

ささえあい

# 「共生未来へ」

&lt;6&gt;

## 住まいのヒント

尊厳を保つことでもあります。

トイレに行くたびに、何らかの介助が必要である、そのたびに呼ばれる家族の負担が大きくなります。トイレ介助の手間が大変になると、本人の意思ではなく、介助者の都合でオシメを使い始める例が多いとのこと。手すりの取り付けなどの簡単な改修で、一人

でトイレが使えるようになった例がたくさんあります。近頃のリハビリの先生や、福祉住環境コーディネーターに相談してみてください。

「初めて分かったよ。トイレが大事だったこと」とテレビのコマーシャルは言います。最近の住宅改修はトイレがもっとも多くなっています。排せつ行為が自分でできないことは、自立を意味し、代

り代で付き添いました。付

き添い当番が私に回ったときに、ベッドわきのポータブルトイレで初めて

用を足すことになりました。何とか座り用を足しましたが、自力で立ち上がれませんが、母を抱いて、渾身の力を振り絞って、やっと立ち上げたことがあります。

けることができず、介護を予定している部屋の隣にトイレを造りましたので、トイレの場所に違和感がないかとよく聞かれます。実は居室の隣のトイレは珍しくないのです。ホテルに泊まればドア一枚でトイレです。しかしホテルのトイレは自分専用という特徴があります。住宅のトイレも自分専用であれば居室の隣でも違和感はありません。専用が原則ですが、許容範囲はせいぜい夫婦までと思います。

## 専用トイレ

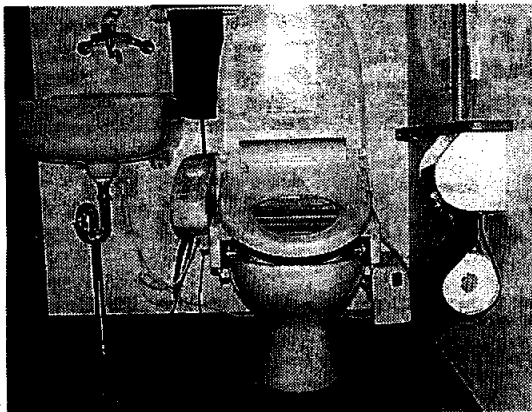
# 自立して尊厳を保つ

自分専用トイレがすぐ近くにあれば、夜中も使いやすいと、また少々汚しても気に病むこともないでしょう。さらにちょっとした汚物を洗える深めの水盤が用意されていれば安心です。最近の住宅は、一階と二階の二カ所にトイレを設置される場合が多いようです。それ

この経験以来、トイレ

の便座からの立ち上がりや補助する機器がないかと気に掛けるようになり、最初は、最初にそれを見つけたのは新潟市のユニゾンプラザにある展示場でした。それから数年後、必要になったら改造する方法が薦められます。

(杉田 収・県立看護短大教授) 上越市



しゃがみ込みと立ち上がりを補助する昇降式便座。写真は便座が上がっている状態。左奥は汚物洗い用の水盤

た、昇降式便座を取り付