

MazROC

マツロクプラス

マツ六株式会社

TOPICS

- バリアフリー建材カタログVol.15発刊しました！
- 理学療法士からみた福祉用具
- 福祉住環境コーディネーター 道
- まつろく 津津浦浦

etc...

10月号
2016年



バリアフリー建材カタログ Vol.15 発刊しました！

新商品 多数掲載しています **NEW**

たよレール rest トイレ用据置き手すり
たよレールrest



BAUHAUS
セレクトシリーズ
エンドブラケット
金属カバー付

BAUHAUS
ソフトアクアレール
コーナー
ブラケット

BAUHAUS
木製ベースプレート
80mm幅

たよレールhigh用連続手すり
わたレールEH
伸縮タイプ

BAUHAUS
フリーRレール
埋め込み式支柱用
化粧カバー 後付け

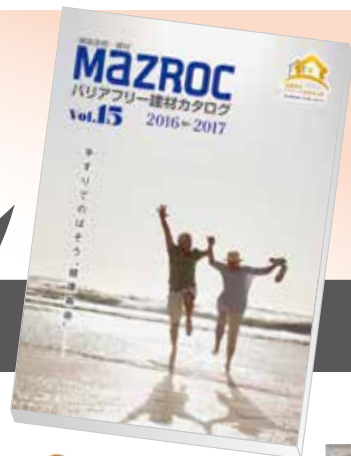
BAUHAUS
フリーRレール
支柱用側面
ブラケットN
出幅55mm

BAUHAUS
グロス丸棒ディンプル付

グロス丸棒に**新色**と
ディンプルなしタイプ
が登場！

ディンプルなしタイプ

BAUHAUS
グロス丸棒



理学療法士 からみた

福祉用具

「理学療法士からみた福祉用具」、「作業療法士からみた住宅改修」を交代でそれぞれの視点から、専門的な知見を踏まえお伝えするコラムです。

運動癖

よーいどん。秋の校庭から聞こえてくる運動会の掛け声です。子どもが懸命に走る姿は微笑ましいものですが、お父さんの足がもつれて転ぶ姿には目をつぶりたくなります。いつまでも転ばないためには何をすればいいのでしょうか。

高齢者は加齢とともに転倒のリスクが上がります。一番の原因は筋力低下です。筋力低下が進むと重たい足を持ち上げることができずすり足となり、つま先を持ち上げることができず足が引っ掛かります。さらには白内障など目の加齢変化も加わり外出すると太陽の光がまぶしく、色の違いも判りにくくなるため何気ない歩道の段差が危険スポットに変わります。わずかな段差で転倒しないためにも日々の運動が大切です。

そこでおすすめしたいのがスクワットです。スクワットは足の力をつけるのに最も有効な運動の1つです。しかし、正しいフォームで続けることが難しい運動でもあります。僕自身、健康教室で今までたくさんの方にスクワットを指導してきましたが、ほぼ全ての人が上手に続けることができません

でした。その場ではできていても継続できず、次の週にはまたフォームチェックが必要になる有様でした。そこで考えたのが誰でも同じフォームでできる声掛けです。みなさんも一度やってみてください。まず、足を肩幅に開いて両手を太ももの前に置きます。次に膝を曲げながら太ももの前を掌でなぞるように両手を膝まで滑り下ろします。背中を丸めず伸ばしたまま顔を前に向けて膝を触ることができれば良いフォームと言えます。このとき横から見て脛の角度と体幹の角度が同じように前傾していれば完璧です。

加齢変化は早かれ遅かれ誰にでも起こります。見て見ぬふりをしていると悪い歩き方が身に付いて転倒骨折を免れなくなります。加齢変化に目をつぶらず、まずは毎日10回からスクワットを始めてみませんか。



Sport(エスポート)
リハビリテーション福祉コンダクター
理学療法士
和田 圭市



まつろく 津津浦浦

JR弥彦線弥彦駅から徒歩2分、新潟県内人気No.1の弥彦公園もみじ谷が有ります。

広さは約4万坪に及び、様々な見どころが配置されていて、色づく木々もそれぞれ異なった雰囲気の中で楽しめます。

10月中旬から下旬にかけて木々が色づき、特にもみじ谷には昔の木橋を再現した観月橋があり、見事に調和の取れた紅葉風景を演出しています。弥彦公園が最も美しく鮮やかに彩られるこの季節にライトアップされ、朱色に塗られた観月橋と紅葉が織りなす景色は、訪れる人の心を和ませてくれます。



福祉住環境 コーディネーター

道

Q. 義肢はからだの一部となるため、一人ひとりの体型や障害の程度、切断端の状態・箇所にあったもの、本人のライフスタイルなどを考慮する。導入に際しては【A】によって義肢装具士が製作する。

- A. ①介護支援専門員のケアプラン
②作業療法士の療養計画
③医師の処方 ④利用者の届出 ※答えは右下部



★★★★バリアフリー占い★★★★

星座	今月のラッキーアイテム	カタログ Vol.15掲載
おひつじ座	ポーチX	P.37-338-339
おうし座	BAUHAUS 32ロングスパン1400[ディンプル付] 木目クリア	P.75-80
ふたご座	32グロス丸棒 Dオーク	P.75-78-93
かに座	ステッキホルダー	P.57
しし座	セレクトシリーズ 35チーズ シルバー	P.99-115-161-279
おとめ座	たよレールhigh 注意喚起シール(I/R型用)	P.407
てんびん座	フリーRレール 上部支柱止ねじ	P.310
さそり座	ブロックビルドスロープ	P.361
いて座	アブローチEレール コーナー支柱 ベースプレート式 カバー付	P.325
やぎ座	セレクトシリーズ 32真壁用スリム通しブラケットカバー付 ブラウン	P.117-128
みずがめ座	浴室フロア用コルクタイル	P.254
うお座	たよレールdan 2段階み台	P.379-397

Information ● この場をお借りして
● マツ六からのお知らせです。
● バリアフリー建材カタログVol.15、手すりカタログVol.15ダイジェスト(改修編)(貸与編)を発刊しました。
● ファーストリフォームカタログvol.13を発刊しました。
● 皆様からのご意見を募集しております。
planning@mazroc.co.jp



国際福祉機器展 H.C.R.2016
に出展いたします。

10/12(水)~14(金) 東京ビッグサイト東展示ホール 小間番号 1-03-08(東1ホール)

住宅
改修

福祉用具
貸与

商品を表示
いたします。

発行元: マツ六株式会社

〒543-0051 大阪市天王寺区四天王寺1丁目5番47号
TEL 06-6774-2255(代表) FAX 06-6774-2248

http://www.mazroc.co.jp
MAZROC 1610-1



写真の朝野 ©: 冬島