢者が257,315名(平成25年3月末)生活されています。高齢社会について考えるとき、介護の問題が注目されがちですが、退職などで第一線を退いた元気な高齢者の生きがいの支援も大切です。また、地域において元気な高齢者の役割が高まっています。そこで、今回の特集では、高齢者が経験や特技を活かして働いているシルバー人材センターの様子をご紹介します。

### シルバー人材センターとは…

シルバー人材センターは、働くことを通じて生きがいを得ると共に、地域社会の活性化に貢献する組織です。

原則として60歳以上の健康で働く意欲と能力を持っている方が会員になれます。

官公庁や事業所、一般家庭からセンターに依頼された除草・清掃・剪定・家事援助などの短期的・臨時的な仕事を、登録した会員が行います。

### シルバー人材センター総務課長の宮内さんにお話を聞きました。

シルバー人材センターはどのような組織ですか?



宮内さん

平成元年に設立し、平成24年から公益社団法人になりました。

現在の会員数は約2600名です。



やす子さん

どのようにお仕事をされているのですか?



まず入会登録していただき、面接および研修を受けていただきます。  
その後、現役時の経験により9つある職能グループまたは一般のあわせて10グループのうちいずれか1つに入っていただきます。  
仕事の依頼がセンターへ入ると内容に応じて、担当するグループの班長を通じてそれぞれの地域の会員へ依頼された仕事が振り分けられます。

どのような仕事がありますか?



- ①運送班 ②剪定班 ③筆耕班 ④自転車駐車場管理班
- ⑤自転車保管所管理班 ⑥除草・清掃班 ⑦福祉・家事援助班
- ⑧家庭便利班 ⑨自動車駐車場管理班 ⑩一般のグループが仕事をお受けしています。



せんてい

## 剪定作業をしている現場で、班長の梶屋さんにお話を聞きました。



お仕事の内容は何ですか？

植木等の剪定です。  
せんてい

一般家庭や公共施設で行っています。



せんてい  
剪定作業は何人で行っているのですか？



現在、剪定班に登録している人数は270名で、数班に分け、  
小班長を置いて分担して作業を行っています。

しかし、現在の仕事であれば300名以上仲間がほしいですね。特に、6月上旬から盆前までが忙しいですね…。



どのような流れでお仕事を行っているのですか？



シルバー人材センターから依頼が来ると私が現場へ下見に行き、  
せんてい  
剪定作業を行う日時と人数を決定し、見積もりを出します。

その後、班員と仕事の段取りを話し合い作業を行います。

作業における注意点としては、安全第一でトラブルがないようにすることをモットーに行っていきます。



6月上旬から盆前までは特に暑いと思いますが、大変ではないですか？



作業を行う方々の感想では「大変」という意見よりも「楽しい」や「仲間ができた」などの意見が多いですよ!!



きれいに整えられた庭を見ていると、気分がすっきりしますね。

まるおか

## 自転車駐車場管理をしている円岡さんにお話を聞きました。



円岡さん

お仕事の内容は何ですか?



市内22箇所ある市営の自転車駐車場の管理です。このうち小倉駅北口と南口の2箇所を3交代制の21名で運営しています。自転車だけでなく、50ccから1000ccクラスのバイクの管理も行っています。

お仕事で心がけていることはありますか?



基本的に事務所にいないんですね。駐車場を見回ることで、利用者とのコミュニケーションが取れますし、体を動かすことでのいい汗をかけますから。



そうですね。体を動かして働くと気持ち良いですよね。働いていて、良かったと思われることはありますか?



たくさんのお客さんとの会話が出来ることです。三交代制ですので勤務時間が3種類あります。各勤務時間によって客層に違いがあるため楽しいですよ。また、21名の仲間と和気あいあいと、ストレスなくお仕事が出来ていることも魅力的ですね。

円岡さんにとってシルバー人材センターとはどういったところですか?



シルバー人材センターで働くことにより、生活を潤すということはなかなか出来ませんが、仲間と仲良く生きていくことが出来ます。また、私にとって家から出て仕事をすることが何よりも幸せに感じます。是非、皆さんも一緒に働いてみませんか?

### 最後に…

今回シルバー人材センターを取材させていただき、退職後も精力的に社会貢献をして、生きがいをもたれている方がたくさんおられることを知りました。現在の日々の生活がより充実することと思います。何かできる事はないかとお考えの方におすすめです。



# 「見て、さわって、体験して！」 展示場においでよ！

福祉用具プラザ北九州の展示場には、約850点の福祉用具があり、自由に見学できます。

今回はポータブルトイレをご紹介します。

一体成形型(プラスチック)



欠点

軽量のため不安定。

利点

掃除がしやすい。  
軽量で移動させやすい。

木製いす型



欠点

重量があり安定している。  
普通のイスとして  
使用できるものがある。  
重量があり移動させにくい。

利点

金属製コモード型



欠点

軽量のため不安定。

利点

折りたたみができるものや  
シャワー・ベンチとしても  
使えるものがある。

その他



欠点

重量があり移動させにくい。  
バケツ洗浄が不要。  
排泄物をゴミとして処理可能。

利点

ポータブルトイレは、ベッドからトイレまでの移動距離を短くし、  
乗り移りの負担を軽減するなどの機能を持つ「個人用室内便器」  
です。また介護保険の対象用具でもあります。

座面の高さや肘掛けの調整ができるもの、柔らか便座や保温便座、  
ウォシュレット付きなどの機能や種類がいろいろあります。

使う方に合ったものを見つけることが大切です！

毎日使うものだからこそ、しっかり選んで、快適な生活にしましょう！

ぜひ一度、  
見て、さわって、体験  
してください♪



# 視覚障害者が 安全に移動するためには?

「視覚に障害のある方が外出する」と聞くとどのようなことを想像しますか?

視覚障害者が安全に歩くためには、白杖を使った歩行の練習や、頭の中の地図(メンタルマップ)を作る必要があります。

また、バスや電車などの交通機関を利用する場面では、安全に乗り降りできることや、切符を購入できることなども必要になります。



では、安全に歩くための技術を習得しなければ、  
視覚障害者は外出できないのでしょうか?

視覚障害者の外出の手段として、介助者の支援を受ける「手引き歩行」という方法があります。平成23年10月1日より、視覚障害者の外出を支援する「同行援護」という制度が施行されました。

## 同行援護

同行援護とは、視覚障害者の外出を支援するための制度で、移動の支援と共に外出に際して必要な情報提供をうけることができるサービスです。

安全に移動することも重要ですが、移動中に情報提供を受けることで、季節の移り変わりを感じたりすることができます。

同行援護以外にも、視覚障害者を支える制度・サービスがたくさんあります。

詳しくは、福祉用具プラザ北九州の視覚障害生活訓練等指導者(通称:歩行訓練士)までお気軽にご相談ください。

## 中途視覚障害者緊急生活訓練事業

北九州市では、市内在住の視覚障害者の支援を目的に、

3名の歩行訓練士が視覚障害リハビリテーションを実施しています。



事業内容

視覚障害リハビリテーションの専門職である歩行訓練士が、ご家庭を訪問し、歩行訓練「白杖(視覚障害者の使う白い杖)を利用した歩き方」、コミュニケーション訓練「点字や視覚障害者用音声ソフトを利用したパソコン操作など」、日常生活動作訓練「お茶の入れ方、掃除、調理など」を実施しています。

# 「脳の健康度テスト」を受けてみませんか？

「朝ごはん何食べたかしら?」「あの人誰だったかしら?」

こんな経験はありませんか。

年齢とともに記憶力の低下は見られるのですが、「年だから…」と

あきらめていますか？

また、もの忘れがひどいと「認知症ではないか…」と不安がよぎることもありますよね。



昨今の研究により、アルツハイマー型認知症は、日常生活を改善することによって、予防の効果と発症を遅らせる効果があることがわかつてきました。

身体の健康診断と同様に、みなさんの脳の健康状態を知るテストを受けてみませんか。

そして、健康で張り合いのある元気な生活を送りましょう。

予防の話もします



予防活動に取り組み、1年後に再度テストを受けたときに「良くなっていた」という参加者の声が  
多数ありました。

**北九州市では、各区年4度  
「認知症予防の話と脳の健康度テスト」の講座を行っています。**

1回目

ミニ講座と脳の健康度テスト  
(90分程度)

2回目

テストの結果返しと予防の話  
(個別に対応 1人30分程度)

対象

65歳以上  
の方

実施日時など、詳しくは市政だより、またはプラザのホームページでご確認ください。

# 認知症に関する研修のご案内

福祉用具プラザ北九州では、認知症について4つのテーマで講座を開催します。

認知症について学び、理解を深めましょう。

## ①認知症の予防について知りたい! というあなたには

認知症になりにくい生活習慣 等を学べる

### 「認知症予防への取り組み」

(開催日:9月29日(日))

## ②まずは認知症について知ることから始めたい! というあなたには

認知症ってどんな病気? 予防のためにできること 等を学べる

### 「認知症の理解と予防」

(開催日:10月11日(金))

## ③家族が認知症かもしれない、どうしたらいいの? というあなたには

認知症の早期発見のポイントや症状、治療方法 等を学べる

### 「認知症の早期発見ポイント」

(開催日:11月8日(金))

## ④家族が認知症になったら、どう対応したらいいの? というあなたには

認知症の介護や接し方 等を学べる

### 「認知症介護の心がまえ」

(開催日:12月13日(金))

■ 開催時間 ①10時~12時30分 ②③④13時~15時

■ 定 員 先着各60名程度(共通)

■ 会 場 北九州市総合保健福祉センター「アシスト21」2階講堂

■ 申込方法 電話またはハガキに 氏名・(所属)・連絡先・希望講座名をご記入のうえ  
郵送してください。



認知症は、誰もがなる可能性のある身近な病気です。  
医療機関や地域包括支援センター等に相談し、上手にサービスを使うこと  
で、本人もご家族も安心して穏やかに生活することを目指しましょう。

認知症以外にも介護に関する様々な講座を開催しています。

詳しくはプラザのホームページをご覧ください。



# ひまわり太極拳・ きたきゅう体操のご案内

市民の皆さん、いつまでも元気でいきいきと暮らすために、  
北九州市が介護予防体操として「ひまわり太極拳」「きたきゅう体操」を開発しました。  
ひまわり太極拳、きたきゅう体操を始めてみませんか？

## ひまわり太極拳教室



北九州市健康  
イメージキャラクター  
スマッキー

### 第6期

- 開催日時** 平成25年11月21日～平成26年2月13日 \*毎週木曜日(週1回)  
10:00～12:00 \*1月2日は休み
- 開催会場** 八幡東生涯学習センター [1階 講堂]  
(八幡東区平野1丁目1-1 [国際村交流センター])
- 申込受付** 10月1日(火)～10月15日(火) \*市政だより10月1号掲載予定

### 第7期

- 開催日時** 平成25年12月2日～平成26年3月10日 \*毎週月曜日(週1回)  
10:00～12:00 \*12月23日、30日、1月13日は休み
- 開催会場** 旧古河鉱業若松ビル[多目的ホールA]  
(若松区本町1丁目11-18 [若戸渡船若松渡場近く])
- 申込受付** 10月15日(火)～10月31日(木)  
\*市政だより10月15号掲載予定



## きたきゅう体操教室



きたきゅう体操  
マスコットキャラクター  
きたちゃん

### 第4期

- 開催日時** 平成26年1月20日～3月10日 \*毎週月曜日(週1回)  
14:00～15:30 \*初回(1/20)と最終日(3/10)は14:00～16:00
- 開催会場** 総合保健福祉センター [ADL室]  
(小倉北区馬借1丁目7-1 総合保健福祉センター3階  
[北九州市立医療センター横])
- 申込受付** 11月15日(金)～11月29日(金) \*市政だより11月15号掲載予定

きたきゅう体操  
マスコットキャラクター  
きゅうちゃん



●各教室への参加申込方法は市政だよりでご案内します。

体験会も  
やってるよ!!



## ひまわり太極拳・きたきゅう体操の 「体験会」随時募集中!!

詳しくは **福祉用具プラザ北九州** までご連絡下さい。

電話 **093-522-8721**



# あきらめないで! 尿トラブル



～排泄のことを理解し、快適な生活を目指しましょう!～

尿は、健康のバロメーター。今の自分の状態を知りましょう。

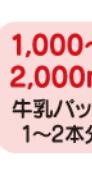
## 1回の排尿量



150～  
250ml  
紙コップ  
1杯分

通常、膀胱に約150～250mlの尿が溜まると「トイレに行きたい」と思うようになります。これを「初発尿意」といい、成人では約300～400ml溜まるまではトイレをがまんすることができます。  
※糖尿病や認知症の方など、個人差があります。

## 1日の総排尿量



1,000～  
2,000ml  
牛乳/パック  
1～2本分

1000～2000mlだと正常値です。  
**尿量が1日400ml以下を乏尿、100ml以下を無尿といい、逆に2500mlを超える場合を多尿といい、いずれも何らかの異常が考えられます。**  
※正常な場合でも、気温や水分摂取の状態、体調などで尿量は変化します。

## 1日の排尿回数



日中  
4～7回



夜  
0～1回

日中は4～7回、夜間は0～1回だと正常値です。

**日中8回以上・夜間2回以上は頻尿**が疑われます。

※排尿の回数は、気温の変化や発汗、摂取した水分量、緊張などの精神状態によって変わります。

## 1回の排尿時間



10～30秒



1回10～30秒だと正常です。

**40秒以上の場合は、排尿困難**が疑われます。

※男女差や個人差(膀胱容量差)があります。

必ずしもこれらの数字が絶対ではありません。

排尿トラブルを考える上での目安として参考にしてください。

プラザには、主に尿もれや頻尿、尿失禁などの排泄に関するご相談窓口があります。お悩みの高齢者やそのご家族、あるいはケアマネジャー、ヘルパーなど高齢者を支援する方々が、気兼ねなく相談できる排泄ケアの専門相談窓口があります。

●●まずはお気軽にご相談を●●

高齢者  
排泄ケア  
電話相談

さわやか相談ダイヤル 0620  
0120-54-0620

受付時間：月～金曜日(祝・休日、年末年始を除く) 午前9時30分～午後4時30分





お知らせ

# 福祉用具の試用貸し出しをしています

福祉用具プラザ北九州に展示している福祉用具は、福祉用具事業所やケアマネジャーなど、介護福祉医療の専門職の方へ、試用、適合を目的として無料で貸し出しを行っています。  
貸し出し期間は1週間です。

気になる福祉用具がありましたら、ケアマネジャーさんにご相談ください。

※貸出用具は確認用です。実際のご利用はできません。

また、介護技術を紹介するDVDなどの視聴覚教材についても、様々な種類を展示して、広く市民の皆さんに貸し出しを行っています。手続き等については、プラザまでお問い合わせください。



ぜひご利用  
ください!!



福祉用具の販売・レンタルは行っておりません。取り扱い事業所をご紹介しています。

## 編集後記

今回の特集記事は、「オーストラリアでノーリフト研修記!」です。

「持ち上げない看護、抱えあげない介護」の取り組みを紹介しています。

介護している方も介護を受けている方も笑顔で過ごすために、福祉用具を活用しましょう。困ったことや知りたいことがあれば、お気軽にご相談ください。



## 福祉用具プラザ北九州 社会福祉法人 北九州市福祉事業団

〒802-8560 福岡県北九州市小倉北区馬借1丁目7-1  
北九州市総合保健福祉センター1階

開館時間 午前9時から午後5時30分

休館日 土曜日・祝日・年末年始(12月29日～1月3日)

お問合わせ **(093)522-8721**

ホームページアドレス <http://www.kati.gr.jp/>

### 交通機関

JR九州 鹿児島本線「小倉駅」より 徒歩約15分

北九州都市モノレール「旦過駅」より 徒歩約2分

西鉄バス「市立医療センター前」バス停より 徒歩約2分

### 駐車場

地下1階有料駐車場 駐車料金: 30分150円

ふくおか・まごころ駐車場(障害者等専用駐車場)