

一般社団法人 栃木県作業療法士会 住宅改修・福祉用具委員会 主催  
**とちぎ福祉用具・自助具“発明・工夫・適応”コンテスト**  
**2020年 作品集**

No.		作品名
1	<b>優秀賞、学会長賞</b>	リーメンビューゲル用ズボン
2		てこの力でラクラク水流し
3		チャックできます
4		らくらくドライヤーホルダー
5	<b>優秀賞</b>	たて・よこ自在歯ブラシホルダー
6		グーでも肘でも切れます
7		～自宅でカンタン～太柄自助具
8		電気ひげそり保持自助具
9	<b>最優秀賞</b>	パッ!カード
10		らく干しフックピンチ
11		ペットボトルけん玉
12		かんたんエプロン

※No.13 は参加者希望により情報非公開

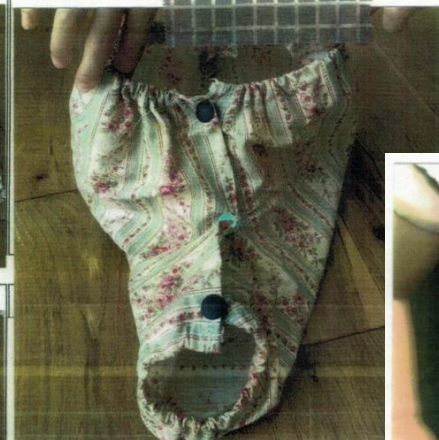
# 1. リーメンビューゲル用ズボン

作品名	リーメンビューゲル用ズボン
事例概要 (使った人の 特徴)	【どんな人】リーメンビューゲルを装着している乳児 【何が困っている】①オムツの便もれや外遊び時などに不衛生 ②オムツ・大腿部の露出 【どう工夫した】リーメンビューゲル装着したまま着替えができる 【どうなった】安全に安心して外出できるようになった
持っている 病気	先天性股関節脱臼・臼蓋形成不全
できないこと	ズボンを履く
活動の 種類	食事・排泄・入浴・ <u>整容</u> ・ <u>更衣</u> ・就寝・その他 買物・料理・洗濯・掃除・金銭管理・服薬管理・ <u>外出</u> ・見守り・その他 就労・教育・余暇・その他( )
用具の種類	市販品 改良品 自助具 <u>開発品</u> その他( )
工夫した ポイント	・スナップボタンの色を変えて留めやすくした ・開脚しやすいような型にした ・裾にゴムを使用してズレを予防した
画像	次ページ参照
使用した製品	材料：布地・スナップボタン・平ゴム 入手先：トーカイ 価格：布地(1m幅)約300円/スナップボタン(6組入り)249円/平ゴム(6コール7m)139円
利用者の声	・開脚・オムツ丸見えで外出時はタオルを巻いていたがこのズボンで必要なくなった。 ・外遊び時に砂が入ったり泥が付いたりしたので汚れを予防できるようになった。 ・太ももの怪我や傷が予防できた。
備考	リーメンビューゲルを装着している娘のために作りました

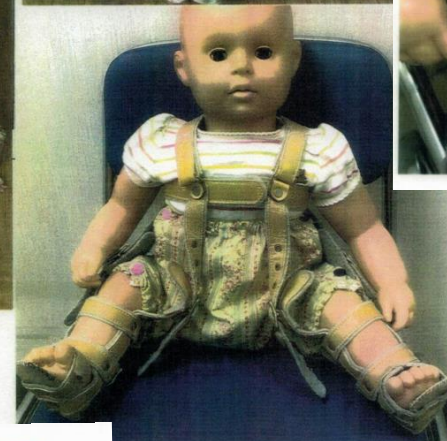
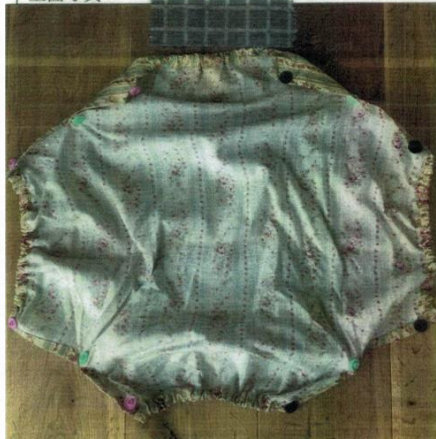
正面写真



側面写真



上面写真



ボタンを色分けしながら取り付ける。



大きさ	重さ
横 約50cm × 高さ 25cm	約500g



## 2. てこの力でラクラク水流し

作品名	てこの力でラクラク水流し
事例概要 (使った人の 特徴)	【どんな人】女性、下が見えない、方向転換が苦手、力の制御が苦手、手を伸ばすのが苦手 【何が困っている】トイレのレバーに手が届かない。方向転換時、不安定 【どう工夫した】座ったまま流せる。力を必要としない。簡単に作れる 【どうなった】座ったまま自分で流せるようになった。
疾患	頸椎症性脊髄症の術後
障害の種別	脊髄疾患
心身機能・ 構造の特徴	リーチがしにくい、上肢のしびれ等があり巧緻性が悪い
活動の種類	ADL (排泄)
用具の種類	開発品
工夫した ポイント	出来るだけ簡単に作れる。座ったまま流せる。力の制御が上手く出来ないため頑丈にした。
画像	用具の外観、活用場面、画像の説明について別途添付してください
使用した製品	材料：犬用のリール、紐、段ボール、滑り止めマット、輪ゴム、セロテープ、瞬間接着剤 入手先：セリア 価格：400円ほど
利用者の声	使いやすくなった。座ったままで方向転換しなくて良いので楽。力も全然かけなくていいのね。
備考	

正面写真



後面写真



上面写真



使用場面



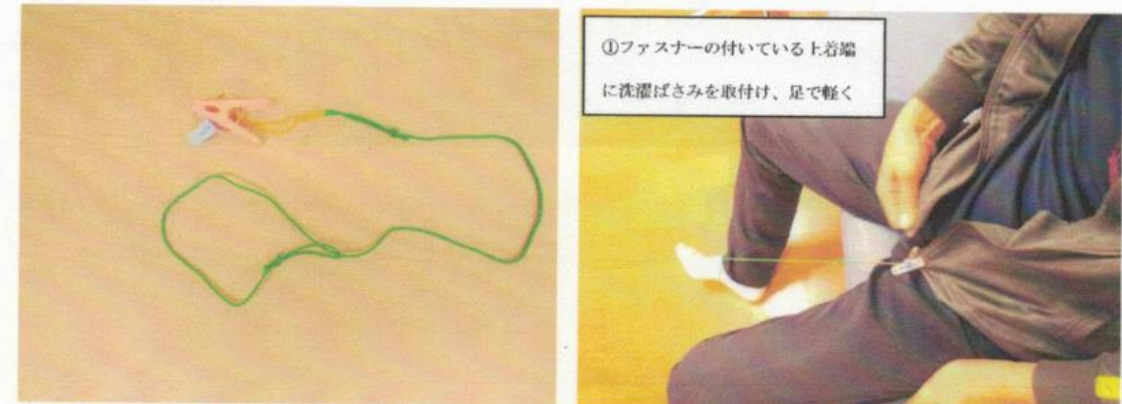
作り方

- ①トイレのノブに滑り止めマットをかませながら紐を固結びする。更に上から輪ゴムで止める。
- ②レバーの上から紐を通してセロハンテープで止める。
- ③紐を手すりに引っかけて手を置きやすい位置に10cm程の段ボールを丸めた取っ手を結び更に輪ゴムで縛る
- ④少したるみを持たせた状態にしながらすりに紐を結びつける。
- ⑤紐を上から押して上手く流れれば成功。



# 3. チャックできます

作品名	チャックできます
事例概要 (使った人の特徴)	【どんな人】片麻痺の方 【何が困っている】上着のファスナーがなかなか閉められない。 【どう工夫した】洗濯ばさみを足で縦方向に引っ張ることでファスナーを閉めやすくした。 【どうなった】片手でもファスナーができるようになった。
疾患	脳梗塞片麻痺
障害の種別	神経筋疾患 骨関節疾患 <b>脳卒中</b> 脊髄疾患 高次脳機能障害 認知症 要介護高齢者 精神疾患 発達障害 その他(視覚・聴覚・内部疾患等)
心身機能・ 構造の特徴	左上肢片麻痺
活動の種類	ADL(食事・排泄・入浴・整容・ <b>更衣</b> ・就寝・その他) IADL(買物・料理・洗濯・掃除・金銭管理・服薬管理・外出・見守り・その他) 就労・教育・余暇・その他 ( )
用具の種類	市販品 改良品 <b>自助具</b> 開発品 その他( )
工夫した ポイント	洗濯ばさみをファスナー開始部に取り付け、ひもを足で引くことで縦方向にファスナーを固定し、ファスナーを差し込みやすいようにした。洗濯ばさみとひもの間に輪ゴムを介する事で、足の粗大な力をコントロールできるように工夫した。
画像	用具の外観、活用場面、画像の説明について別途添付してください
使用した製品	材料：洗濯ばさみ(1個)、輪ゴム(1個)、手芸ひも(1m程度) 入手先：ダイソー 価格：手芸ひも(110円) 原価110円
利用者の声	片手でもファスナーができるようになりました。
備考	



①ファスナーの付いている上着端に洗濯ばさみを取付け、足で軽く



②右側チャックをファスナーへ入れる

③洗濯ばさみを反対側の上着端に付け替える

④チャックを上へ引いて閉める

大きさ  
80cm程度のひも状

重さ  
5g

- 作り方
- ① 対象者が座った状態で足部にひも巻き、上着ファスナー先端部までのひもの長さを併せて、ひもを切る。(対象者の体格によってひもの長さが変わるため)
  - ② ひもの両端に6cm程度の輪を作って結ぶ。
  - ③ ひもの片端に輪ゴムをくぐり通し、輪ゴムの片端を洗濯場バサミの金具部にくぐり通して完成。
  - ④ 使用する時は、洗濯ばさみをもう片方のひもの輪の部分にくぐり通し輪を作り、足部の甲に輪をはめて、足でひもをゆっくりと引きながら固定する。



# 4. らくらくドライヤーホルダー

作品名	らくらくドライヤーホルダー
事例概要 (使った人の特徴)	【どんな人】片麻痺の方 【何が困っている】片手だけで髪にドライヤーをかけると疲れる。 【どう工夫した】鏡にドライヤーホルダーを付けて、片手で自由に乾かせる。 【どうなった】片手で髪を擦りながら乾かせるようになった。
疾患	脳梗塞片麻痺
障害の種別	神経筋疾患 骨関節疾患 <b>脳卒中</b> 脊髄疾患 高次脳機能障害 認知症 要介護高齢者 精神疾患 発達障害 その他(視覚・聴覚・内部疾患等)
心身機能・ 構造の特徴	左上肢片麻痺
活動の種類	ADL (食事・排泄・ <b>入浴</b> ・整容・更衣・就寝・その他) IADL (買物・料理・洗濯・掃除・金銭管理・服薬管理・外出・見守り・その他) 就労・教育・余暇・その他 ( )
用具の種類	市販品 改良品 ( <b>自助具</b> ) 開発品 その他( )
工夫した ポイント	洗面所台の鏡に吸盤でドライヤーホルダーを付けて、ドライヤーを固定できるようにした。 ドライヤーホルダーに縦方向に吸盤を2個取付け、ドライヤーが動かないように、かつドライヤーの重さに耐えられるようにした工夫した。
画像	用具の外観、活用場面、画像の説明について別途添付してください
使用した製品	材料：園芸用土入れ(1個)、吸盤(2個) 入手先：ダイソー 価格：園芸用土入れ(1個あたり55円)、吸盤(2個あたり55円) 原価110円
利用者の声	片手でらくに髪を乾かせるようになりました。
備考	

大きさ

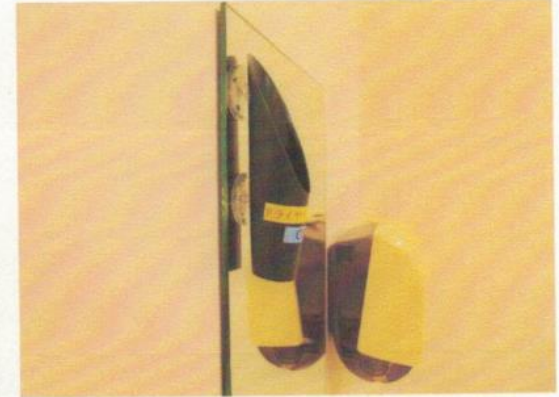
16cm×4cmの円筒状

重さ

30g

作り方

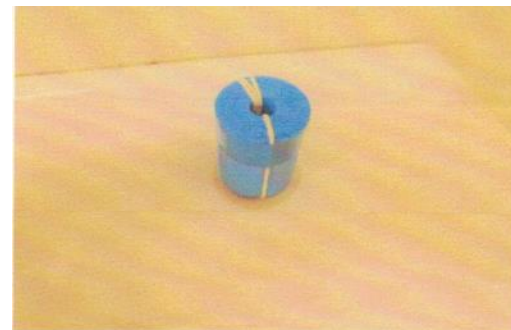
- ① 園芸用土入れの底をのこぎりで切る。
- ② 土入れの背面に電動ドリルで直径1cm程度の穴を縦方向に2箇所あける。(上から3cm、下から5cm程度の場所)
- ③ 吸盤(はめ込み型)を穴にはめ込んで完成。





# 5. たて・よこ自在歯ブラシホルダー

作品名	たて・よこ自在歯ブラシホルダー
事例概要 (使った人の特徴)	【どんな人】片麻痺の方 【何が困っている】歯ブラシを固定して歯磨き粉が付けられない。 【どう工夫した】横置きで歯磨き粉を付け、縦置きで歯ブラシホルダーとなる。 【どうなった】片手でも歯磨き粉を付ける事ができるようになった。
疾患	脳梗塞片麻痺
障害の種別	神経筋疾患 骨関節疾患 <b>脳卒中</b> 脊髄疾患 高次脳機能障害 認知症 要介護高齢者 精神疾患 発達障害 その他(視覚・聴覚・内部疾患等)
心身機能・ 構造の特徴	左上肢片麻痺
活動の種類	ADL(食事・排泄・入浴・ <b>整容</b> ・更衣・就寝・その他) IADL(買物・料理・洗濯・掃除・金銭管理・服薬管理・外出・見守り・その他) 就労・教育・余暇・その他 ( )
用具の種類	市販品 改良品 <b>自助具</b> 開発品 その他( )
工夫した ポイント	フォームラバーに吸盤を付け、洗面所に固定できるようにした。タコ糸をフォームラバーに取付け、横置きで歯磨き粉を付け、縦置きで歯ブラシホルダーとなるよう工夫した。
画像	用具の外観、活用場面、画像の説明について別途添付してください
使用した製 品	材料：握りやすいフォームラバー(5cm)、吸盤(1個)、タコ糸(50cm程度) 入手先：ピリティアズケアネット、ダイソー 価格：フォームラバー(5cmあたり70円)、吸盤(1個あたり28円)、タコ糸(110円) 原価208円
利用者の声	片手でらくに歯磨きを付けられるようになりました。
備考	



大きさ  
5cm×3.5cmの円筒状

重さ  
15g

作り方

- ① 「握りやすいフォームラバー」を5cmに切る。
- ② 吸盤の穴にタコ糸を通し、タコ糸を2本ともフォームラバーの穴に通す、出口の穴を通したら1本ずつフォームラバーの側面を這わせて、もう一度入口穴から糸を通す。この時、フォームラバーが横置きになるように吸盤とラバーフォームの間のタコ糸を調整する。
- ③ 出口から出たタコ糸の端を結び、タコ糸をフォームラバーにテープ等で巻いて固定し完成。

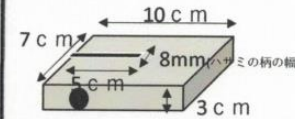


# 6. グーでも肘でも切れます

別紙

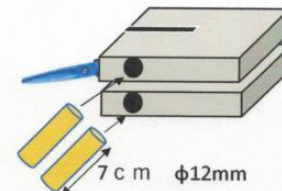
押すだけハサミ材料と作り方

①発泡スチロール作製



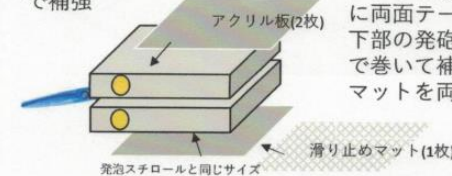
硬めの発砲スチロールを左図のサイズにカットし、左端から2cmの個所に木棒を入れる穴を両側からドリルであける。中央にハサミの柄を通す8mmの溝を切る。これを2個作成する。

②ハサミの柄を入れて固定



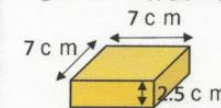
ハサミの柄の部分を上部和下部の発砲スチロールの8mmの溝に入れて、木棒を穴に通してハサミを固定する。

③アクリル板とガムテープで補強

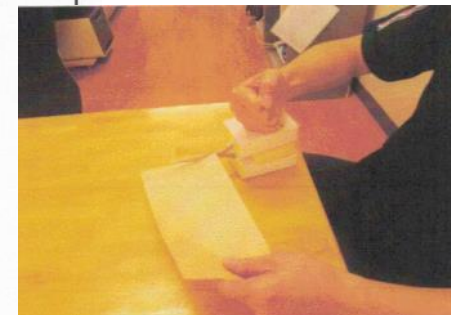
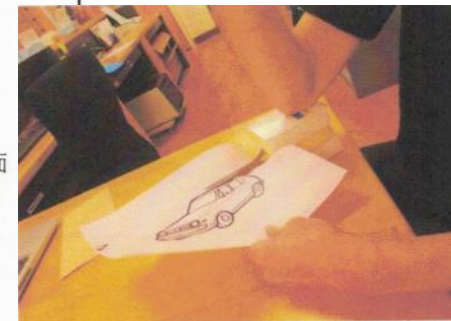
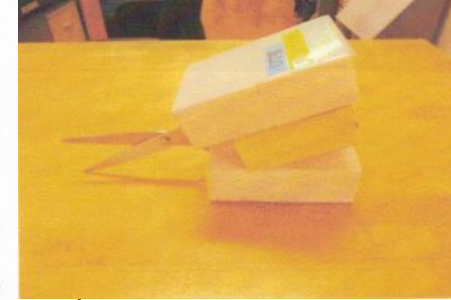
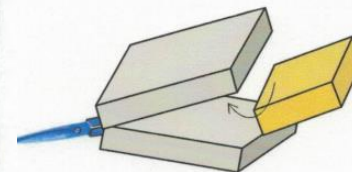


アクリル板を発砲スチロールの上部と底面に両面テープで貼り付ける。上部と下部の発砲スチロールをガムテープで巻いて補強する。底面に滑り止めマットを両面テープで貼り付ける。

④スポンジ作製と取付け



スポンジを左図のサイズにカットし上部発砲スチロールに両面テープで貼り付けて完成。



大きさ	重さ
長さ20cm×幅7cm×高さ10cm	80g

作品名	グーでも肘でも切れます
事例概要 (使った人の特徴)	【どんな人】片麻痺、関節リウマチの方 【何が困っている】封筒の開封や紙を切ることができない。 【どう工夫した】麻痺手指が拘縮していてもグーや肘だけで切れるようにした。 【どうなった】拘縮した手でも紙が切れるようになった。
疾患	脳梗塞片麻痺
障害の種別	神経筋疾患 骨関節疾患 <b>脳卒中</b> 脊髄疾患 高次脳機能障害 認知症 要介護高齢者 精神疾患 発達障害 <b>その他</b> (関節リウマチ)
心身機能・ 構造の特徴	右上肢片麻痺、関節リウマチ
活動の種類	ADL (食事・排泄・入浴・整容・更衣・就寝・その他) IADL (買物・料理・洗濯・掃除・金銭管理 <b>服薬管理</b> ・外出・見守り・その他) 就労・教育・余暇 <b>その他</b> (ハサミ動作 )
用具の種類	市販品 改良品 <b>自助具</b> 開発品 その他 ( )
工夫した ポイント	市販品の押すだけのハサミは拘縮手対応になっていないため、拘縮手のグーでも、肘でも切れるよう、また力のない関節リウマチの方でも切れるよう、押す部分を大きく改良した。
画像	用具の外観、活用場面、画像の説明について別途添付してください
使用した製品	材料：発砲スチロール硬め (10×7×3cm, 2個)、スポンジ(7×7×2.5cm, 1個)、アクリル板2枚(10×7×3cm, 2枚)、すべり止めマット(10×7×3cm, 1枚)、ハサミ1個、木の棒(7cm, φ1.2mm, 2本)、両面テープ 入手先：ダイソー価格：発砲スチロール(110円)、ハサミ(110円)、アクリル板(110円) 原価330円
利用者の声	左手で紙をコントロールすれば上手に切れた。
備考	



# 7. ～自宅でカンタン～太柄自助具

作品名	～自宅でカンタン～ 太柄自助具
事例概要 (使った人の特徴)	【どんな人】 頸髄症の影響により両手指に痺れ、感覚障害がある方 【何が困っている】 スプーンの操作が上手くできない、食べこぼしがある。 【どう工夫した】 手指の痺れや握力が弱くても持ちやすいものにした。退院後も使用できるように簡単に作れるものにした。 【どうなった】 食べこぼしの回数が減った。退院後も使用していただいた。
疾患	頸髄症
障害の種別	神経筋疾患 骨関節疾患 脳卒中 脊髄疾患 高次脳機能障害 認知症 要介護高齢者 精神疾患 発達障害 その他(視覚・聴覚・内部疾患等)
心身機能・ 構造の特徴	両手指の痺れ、感覚障害
活動の種類	ADL (食事・排泄・入浴・整容・更衣・就寝・その他) IADL (買物・料理・洗濯・掃除・金銭管理・服薬管理・外出・見守り・その他) 就労・教育・余暇・その他
用具の種類	市販品 改良品 (自助具) 開発品 その他( )
工夫した ポイント	・退院後も継続して使えるよう簡単に準備・作成できるようにした。 ・洗う側にも考慮し洗い直しができる物を使用した。 ・使う人の手に合うよう輪ゴムで太さを調整できるようにした。
画像	用具の外観、活用場面、画像の説明について別途添付してください
使用した製品	材料：スポンジ、弁当カップ(シリコン)、輪ゴム 入手先：ホームセンター 価格：約250円
利用者の声	ご飯が食べやすくなりました。自宅でも使えそうです。
備考	



使用する方の手の形に合うよう輪ゴムで調整が可能。

大きさ  
長さ：8cm 厚さ：4cm  
厚さは輪ゴムで調整可能

重さ  
約5グラム

作り方

1. シリコンカップの側面のみ切り取る。
2. スポンジを丸め、1を輪ゴムでスポンジに固定する。
3. 使用するスプーンに合わせ微調整する。





# 8. 電気ひげそり保持自助具

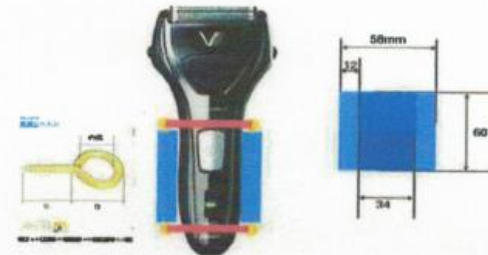
作品名	電気ひげそり保持自助具
事例概要 (使った人の特徴)	【どんな人】手指等の麻痺で物を握れない人 【何が困っている】自分でひげそりができない 【どう工夫した】電気ひげそりを持てるようにした 【どうなった】自分でひげをそれるようになった
疾患	ギランバレー症候群
障害の種別	神経筋疾患 骨関節疾患 脳卒中 脊髄疾患 高次脳機能障害 認知症 要介護高齢者 精神疾患 発達障害 その他(視覚・聴覚・内部疾患等)
心身機能・ 構造の特徴	麻痺のため指の可動域制限があり握力が弱い
活動の種類	ADL(食事・排泄・入浴・整容・更衣・就寝・その他) IADL(買物・料理・洗濯・掃除・金銭管理・服薬管理・外出・見守り・その他) 就労・教育・余暇・その他( )
用具の種類	市販品 改良品 (自助具) 開発品 その他( )
工夫した ポイント	カフと電気ひげそりを固定する方法
画像	用具の外観、活用場面、画像の説明について別途添付してください
使用した製品	材料: 電気ひげそり、カフ、木片、ネジ 入手先: ホームセンター 価格: 電気ひげそり以外で1,000円位
利用者の声	毎日使うもので、介助してもらわなくても出来るようになった
備考	



大きさ  
縦×横×高さ  
60mm×60×60

重さ  
100g

作り方 木片を凹型にねじで止め、ヒートンを付けて電気ひげそりをタイラップで固定する。





# 9. パツ!カード

作品名	パツ!カード
事例概要 (使った人の 特徴)	【どんな人】両手が不自由な一人暮らしの高齢女性 【何が困っている】手指の筋力低下、痛みがあり惣菜パックが開けられない 【どう工夫した】手指全体の力をうまく使えるような自助具の作成 【どうなった】パックが一人で開けられるようになり、食生活の幅が広がった
疾患	頸椎症性脊髄症
障害の種別	神経筋疾患 骨関節疾患 脳卒中 <b>脊髄疾患</b> 高次脳機能障害 認知症 要介護高齢者 精神疾患 発達障害 その他(視覚・聴覚・内部疾患等)
心身機能・ 構造の特徴	両手指の感覚障害(痛み、痺れ等)、握力が弱い
活動の種類	ADL(食事・排泄・入浴・整容・更衣・就寝・その他) IADL(買物・料理・洗濯・掃除・金銭管理・服薬管理・外出・見守り・その他) 就労・教育・余暇・その他
用具の種類	市販品 改良品 <b>自助具</b> 開発品 その他( )
工夫した ポイント	身近にあるもので簡単に作成が出来る 個々の手のサイズに合わせられる 簡単に洗うことができ衛生的
画像	用具の外観、活用場面、画像の説明について別途添付してください
使用した製品	材料:カード(不要になったテレホンカード、ポイントカード等)、指サック、 テープ 入手先: 自宅、100円ショップ 価格: 100円程度
利用者の声	指が痛いので、惣菜が入ったパックが開けられず食べたいものが一人では食べられなかった。 道具を使うことで、一人で開けられるようになり食事が楽しみになった。
備考	



大きさ  
11×7×2センチ  
(大きさはカードサイズ)

重さ  
5グラム程度  
(非常に軽い)

作り方

- 1.カードに親指と人差し指に合わせて印をつける
- 2.指サックを用意する(親指と人差し指に一つずつ)
- 3.カードに指サックをテープではる



# 10. らく干しフックピンチ



作品名	らく干しフックピンチ
事例概要 (使った人の特徴)	【どんな人】片手が不自由 【何が困っている】両手を使用する動作(洗濯干し) 【どう工夫した】片手で洗濯物が取り込めるようローラーピンチを使用しそこにフックを付ける 【どうなった】手元でピンチに干物を探入事が本来、取り込みも簡単
疾患	脳卒中の後遺症
障害の種別	神経筋疾患 骨関節疾患 (脳卒中) 脊髄疾患 高次脳機能障害 認知症 要介護高齢者 精神疾患 発達障害 その他(視覚・聴覚・内部疾患等)
心身機能・ 構造の特徴	例: 手指が変形している、握力が弱い
活動の種類	ADL (食事・排泄・入浴・整容・更衣・就寝・その他) IADL (買物・料理・洗濯・掃除・金銭管理・服薬管理・外出・見守り・その他) 就労・教育・余暇・その他 ( )
用具の種類	市販品 改良品 (自助具) 開発品 その他 ( )
工夫した ポイント	物干し竿や角ハンガーに掛け易いよう、ピンチとフックを接続し、片手でも握り易く工夫しました。
画像	用具の外観、活用場面、画像の説明について別途添付してください
使用した製品	材料: フック、ローラーピンチ 入手先: ダイソー、アマゾン 価格: 500円
利用者の声	干し易く、取り込み易い。
備考	

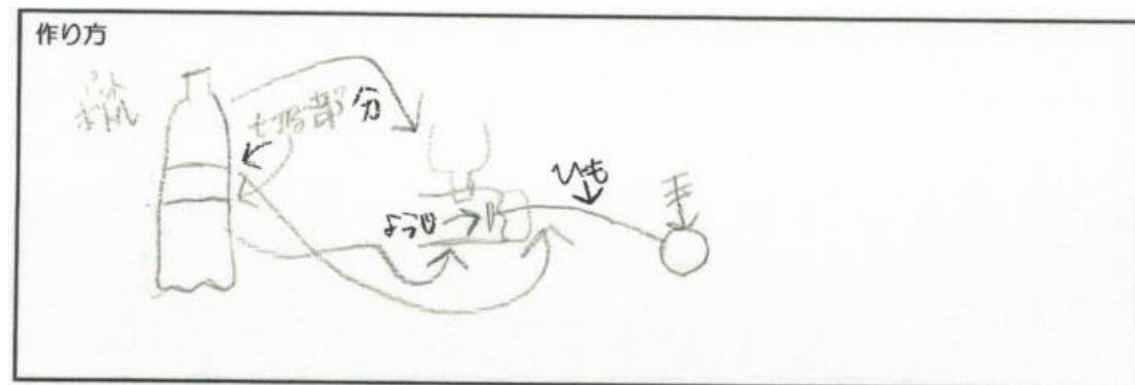
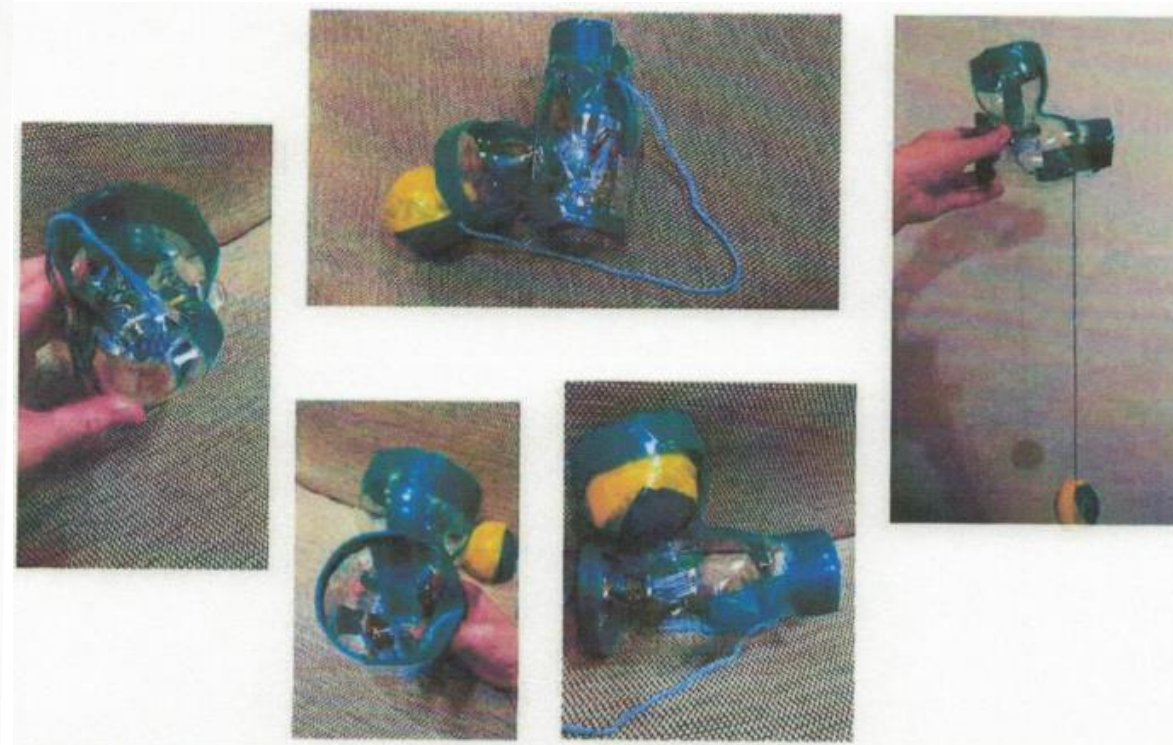
大きさ	重さ
100 x 350 x 300 (角ハンガー込み)	3kg (角ハンガー込み)

作り方  
洗濯物を竿や角ハンガーに片手で、簡単に掛けられるようにピンチとフックを接続します。接続部分は握り易いよう長さやゴムの材質を使用します。  
また、ピンチは片手で引張り取り込めるようローラー付きの物を使用しました。



# 11. ペットボトルけん玉

作品名	ペットボトルけん玉
事例概要 (使った人の特徴)	【どんな人】高齢者 【何が困っている】けん玉は重くて、ぶつかると痛い 【どう工夫した】力が弱くても使えるように軽いペットボトルを使って作った。・座っていても使えるよう、紐の長さを短くした。・ぶつかってもけがをしないような素材を使った。 【どうなった】どんな方でも楽しめるけん玉が出来た
疾患	疾患に関わらず
障害の種別	神経筋疾患 骨関節疾患 脳卒中 脊髄疾患 高次脳機能障害 認知症 要介護高齢者 精神疾患 発達障害 その他(視覚・聴覚・内部疾患等)
心身機能・構造の特徴	
活動の種類	ADL(食事・排泄・入浴・整容・更衣・就寝・その他) IADL(買物・料理・洗濯・掃除・金銭管理・服薬管理・外出・見守り・その他) 就労・教育・余暇・その他 ( )
用具の種類	市販品 改良品 自助具 開発品 その他( )
工夫したポイント	が弱くても使えるように軽いペットボトルを使って作った。・座っていても使えるよう、紐の長さを短くした。・ぶつかってもけがをしないような素材を使った。
画像	用具の外観、活用場面、画像の説明について別途添付してください
使用した製品	材料：ペットボトル、ビニールテープ、おもちゃが入っていた玉、紐 入手先：家 価格：0円
利用者の声	・軽くて使いやすい。 ・昔を思い出して楽しい!
備考	





# 12. かんたんエプロン

作品名	かんたんエプロン
事例概要 (使った人の 特徴)	【どんな人】両手が首の後ろに回らない 【何が困っている】食事の際エプロンのマジックテープが自分でとめられない 【どう工夫した】頭からかぶる形に変更した 【どうなった】自分でつけられるようになった
疾患	脳梗塞後遺症
障害の種別	神経筋疾患 骨関節疾患 <b>脳卒中</b> 脊髄疾患 高次脳機能障害 認知症 要介護高齢者 精神疾患 発達障害 その他(視覚・聴覚・内部疾患等)
心身機能・ 構造の特徴	左片麻痺
活動の種類	ADL (食事・排泄・入浴・整容・更衣・就寝・その他) IADL (買物・料理・洗濯・掃除・金銭管理・服薬管理・外出・見守り・その他) 就労・教育・余暇・その他( )
用具の種類	市販品 <b>改良品</b> 自助具 開発品 その他( )
工夫した ポイント	何回も試着を重ねゴムの長さを絶妙に調整した。決して干切れることのないよう、しっかりと縫い付けた。繰り返し洗濯することを考え、余計なものは付けず見た目より機能性を重視した。
画像	用具の外観、活用場面、画像の説明について別途添付してください
使用した製品	材料：ゴム 入手先：100円ショップ 価格：108円
利用者の声	何回も付けようとして食事に間に合わないと思うほど大変だったが、今度は楽につけられる。心配事が一つ減った！
備考	



大きさ  
50cm×1m

重さ  
50g

作り方  
着脱しやすいよう、また、着用したときに苦しすぎず緩すぎないようにゴムの長さを調整し、既成品の食事用エプロンのマジックテープ部分に縫い付ける。