

HANDBOOK

車の 正しい選び方

車いすに特化した
レンタルカタログ
2025.02-
Ver.1.0

- 所在地：愛知県弥富市瀬浦町西前新田43番地
- TEL：0567-55-2853 ●FAX：0567-55-8254
- 事業者番号：2377500497
- 通称法人：株式会社Wellloop



座位アライメントの乱れに 起因する障害

以下のような障害の多くは、座位のアライメント異常が原因の1つになると考えられています。

1 骨・筋への影響

- ・ 脊柱・骨盤の変形 → 側弯症の悪化、円背など
- ・ 筋緊張の異常 → 体幹・下肢の筋緊張亢進や低下
- ・ 拘縮
- ・ 肩や首、背中での慢性的な痛み
- ・ 長期間の不適切な座位姿勢による骨密度低下 → 骨折リスクの増大

2 褥瘡のリスク増大

- ・ 骨突出部の圧迫による皮膚損傷
- ・ 長時間同じ姿勢をとることによる、血流障害

3 呼吸・循環器系への影響

- ・ 円背姿勢→胸郭の圧迫 → 肺活量の低下
- ・ 痰の排出が困難になり、誤嚥性肺炎のリスク上昇
- ・ 体幹の支持不足による、呼吸筋の弱体化

4 消化器・排泄機能への影響

- ・ 嚥下機能の低下（誤嚥リスクの増加）
- ・ 腸の蠕動運動の低下による便秘や排泄障害
- ・ 骨盤底筋群の緊張低下 → 排尿機能低下

5 認知・精神機能への影響

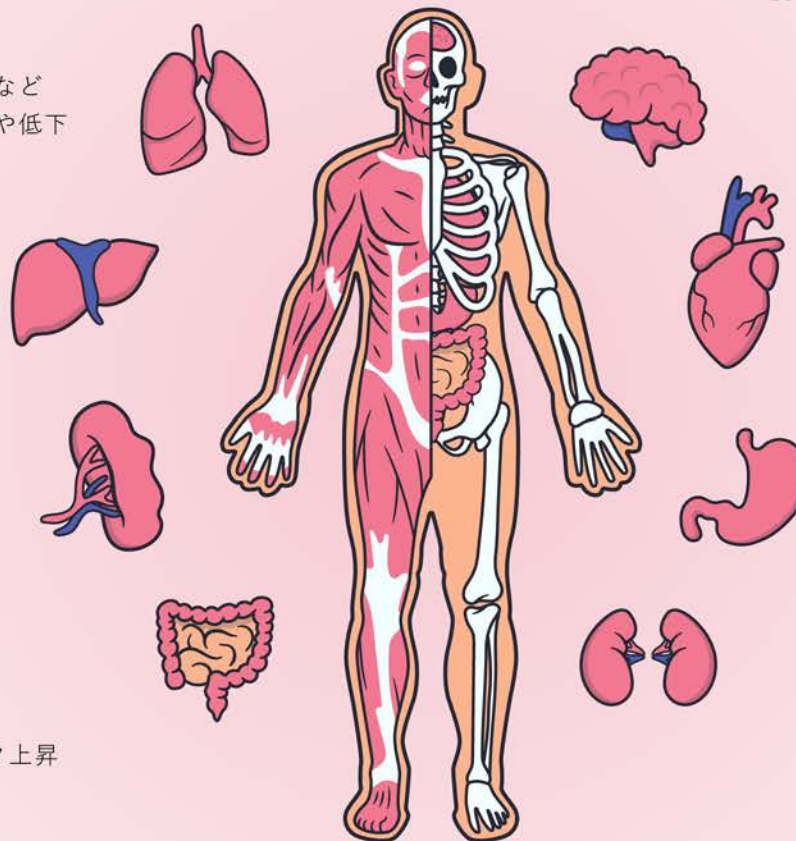
- ・ 長時間の不良姿勢が脳血流を低下させる
- ・ 慢性的な傾きにより、平衡感覚が狂い、めまいやふらつきの原因となる
- ・ 慢性的な痛みや不快感 → 抑うつ状態になりやすい

6 日常生活動作への影響

- ・ 骨盤後傾や円背が続くと、立ち上がる筋力が低下
- ・ 歩行時にバランスが取れず、転倒のリスクが増大
- ・ 体幹支持が弱くなると、腕を使う動作が制限される

7 社会参加への影響

- ・ 自立度低下により、介助が必要な場面が増加
- ・ 介助負担が増えることで、介護者の身体的ストレス、精神的ストレスが増大
- ・ 社会的孤立につながる



**車いすに長時間座る方は、
適切な座位姿勢を維持することが重要**

車いすで起こりやすい代表的な不良姿勢



仙骨座り

あらら、腰が滑ってお尻が前に出ちゃってるね。これだと背中が丸まりやすく、長時間座っていると疲れやすいよ。仙骨に負担がかかるから、クッションや座面の角度を調整しよう！



足が浮く

「あれ、足が宙に浮いちゃってるね。このままだと太ももに圧がかかりすぎて、座り心地が悪くなるよ。フットサポートの高さを調整して、足がしっかり支えられるようにしよう！」

側方傾斜

「体がどっちかに傾いちゃってるね。このままだと、肩や腰に負担がかかるし、背骨も歪みやすいよ。背もたれやクッションを調整して、体がまっすぐ安定するようにするとラクだよ！」



窮屈

「背中が押しつぶされちゃってるみたい。リラックスして座れないし、呼吸もしにくいかも。背もたれの角度やクッションを調整して、ちょうどいいフィット感を探そう！」



頸部前方突出

「うーん、首が前に出ちゃってるね。このままだと首や肩がこりやすく、呼吸もしにくくなるよ。背もたれやヘッドレストを調整して、自然に頭が支えられるようにしてみよう！」

不良姿勢を呈しやすい状態・疾患

- ・ 座位保持姿勢困難な方
- ・ 低栄養の方
- ・ 褥瘡リスクが高い方
- ・ 大柄の方
- ・ 低身長の方
- ・ 脳血管障害
- ・ パーキンソン病
- ・ 関節リウマチ
- ・ 脊髄損傷
- ・ 多系統萎縮症
- ・ ALS
- ・ 筋ジストロフィー
- ・ 側弯症
- ・ 下肢切断 etc..



車いすの調整箇所は こんなにたくさんある

クッションの種類

- ・ウレタンフォームクッション
- ・ゲルクッション
- ・エアクッション
- ・ハイブリッドクッション

ヘッドレストの種類

- ・標準的ヘッドレスト
- ・フルサポートヘッドレスト
- ・側方支持付きヘッドレスト
- ・調整式多機能ヘッドレスト

ヘッドレストの高さ



背もたれの種類

- ・標準的背もたれ
- ・固定型（ハードバックタイプ）
- ・リクライニング背もたれ
- ・ティルト&リクライニング
- ・モジュラー背もたれ
- ・側方サポート

アームレストの高さ

座面の高さ

座幅

奥行き

背もたれの高さ

背もたれの角度

背ばり

ブレーキ

ハンドリム

駆動輪の位置

耐荷重

フットレストの高さ

フットレストの角度

キャスター



ヘッドレスト

適切な調整がされていないと、首や肩に過剰な負担がかかり、頸椎症や慢性的な肩こりを引き起こす可能性があります。誤嚥リスクが増し、呼吸が浅くなることで疲れやすくなるほか、視線が安定せず、会話や食事がしづらくなることも。

高さの調整

- ⚠️ 高すぎる → 頭が前に押され、頸椎に負担がかかる
- ⚠️ 低すぎる → 首の支えが足りず、前方突出が強くなる
- ✅ 後頭部の中心（耳の後ろあたり）をしっかりと支える位置
- ✅ 後頭部が軽く触れる程度にセットし、圧迫しすぎないようにする

角度の調整

- ⚠️ 後ろに倒れすぎる → 顎が上がリ、誤嚥や呼吸障害のリスクが増大
- ⚠️ 前に傾きすぎる → 頭が前方に押し出され、頸椎に負担がかかる
- ✅ 頭の自然なカーブにフィットするようにセット
- ✅ 前傾している方は、やや前寄りにして、適度に支えるように調整する

硬さ・クッションの調整

- ⚠️ 硬すぎる → 頭が安定せず、無意識に動きが増える、あるいは頸部の緊張が増大する
- ⚠️ 柔らかすぎる → 圧迫感が強く、頭の可動域が制限される
- ✅ 硬すぎず柔らかすぎず、適度な弾力のあるものを選ぶ
- ✅ 長時間の使用を考慮し、体圧分散タイプの素材が望ましい

背もたれ

適切な調整がされていないと、骨盤後傾や側弯が進行し、腰痛や疲労が増加します。体幹の支持が不足すると呼吸や嚥下機能が低下し、誤嚥や酸素摂取量の減少につながるほか、座位が不安定で転倒やずり落ちのリスクも高まります。

高さの調整

- ⚠️ 高すぎる → 肩や肩甲骨の動きを制限し、腕の操作がしにくくなる
- ⚠️ 低すぎる → 体幹の支持が不十分で、前屈みや左右の傾きが増す
- ✅ 肩甲骨の下部を支える程度の高さが理想
- ✅ 体幹指示が必要な場合は、背もたれを高くし、側方指示も検討する

角度の調整

- ⚠️ 後ろに倒れすぎる → 視線が上を向き、食事や会話がしづらくなる
- ⚠️ 前に傾きすぎる → 前のめりになり、頸部や肩に負担がかかる
- ✅ リクライニングの場合は、身体が無理なく起こせる範囲に調整する
- ✅ 長時間使用する場合は、適度なリクライニングで体圧を分散する

背もたれの形状

- ⚠️ 直線的な背もたれ → 脊柱の自然なカーブに合わず、姿勢が崩れる
- ⚠️ 曲がりすぎている背もたれ → 逆に過剰な圧迫を生じ、不快感が増す
- ✅ 脊柱のS字を意識し、自然にフィットする形状を選ぶ
- ✅ 既製品が合わない場合は、背もたれ用のクッションやパッドを活用

ランバーサポート（腰部クッション）

- ⚠️ 適切に使わないと、腰が後ろに倒れやすくなり、仙骨座りの原因に
- ⚠️ 適切に使わないと、長時間の座位で腰痛や背部痛が悪化しやすい
- ✅ 腰椎の自然なカーブを維持できる高さ・厚みのものを選ぶ
- ✅ クッションの硬さも考慮し、体圧分散を意識する

座面

適切な調整がされていないと、骨盤が後傾し猫背や腰痛が悪化、体幹の安定性が低下します。

また、血流障害によるむくみや褥瘡（床ずれ）、足の浮きによる拘縮リスクが増加し、座位が不安定になり転倒やずり落ちの危険性が高まります。

高さの調整

- ⚠️ 高すぎる → 足が浮いてしまい、体幹の安定性が低下し、骨盤後傾を助長
- ⚠️ 低すぎる → 膝が上がりがすぎて、股関節が圧迫され、血流障害を引き起こす
- ✅ 膝の角度が90°で、足裏がフットサポートまたは床にしっかり接地する
- ✅ 足がぶらつかず、太ももが座面に均等に接する高さが理想

奥行きの調整

- ⚠️ 長すぎる → 膝裏が圧迫され、血流が悪化し、膝関節の可動域が制限
- ⚠️ 短すぎる → 太ももの支持が不足し、前滑りしやすくなる
- ✅ 膝裏と座面の間に指2～3本のスペースを確保
- ✅ 太もも全体を支えつつ、圧迫感がないようにする

幅の調整

- ⚠️ 広すぎる → 身体が左右に傾きやすく、側弯の原因となる
- ⚠️ 狭すぎる → 太ももや骨盤が圧迫され、不快感や血流障害が発生
- ✅ 骨盤が適切に支えられ、左右均等に圧力が分散される幅
- ✅ 座位中に左右へずれにくく、肘掛けに無理なく腕が乗るサイズが理想

傾斜の調整

- ⚠️ 前傾しすぎ → 前滑りしやすく、身体が崩れやすい
- ⚠️ 後傾しすぎ → 骨盤が後傾し、猫背や腰痛の原因に
- ✅ 適度な前傾（ティルト機能）を活用し、骨盤の安定性を向上させる
- ✅ 過度な前傾・後傾を避け、骨盤が自然な位置で安定するよう調整

クッション

- ⚠️ 硬すぎる → 圧力が一点に集中し、褥瘡のリスクが増大
- ⚠️ 柔らかすぎる → 身体が沈みすぎて骨盤が安定せず、姿勢が崩れる
- ✅ 体圧分散性が高く、長時間座っても快適なものを選ぶ
- ✅ 個々の座位バランスに応じて、適した厚みや硬さを選択

アームレスト

適切な調整がされていないと、肩や首に過剰な負担がかかり、肩こりや腕の疲労が慢性化します。

体幹の傾きや側弯を助長し、座位が不安定になりやすいほか、移乗時の妨げとなり、介助負担が増加します。

高さの調整

- ⚠️ 高すぎる → 肩がすくみ、首や肩に過剰な緊張がかかる
- ⚠️ 低すぎる → 身体が傾き、側弯症や体幹の不安定さを助長
- ✅ 肘を軽く曲げ、リラックスした状態で肩が自然に下がる位置
- ✅ 上腕と肘が圧迫されず、適度に支えられる高さ

長さの調整

- ⚠️ 長すぎる → 移乗やブレーキをする際の邪魔になる
- ⚠️ 短すぎる → 前腕の支持が足りず、肩や腕に過度な負担がかかる
- ✅ 移乗やブレーキの邪魔にならないよう、用途に応じた選択が必要
- ✅ 前腕全体を支えつつ、手首を自由に動かせる長さ

座面との距離

- ⚠️ 広すぎる → 腕が外に開き、姿勢が不安定になる
- ⚠️ 狭すぎる → 身体が圧迫され、血流障害や不快感が生じる
- ✅ 腕が自然な位置における範囲で、身体との距離が適切に保たれること
- ✅ 長時間使用しても圧迫感がなく、リラックスできるポジション

サポート
フット

適切な調整がされていないと、足が浮いて血流が悪化し、むくみや冷え、深部静脈血栓症（DVT）のリスクが増加します。骨盤が後傾し、姿勢が崩れて仙骨座りが進行するほか、関節拘縮や尖足を引き起こし、歩行や立ち上がりが困難になる可能性があります。

フットレストの高さの調整

- ⚠️ 高すぎる → 太ももが圧迫され、血流が悪化し、骨盤が後傾しやすくなる
- ⚠️ 低すぎる → 足が床に接し、膝が伸びすぎてしまう
- ✅ 膝の角度が90°に近く、足裏全体がしっかり支えられていること
- ✅ 太ももが浮かず、座面にしっかり接している状態

フットレストの角度の調整

- ⚠️ 角度が合わないと、膝や足首に過剰な負担がかかる
- ⚠️ 足が前滑りしやすくなり、姿勢が崩れる
- ✅ 足首の角度が自然（90°前後）になるよう調整
- ✅ 前滑りを防ぎつつ、足部をリラックスさせる角度を確保

フットストラップの調整

- ⚠️ 足が不意に動いてしまい、転落や怪我のリスクが増加
- ⚠️ 片麻痺や筋力低下のある人では、足が落ちてしまい、適切な座位保持が困難に
- ✅ 必要に応じて足首や足部を軽く固定し、安定性を確保
- ✅ きつすぎると血流を阻害するため、適度なフィット感を意識

キャスター

- ⚠️ 硬すぎる → 方向転換がしにくく、操作の負担が増加
- ⚠️ 角度がずれていると、車いすが真っ直ぐ進まなくなる
- ✅ 動きが滑らかで、適度な回転が確保されているか確認
- ✅ キャスターが左右均等に動くか
- ✅ キャスターの高さが左右で合っているか

ブレーキ

- ⚠️ 効きにくい → 移乗時の転倒リスクが増大
- ⚠️ 位置が合わないと、操作がしにくく、自立した移乗が困難に
- ✅ しっかり効くように調整
- ✅ レバーが使いやすい位置にあり、片手でも操作しやすいか

ハンドリム

- ⚠️ 遠すぎる → 腕の力が伝わりにくく、疲れやすい
- ⚠️ 狭すぎる → 手の動きが制限される
- ✅ 使用者の腕の長さに合った適切な位置に設定する
- ✅ 滑りにくい素材を選ぶ
- ✅ タイヤとハンドリムの距離を適切な位置に設定する

駆動輪

- ⚠️ 空気圧が低いと、漕ぐのに余計な力が必要
- ⚠️ 位置が合っていないと、重心がずれて転倒のリスクが増大
- ✅ 適切な空気圧を保つ
- ✅ 後輪の軸の位置を調整し、重心のバランスを確保

車いすの重心

- ⚠️ 前後の重心がずれる → 転倒しやすくなる
- ⚠️ 体重が適切に分散されていないと、片側に負担が集中
- ✅ 使用者の座位バランスを考慮し、安定した重心位置に調整
- ✅ 必要に応じてウェイトバランスを変更し、操作性を向上
- ✅ キャスターと駆動輪の位置を調整し、重心位置を調整

TOPICS
1

長時間座るなら要注意！

適切なクッションが必要な理由

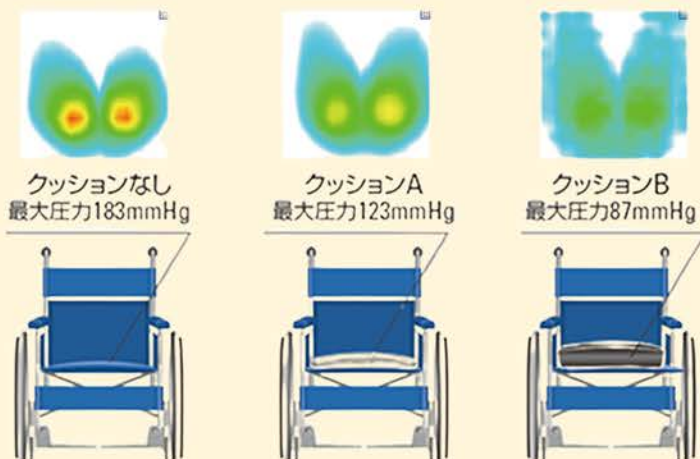
なんとなく選んでいませんか？

クッション選びの重要性

「このクッション、なんとなく柔らかくて座り心地がいいから」そんな理由でクッションを選んでいますか？

実は、適切なクッションを選ばないと、褥瘡（床ずれ）・血流障害・痛みの原因になることがあります。

特に、長時間車椅子に座る人ほど、座圧（座面にかかる圧力）の分布が適切でないと、大きな健康リスクにつながるのです。では、どのようにクッションを選べばいいのか？



デジタル座圧測定によるクッションのカスタム調整

最近では、座圧分布をデジタル表示する専用の測定機器を使い、リアルタイムでどの部位にどれくらいの圧がかかっているかを可視化できるようになりました。

<座圧測定の流れ>

1. 座圧測定センサーをクッションの上に敷く
2. 実際に車椅子に座ってもらい、圧力がどのように分布しているかデジタル表示
3. 圧が集中している部位（坐骨・仙骨・大腿部など）を特定
4. 最適なクッションを選択・微調整し、圧力が均等に分散されるように調整

このデータをもとに、クッションの硬さ・高さ・素材を調整することで、個々の体型や座位姿勢に最適なサポートが可能になります。

ウレタン vs. ゲル vs. エアクッションの比較

種類	特徴	適した利用者	デメリット
ウレタンフォームクッション	<ul style="list-style-type: none"> ・適度な弾力で座り心地がいい ・軽量 ・比較的安価 	<ul style="list-style-type: none"> ・比較的短時間の使用 ・基本的な体圧分散が必要な人 	<ul style="list-style-type: none"> ・長時間使用でへたりやすい
ゲルクッション	<ul style="list-style-type: none"> ・体圧分散に優れ、衝撃吸収性が高い 	<ul style="list-style-type: none"> ・長時間座る人 ・褥瘡リスクがある人 	<ul style="list-style-type: none"> ・重い ・高価格
エアクッション	<ul style="list-style-type: none"> ・空気圧を調整し、体圧を細かく分散 	<ul style="list-style-type: none"> ・体圧管理が重要な人 ・褥瘡リスクが高い人 	<ul style="list-style-type: none"> ・圧管理が必要（調整を怠ると逆効果） ・破損リスクあり
ハイブリッド（ウレタン+ゲル/エア）	<ul style="list-style-type: none"> ・長時間使用でも形が崩れにくい 	<ul style="list-style-type: none"> ・長時間座る必要がある人 ・姿勢保持と体圧分散を両立させたい人 	<ul style="list-style-type: none"> ・高価格 ・カスタマイズ調整が必要
流動クッション（ジェル+液体）	<ul style="list-style-type: none"> ・身体の動きに合わせて流動、体圧分散 ・仙骨や坐骨の一点集中を防ぎやすい 	<ul style="list-style-type: none"> ・長時間座るが、身体の動きが多い人 ・体圧集中を防ぎたい人 	<ul style="list-style-type: none"> ・重い ・破損時のメンテナンスが大変
形状記憶	<ul style="list-style-type: none"> ・体圧をゆっくり吸収し、形状を保持 ・安定した姿勢を維持しやすい 	<ul style="list-style-type: none"> ・座位が比較的安定している人 ・姿勢を保持しやすい環境が必要な人 	<ul style="list-style-type: none"> ・体圧分散性能は高くない ・温度により硬さが変わる

クッションの素材ごとに特徴が異なるため、「何が一番良いか」ではなく、「誰に最適か」が重要です。

特に、使用者の座位姿勢・活動レベル・褥瘡リスクを考慮して、最適なクッションを選ぶ必要があります。

“歩く”にこだわりすぎない 電動車いすがもたらす新しい選択肢

歩行にこだわることで、活動量が減る？

日本では、高齢者や障害者が移動に困難を感じても、「歩けるならできるだけ歩くべき」という考え方が根強い。しかし、「歩けること」と「自由に動けること」は別の問題であり、歩行にこだわることで、逆に行動範囲が狭まることがある。

現に「歩くのが億劫で外出を控える」人が増えている。その結果、社会参加の機会が減り、生活の質が低下している。



電動車いすが“運動不足”を招く？

＜電動車いすユーザーの活動量の変化＞
米国リハビリテーション工学研究センターによると、電動車いすを導入した人の平均移動距離は、導入前の1.5倍に増加している。

＜心理的な変化がQOL向上に寄与＞
日本国内の調査では、電動車いすを導入したことで「外出頻度が増えた」「社会参加の意欲が向上した」と回答した人が約80%。

→ 「歩けないから座っているしかない」状態から、「移動手段があるから、行動範囲が広がる」状態に変化。

なぜ日本では電動車いすが普及しない？

- ・アメリカ・ヨーロッパでは、転倒リスクの高い高齢者や移動に負担がある人に対し、「早期に電動車いすを導入する」流れがある。
- ・日本では、「手で漕げるなら自走式」「移動が難しくなったら介助用」という考え方が一般的で、電動の選択肢が少ない。

結果、海外では「転倒リスクが減少し、要介護状態の進行が遅れる」のに対し、日本では「歩行困難になってから介護を受ける」ケースが多い。



「移動環境の壁」も影響している

電動車いすの普及が進まないのは、「移動環境の壁」も影響している。

- ・「電動車いすに乗って外出できるようになったが、行きたい場所に段差が多くて結局行けない」—公共交通機関の対応が不十分（駅のエレベーター不足・乗車スペースの問題）
- ・「バリアフリーのつもりでも、実際には電動車いすでは通れないことが多い」—車いすのサイズによっては、店舗や施設で通れない場所が多い

普及が進めば、バリアフリー対策も強化され、社会全体の利便性が向上するかもしれません。

未来のモビリティ

電動車いすは、もはや「歩行困難者のための補助具」ではなく、誰もが利用できるパーソナルモビリティへと進化している。AIや自動運転技術と融合し、障害物回避・目的地設定による自動移動・スマホ操作などの機能が開発されている。日本発のWHILLやToyota「C+walk」など、未来の都市インフラと連携する電動モビリティの実用化も進んでいる。

「歩けないから仕方なく」ではなく、「便利だから選ぶ時代」へ。
電動車いすの普及が、より自由で快適な移動社会を実現するカギとなる。



車いすの調整だけでは不十分！ 「環境調整」が自立支援のカギ

「車いすがあるから移動できる」ではなく、
「環境が整っているから自立できる」

ある高齢者は、車椅子を導入したものの、トイレや浴室での移乗が難しく、「結局、家族の手を借りないといけない」と悩んでいた。しかし、トイレのドアを引き戸にし、便座の高さを調整、浴室にリフトを設置したところ、家族の介助なしで移れるようになった。車椅子の性能を最大限に活かすには、環境のカスタマイズが不可欠。

環境調整＝ハード整備だけでない

“環境調整”というと設備や建築の改善ばかりが取り上げられるが、
人的サポートや制度についての調整も含まれる。

- ・ 車椅子の適切な使い方・異動方法を家族や介護者が学ぶ機会はあるか？
 - ・ 介助者や同居家族の負担を減らすための「介助マニュアル」や「福祉機器のトレーニング」は整備されているか？
 - ・ 自治体のバリアフリー補助制度や在宅介護支援が十分に活用されているか？
- 「環境＝モノ」ではなく、「環境＝使う人の知識や制度も含めたもの」という視点。



ベッド

- ☑ ベッドの高さを調整
- ☑ 手すりや移乗バーを設置
- ☑ リフトの導入
- ☑ ベッド周辺のスペースを確保

ベッドの高さを調整するだけで、
安全に移れるケースがある



玄関

- ☑ スロープや昇降機の設置
- ☑ 手すりの設置
- ☑ ドアを引き戸or自動ドア
- ☑ 靴の履き替えがしやすい椅子

玄関のちょっとした段差が、
出かけるのを面倒にする



トイレ

- ☑ ドアを引き戸に変更
- ☑ 便座の高さを調整
- ☑ 前方・横の手すりを設置
- ☑ スペースを確保

「狭い・座れない・立てない」を
なくす



キッチン

- ☑ シンク・作業台の高さ調整
- ☑ 足元が広い設計
- ☑ 収納は手の届く範囲に配置
- ☑ IHコンロを導入

「座ったまま調理できる環境」で、
料理の楽しみを失わない



浴室

- ☑ 車いす対応のシャワーチェア
- ☑ 浴槽リフトを設置
- ☑ 床の滑り止め加工
- ☑ 手すりの設置

「シャワーで済ます」ではなく、
「安全に湯船につかれる」環境



リビング

- ☑ 動線を確保する
- ☑ ソファや椅子の高さを調整
- ☑ 電動リクライニングチェア
- ☑ 照明のスイッチを低くする

移動しやすいだけでなく、
快適に過ごせる空間に整える

「お父さんの車いす、これでよかった？」

施設に入ることになった父のために

「お父さん、最近歩くのが大変そうだね。」
 施設の職員さんの言葉に、私は改めて父の足元を見た。以前よりふらつきが目立ち、立ち上がる時にも膝が震えている。
 「うん、前よりしんどくなってるみたい。でも、お父さん頑固だからなあ。杖を勧めてもあまり使わないし…。」
 そんな話をしているうちに、職員さんから提案されたのが**車いすの導入**だった。
 「普段は歩けるけれど、長い距離は難しい。食堂や談話室へ行くのも億劫そう。」
 「確かに、それなら移動が楽になるし、転ぶ心配も減るね。」
 私たち家族は、父のために車椅子を用意することに決めた。

とりあえず安い車いすを

車いすを用意することになったものの、どんなものを選べばいいのかわからない。
 インターネットで検索すると、たくさんの種類がある。
 「とりあえず、軽くて折りたためるのがいいよね。お店でも簡単に手に入るし、そんなに使う機会も多くないだろうし。」
 そんな考えから、私たちは**比較的安価な介助用車いす**を購入した。
 座面が少し固いけど、施設の中で使う分には問題ないだろう。父も「まあ、座れるからいいか」と言ってくれた。
 「これで安心だね。」
 そう思っていた。

使ううちに見えてきた違和感

最初はそれで問題ないように思えた。
 でも、使い始めてしばらくすると、父がこんなことを言うようになった。
 「なんか、この車いす、座っていると腰が痛くなるんだよなあ。」
 「背中が丸まっちゃう感じがする。」
 「長く座っていると、お尻がしびれてくる。」
 最初は気のせいかと思った。
 でも、よく見てみると、父は**座面の奥まで深く座れていないし、背もたれにしっかり寄りかかると、頭が前に突き出してしまう。**
 車椅子が合っていないのかもしれない。

理学療法士のアドバイス

施設の理学療法士が、父の姿勢を見てこう言った。
 「この車いす、座面の奥行きが合っていないですね。お父さんの体型にはちょっと大きすぎるみたいです。」
 確かに、膝の裏と座面の間にかなりの隙間がある。
 「これだと、背中が丸まりやすくなって、腰に負担がかかってしまいますよ。」
 さらに、アームレストが高すぎるせいで肩がすくんでいる。
 「肩が上がったままの状態が続くと、肩こりや疲労の原因になりますね。」
 そして、一番の問題は**足の位置**だった。
 「フットサポートが合っていないので、足が浮いてしまっています。これでは、骨盤が後ろに倒れてしまうので、腰や背中に負担がかかりますね。」
 私たちは、改めて「ちゃんと選ばなければいけなかったんだ」と気づかされた。

適切な車いすを選んだ結果

理学療法士のアドバイスをもとに、父の体に合った**自走用の車いす**を選ぶことにした。
 適切な**座面の奥行き**で、**骨盤がしっかり支えられるクッション付きのもの**。
 さらに、**アームレストの高さが調整でき、足が床にしっかりつくフットサポートがあるもの**を選んだ。
 新しい車いすに座った父は、驚いたような表情をした。
 「なんだ、これ…！すごく楽だな！」
 「腰が痛くならないし、前みたいに体がずれない。」
 実際、長時間座っていても疲れにくくなった。
 「これなら、もう少し座ってテレビを見たり、みんなと話したりできそうだな。」
 そう言って笑う父を見て、改めて「車いす選びは大切なんだ」と実感した。
 私たちは最初、「とりあえず座ればいいい」と思って車椅子を選んでしまった。でも、実際に使う父の姿を見て、その考えが間違っていたことに気づいた。
 「なんとなく」ではなく、使用者の**体型・生活環境・動きやすさ**を考えて車いすを選ぶことが大切。
 私たちがもう少し早く気づいていたら、父ももっと快適に過ごせていたかもしれない。

「お父さんの車椅子、これでよかった？」



「もう一度、立てると思わなかった」

スタンディング機能付電動車椅子がくれた希望

67歳、突然の事故

「あと少し…」

庭木を剪定していたとき、バランスを崩して脚立から落下した。

目が覚めた病室で聞かされたのは、**胸髄損傷・下半身麻痺**という現実だった。

「これから歩くのは難しいでしょう。」

その言葉が頭を離れなかった。車椅子の生活になる。

もう立つことはできないのか。

日が経つにつれ、言葉数は減り、リハビリにも気が乗らなくなっていった。

「社長、元気そうで安心しました。」

お見舞いに来た社員に「ありがとう」と笑顔を作るが、心の中では焦りばかりが募る。

自分は、この先どうやって生きていくのか。

立ち上がる車いすとの出会い

そんなある日、リハビリスタッフが提案した。

「スタンディング機能付の電動車いすを試してみませんか？」

「立ち上がる？」

半信半疑のまま試してみると、座面がゆっくり上がり――

目の高さが変わった。

リハビリスタッフと同じ目線で話せる。

「……本当に立ってるみたいだ。」

体が自然に伸び、胸が開き、呼吸が楽になる。

たったそれだけのことなのに、涙が出そうになった。

「どうですか？」

「……すごいな。」

たった数ヶ月前までは当たり前だった「立つ」ことが、こんなにも特別なことだったとは。



退院後の生活の変化

電動車いすを導入し、退院後の生活は大きく変わった。会社では、立ったまま会議に参加し、社員と対等な目線で話せるようになった。

これまでは、見上げながら指示を出していたが、今は目線が変わることで自然と会話が増えた。

プレゼンの際も、以前と同じように立って話せることで、自信が戻ってきた。

「社長、立てるんですね！」

「まあな。立って話す方が、俺はやりやすいからな。」

社員たちの驚きと喜びが混ざった声を聞きながら、昔の自分を取り戻したような気がした。

自宅でも、**キッチン**の棚のものを取る、**庭**を見渡すなど、以前と変わらない動作ができるようになった。

庭に出ると、落ちたときのことを思い出した。

「あの枝、もうちょっと剪定した方がいいな。」

不思議と、以前と同じ感覚が戻ってきた。

「立つ」ことがもたらしたもの

- ・姿勢が良くなり、腰や背中への痛みが軽減
- ・目線が上がることで、気持ちが前向きに
- ・呼吸がしやすく、食欲も回復
- ・車椅子に乗ることが「制限」ではなく、「選択肢」になった

「たった一つの機能で、こんなに変わると思わなかった。」

「歩けない」からといって、すべてを諦める必要はない。

適切な福祉機器を使えば、できることはまだまだある。

スタンディング機能付電動車いすは、

人生を取り戻す一歩になった。

