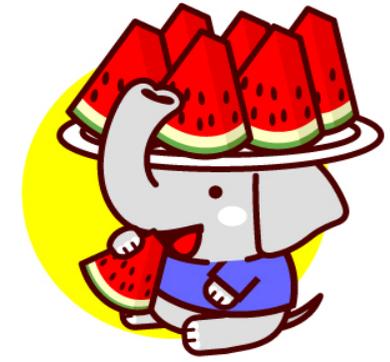


作業療法だより



厳しい暑さが続いておりますが、皆様水分補給きちんとされていますか？
さて今回は食事の自助具についてご紹介します。

障害を持っていても自分で食事をしたいと希望される方は多く、**ちょっとした工夫や自助具（日常生活で困っている動作を可能な限り自分自身でできるように補助する道具）**を使うことで食べやすくなります。

1. スプーン・フォーク . . . 指の細かい動きが難しい、握る力が弱い、という方が使われる自助具です。

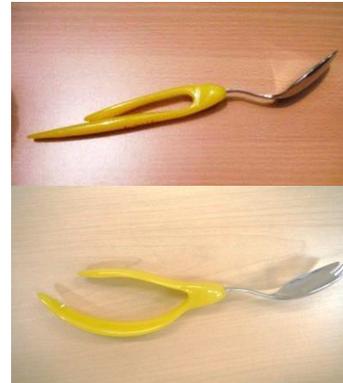
①握り部を太くしてある



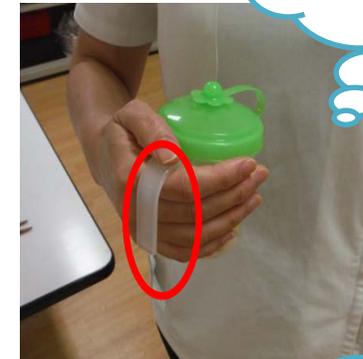
②先を曲げることができる



③柄の形が変えられる



握ることが難しい人は
引っかけタイプも
あります。



3. お箸 . . . 障害をもっていても箸でうどんやそばを食べたい。手の細かい動きが難しい方が使われる自助具です。

①両方の端が連結されている ②箸に輪やガイドが付いている ③箸に溝が掘ってある

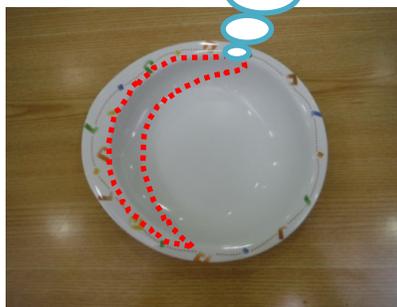


鼻が当たらないように
カットされている
タイプです。

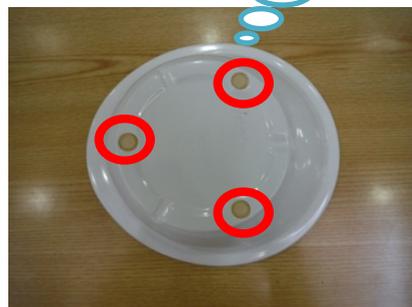


4. お皿 …… 腕や手の筋力低下や脳卒中などの病気で、しっかりと皿やお椀をおさえることができない方のための自助具です。

すくいやすいように
深くえぐられたよう
な形状です



滑り止めがつい
ている。



滑り止めマットを
敷くとさらに滑り
にくくなります



ぬれタオルで代用し
ています。おしぼりな
ども良いですよ。



今回、紹介した自助具はお店やインターネット上でも販売されています。また、この他にもいろいろな種類の自助具があります。どのような自助具を選べばよいかわからない悩まれたときには作業療法士にご相談ください。

病院 作業療法室

太田川