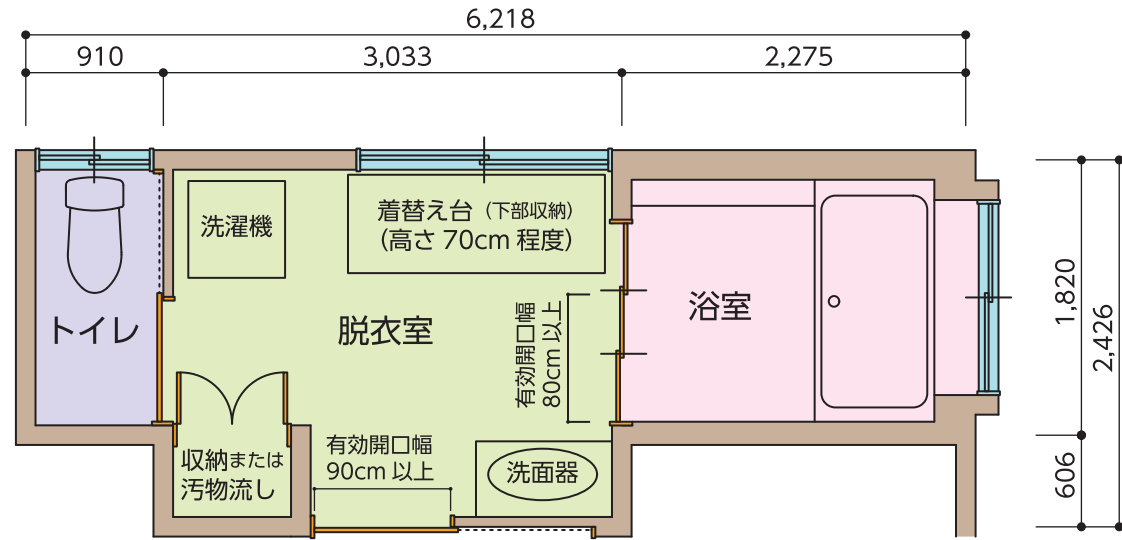
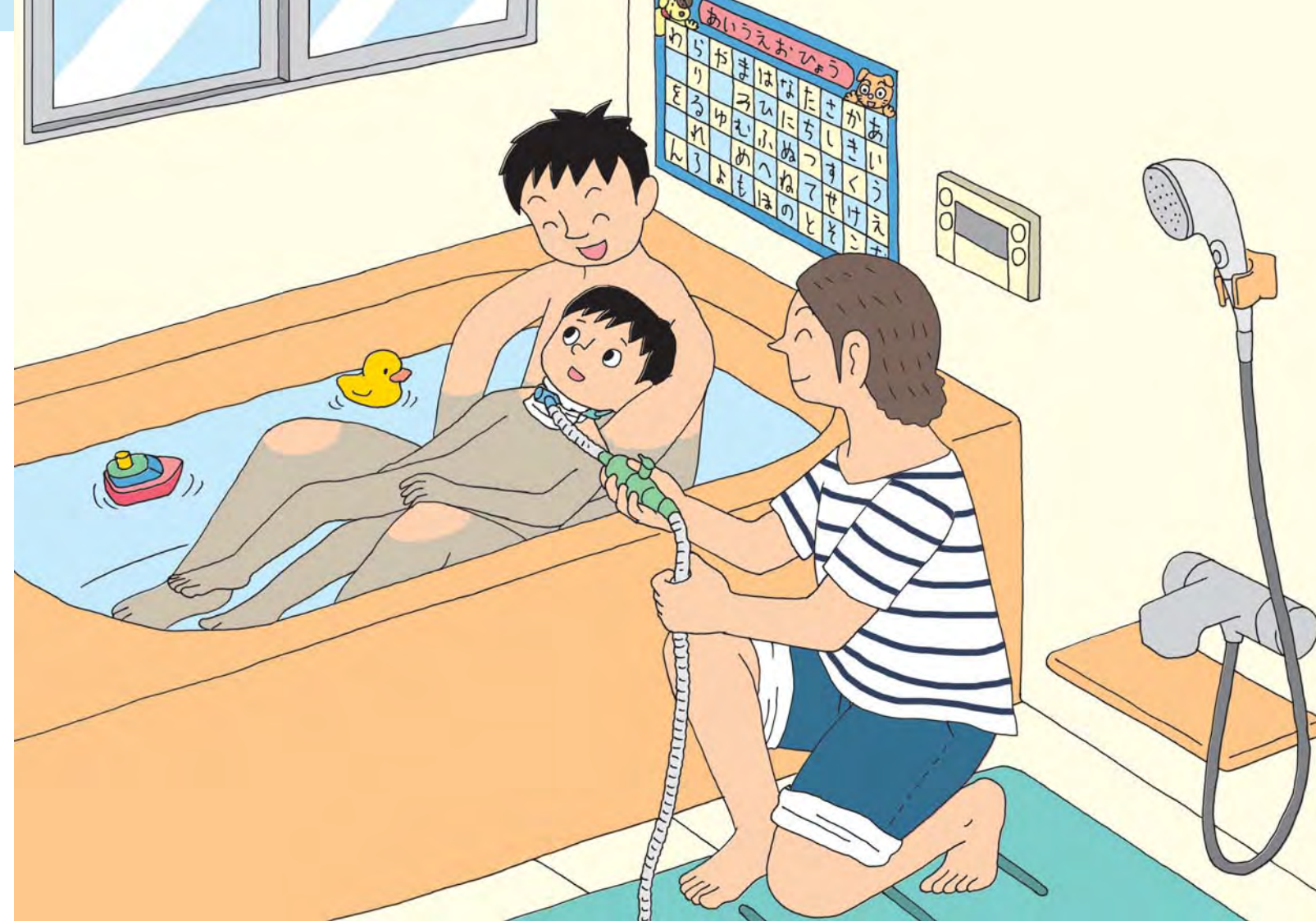


# 子どもが成長しても使いやすい 浴室・脱衣室周辺のレイアウト例



▲ 脱衣室出入口



浴室の大きさ

2人の介助者と本人（計3人）が浴室に入ることを想定すると、浴室の大きさは1.25坪以上（1620サイズ）が必要だと考えます。あらかじめ天井や壁に補強を入れておくこととリフトが必要になった時に支柱を立てることなく設置もスムーズ。



扉の形状

出入口口に段差がないことは必須。抱きかかえ介助やシャワー用車椅子で出入りすることを想定し、有効開口幅を広く（80cm以上）確保するため、3枚引戸や2枚引込み戸等を選択しましょう。開戸は洗い場が使いにくくなるので避けましょう。



洗い場の床

洗い場の床は滑りにくく、クッション性が高いものをオススメします。バスマット類を敷かなくても床に本人を直接寝かせて安全に洗うことができれば、3枚引戸や2枚引込み戸等を選択しましょう。開戸は洗い場が使いにくくなるので避けましょう。



シャワー

浴室が広いとシャワーが届かないこともあるので、シャワーホースの長さは長くしておくこととよいでしょう。またシャワーの手元でON/OFFを切り替えることができるシャワーヘッドにしていくと、節水にもなり非常に便利です。



脱衣室の大きさ

脱衣室には洗面器や洗濯機が配置されることが多く、介助スペースが十分にとれないことがよくあります。脱衣室で着脱まで行う場合は、レイアウト例をご参考ください。スペースがとれない場合は寝室を脱衣室に隣接させる間取りを検討。



着替え台

着替え台上で洋服の着脱やおむつ交換をする場合は、高さ70cm程度が介助しやすいでしょう。転落防止柵付きや電動昇降式、折り畳みができるものもありますので、子どもの状況やスペース、家族の生活スタイルにあったものを選びましょう。



リフト

抱きかかえ介助による負担の軽減や安全性を考慮しながら、リフトを検討しましょう。気管切開をしている場合は、吊り上げる時に気切部が圧迫されないように椅子型の吊り具等を導入する場合があります。いずれにしても専門職と試用しましょう。



人工呼吸器

入浴時にも人工呼吸器を利用する場合（蘇生バッグ含む）、ストレッチャーやリクライニングができるシャワー用車椅子で、寝室から洗い場まで移動することになります。2人以上の介助者を想定した動線やスペースを検討しましょう。

国際福祉機器展（H.C.R.）2018

# 医療的ケアが必要な子どものお風呂の工夫

近年の新生児医療の発達等により、医療的ケア（たんの吸引や経管栄養、人工呼吸器等）が必要な子どもが急増しています。このパンフレットは、医療的ケアが必要な子どもと家族にとって、少しでも安全で快適な住まい（入浴環境）が実現できるよう、基本的なポイントをまとめています。

協力者：浅野 美和（横浜市子ども青少年局障害児福祉保健課・看護師）  
井上亜日香（神奈川県立子ども医療センター・看護師）  
大泉 江里（在宅オフロ研究母さん・介護当事者）  
中村 詩子（北九州市立総合療育センター・リハ工学士）  
星野 陸夫（神奈川県立子ども医療センター・医師）

参考文献：1）大泉江里、雨宮由紀枝、倉内暢子：「超重症児」の在宅お風呂事例集、（公財）在宅医療助成勇美記念財団、2017.2  
2）中村詩子、西村顕：在宅の重症心身障害児・者の浴槽に関する調査研究、（公財）アソビッド・ケア・イノベーション研究・助成財団、2016.9  
3）西村 顕：重症心身障害児者の入浴環境とその移行支援に関する研究、横浜国立大学大学院、博士論文、2013.3

企画・作成：横浜市総合リハビリテーションセンター研究開発課  
西村 顕（一級建築士・工学博士）

## 0～2歳（体重 10kg 以下）



**生活に慣れよう期**

まだ体格も小さく体重も軽いので、市販のベビーバス等で対応が可能だと考えられます。医療的ケアの内容にもよりますが、訪問看護師さん等と一緒に入浴の練習をしながら、子どもにとって親にとっても負担のない安全な方法を獲得していきましょう。この時期に大がかりな浴室の改修や福祉機器の導入は必要ないと考えます。まずは医療機器の扱いを含めて、入浴の手順に慣れ、毎日の生活のリズムを整えることが大切だと思います。先輩お母さんからお話を聞いたり、福祉用具のイベント等に参加しながら情報収集に務め、将来のイメージを持つようにしましょう。この時期は入浴を通して、しっかりと子どもの全身管理やコミュニケーションを育む時間をとることを楽しみましょう。



キッチンのシンクにベビーバスを入れて、訪問看護師から医療的ケア等のアドバイスを受けながら入浴。排便やリラックス等、入浴には多くのメリットがあります。

## 3～10歳（体重 20kg 以下）



**つかえる試みよう期**

この時期になると市販のベビーバスが窮屈になってくる頃だと思います。ベビーバスから頭や足がはみ出してくる場合もあるでしょう。衣装用のプラスチックケースやプラブネ（園芸用のプラスチックの船型の入れ物）、ビニールプール等を活用して入浴介助をされているご家庭もみられます。しかし、お湯を入れたり、洗い終わったお湯を捨てたりする作業が意外と重労働になります。子どもにとっては楽しいはずの入浴が、親にとって負担感の多い作業になることは避けましょう。ベビーバスよりも少し大きめの浴槽等も商品化されています。お風呂環境をしっかりと確認した上で、毎日の生活の中で安全に楽しく続けられる方法かどうか、いろいろ試しながら導入することをオススメします。

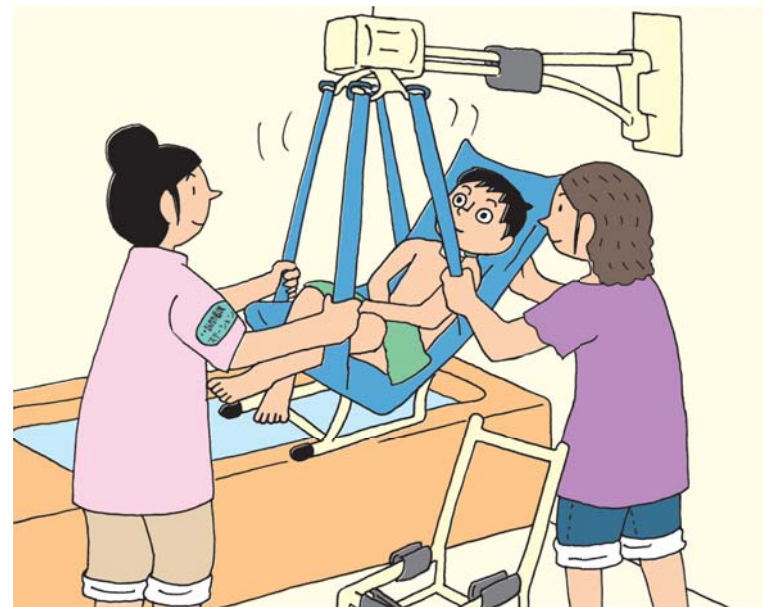


ビニールポート型のオリジナル簡易浴槽。幅広のヘリとお尻止め用のネットが頭と体を支え、姿勢を安定させることができます。かえるのオフロ：かえるキッズのお助け隊



ユニットバスに置く最大サイズ全長 135cm の簡易浴槽。頭部と大腿をスリングネットで支え、身長約 145cm まで対応。【開発】北九州市立総合療育センター 【販売】アビリティーズ・ケアネット株式会社

## 10～20歳（体重 20kg 以上）



**抱っこ見直し時期**

子どもが産まれてから 10 年以上、ずっと抱きかかえ介助で入浴をしている場合がみられます。抱きかかえ介助は、手軽にサッとできるかもしれませんが、子どもの体重が 20kg 以上になってくると、たとえ慣れていても、親（介助者）の腰や肩、ひざに大きな負担がかかってきます。また、長年の蓄積疲労も無視できません。この時期は大きく介助方法を見直すステップアップの段階だと考えます。もし、ひとりで子どもを介助をしているのであれば、ヘルパーさんなどを積極的に利用したり、訪問入浴サービスを使ったり、リフトと言われる福祉機器を試すことをぜひ経験してみてください。今までの介助方法を根本的に見直し、今後に向けて安全に継続的にできる方法を獲得することが大切です。



リフトの吊り具は椅子型を選択。入浴時わたんの吸引が必要になるため、吸引器を載せたワゴンを脱衣室に準備。水や湿気に弱い医療機器の浴室内利用は原則 NG。



脱衣室と浴室の天井にレールがあれば、1台のリフトで移動できるものもあります。天井走行式リフト（X-Y レールシステム）は昇降範囲が広いので使いやすい。

## 20歳以降（体重 20kg 以上）



**選択肢増やそう期**

子どもが 20 歳以上になっても、介助者ひとりが抱きかかえ介助による入浴をおこなっている場合は要注意です。子どもの視点から見ると抱きかかえ介助のリスクは非常に高いものになります。「入浴介助中に滑って子どもを洗い場に落としたり」「抱きかかえ介助をしている時に子どもの頭をドアにぶつけた」等、抱きかかえ介助による事故や事故になりそうな危なかった事はとても多くみられます。自宅の浴室が狭い等の環境が良くない場合は、訪問入浴サービスを利用したり、通所先で機械浴槽を利用したり、リフト等を積極的に活用しましょう。入浴に関する選択肢を増やし、家族以外の介助者に対しても安全に入浴ができる状況を確認することは非常に重要です。



訪問入浴サービスは、看護師を含む 3 名体制で行われます。必要なスペースは約 1 坪（2 畳）。人工呼吸器を利用している場合は、より安全な入浴方法のひとつです。



通所施設などでは、機械浴槽が導入されている場合があり、より安全に入浴をすることができます。自宅以外でも入浴できる環境を確保することが重要です。

安全  
快適  
継続

子どもの成長とともに入浴方法は変わります。  
ひとりで抱え込まずに主治医や訪問看護師、リハビリテーションの専門職等に相談しながら、  
子どもの状況や家族のライフスタイル合わせて入浴

「安全に」「楽しく」「続けられる」入浴方法を見つけましょう！  
リテーションの専門職等に相談しながら、  
環境を考えましょう！