

外出スキルアップ研修

実践研修（横浜）

バリアフリーナース 櫛田美知子

馬車道駅から元町中華街まで電車 券売機（障害者手帳ありの場合）



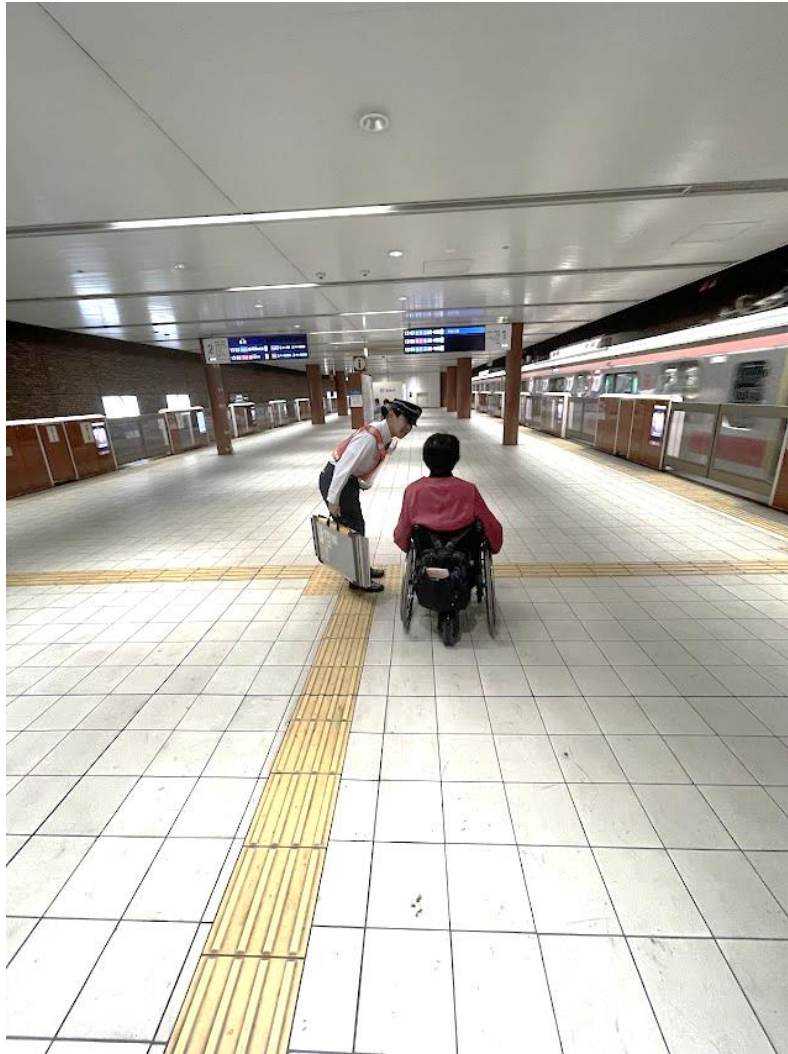
改札・駅員



トイレの確認



駅員によりスロープ設置 乗車は降車駅に連絡がついてから



降車駅には連絡がいつている



エレベーター標示



エレベーター時の配慮のポイント



案内図など トイレ情報大切



エレベーター前では

・トイレ情報を！

複数個所把握



トイレ案内

洋式便器

和式便器

小便器

手洗い

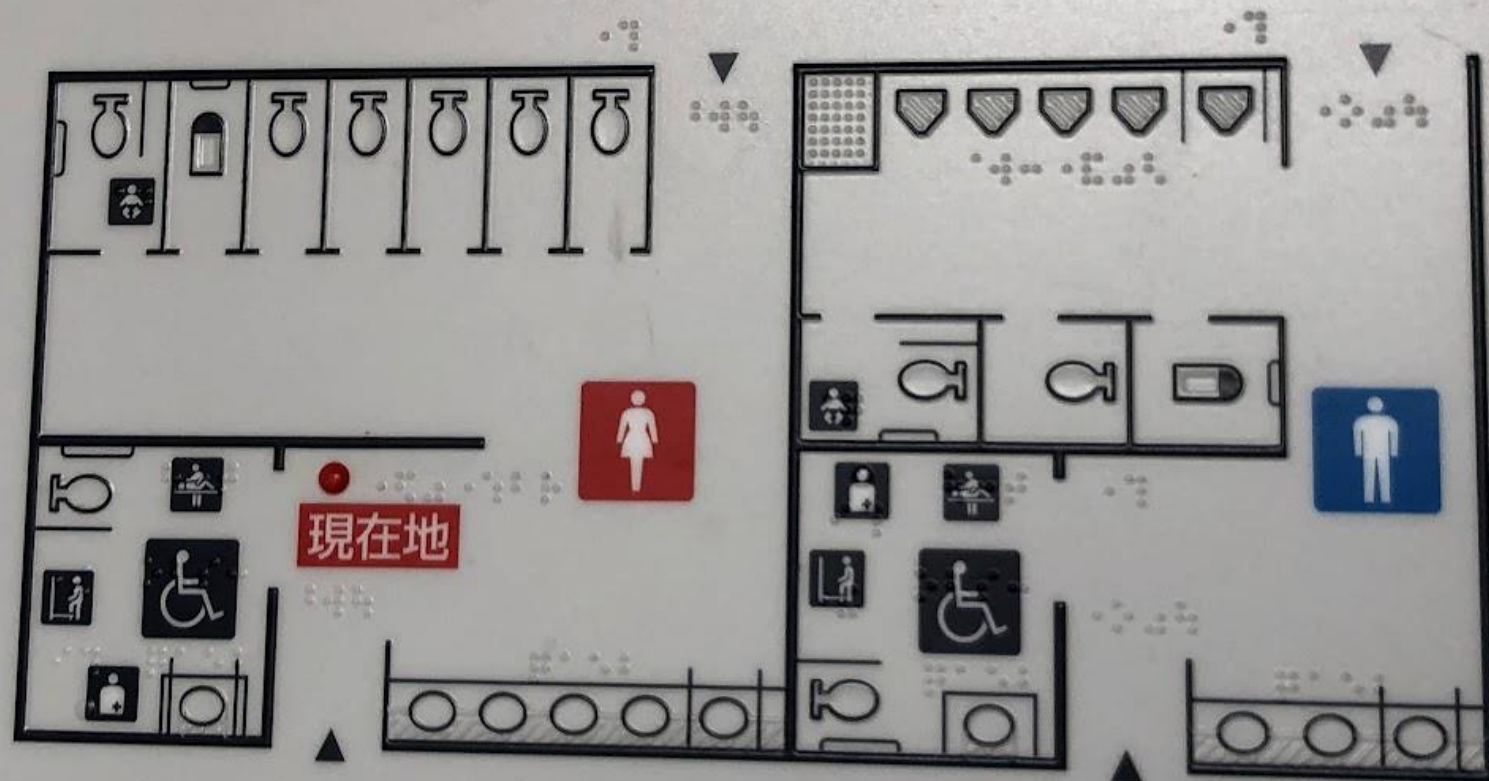
ベビーチェア

オストメイト

多目的シート

フィッティングボード

出入口



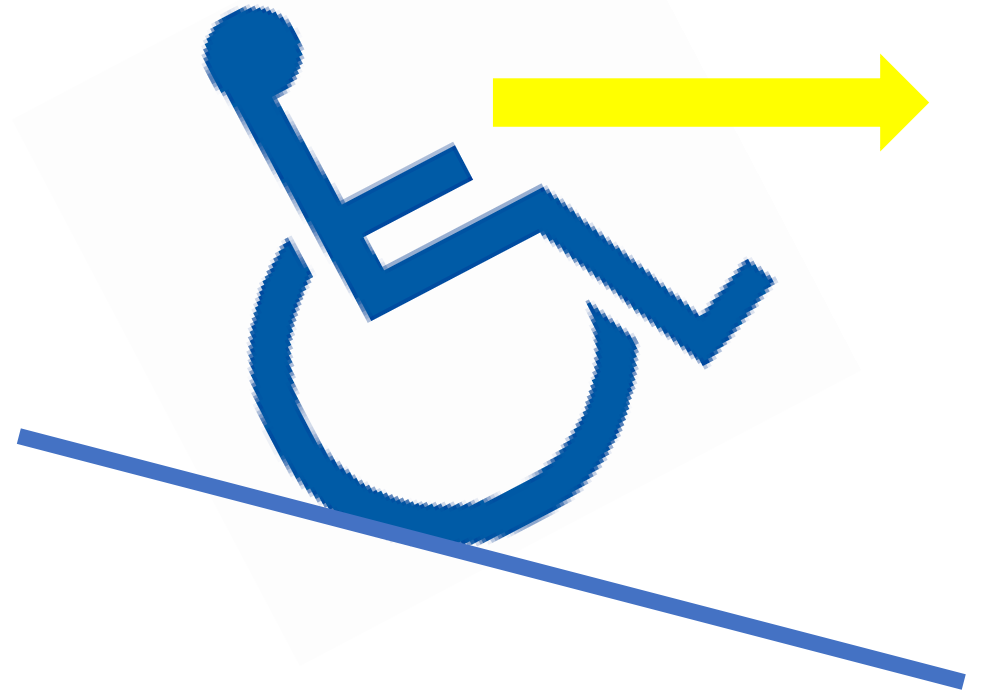
がたがた道は前輪を上げるとつまずかない



ゆるやかな下り坂は、クネクネとS字を描いておりるとよい



スロープを下る時は前輪を上げてお尻に
重心を置くとバランスがくずれません。



家族もお互いに休憩・コミュニケーション は大切



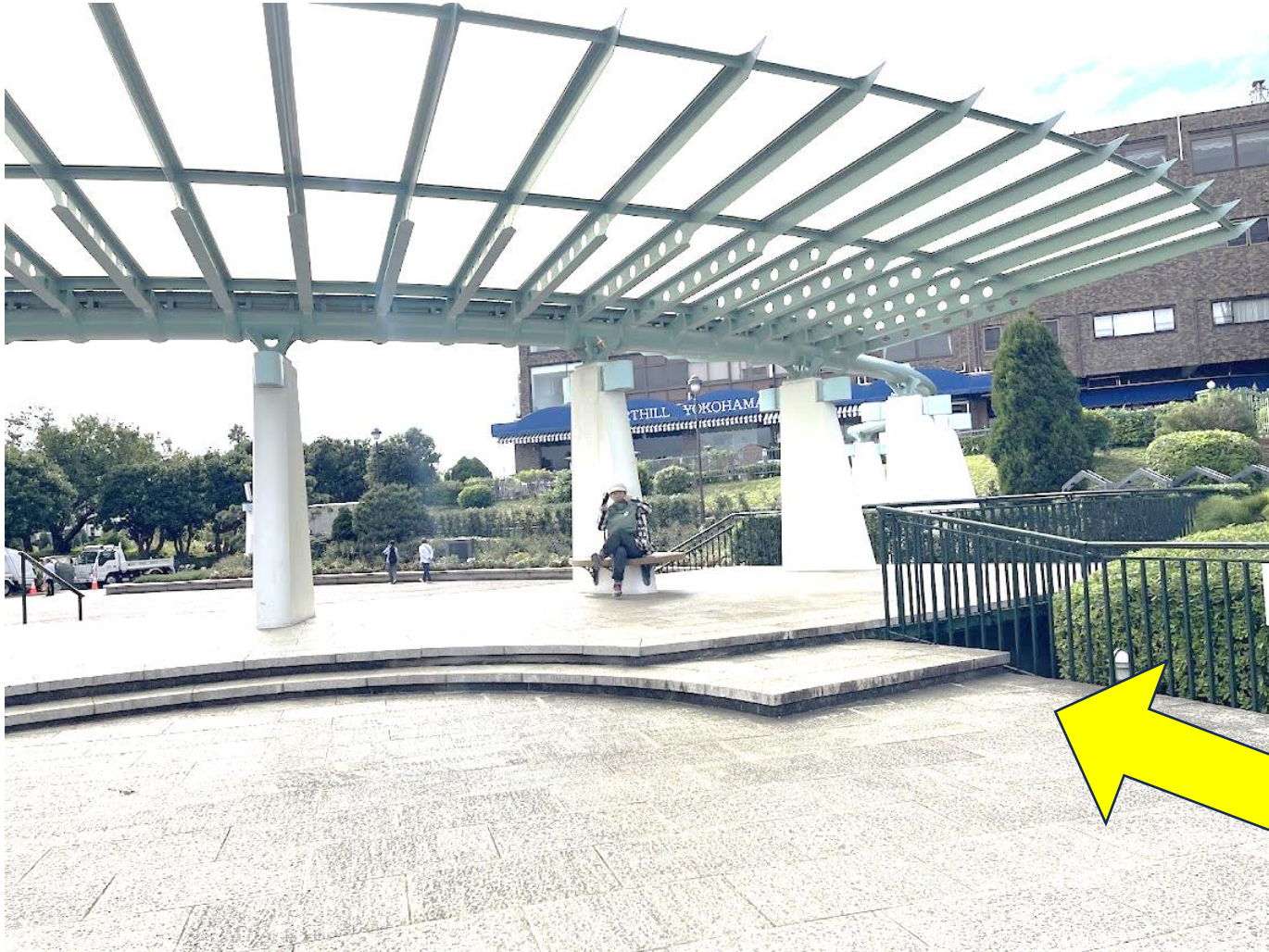
港の見える丘公園へ 路面の状態



車椅子視点（視界） ・ 深呼吸



段差10センチの練習





バス（スロープあり）



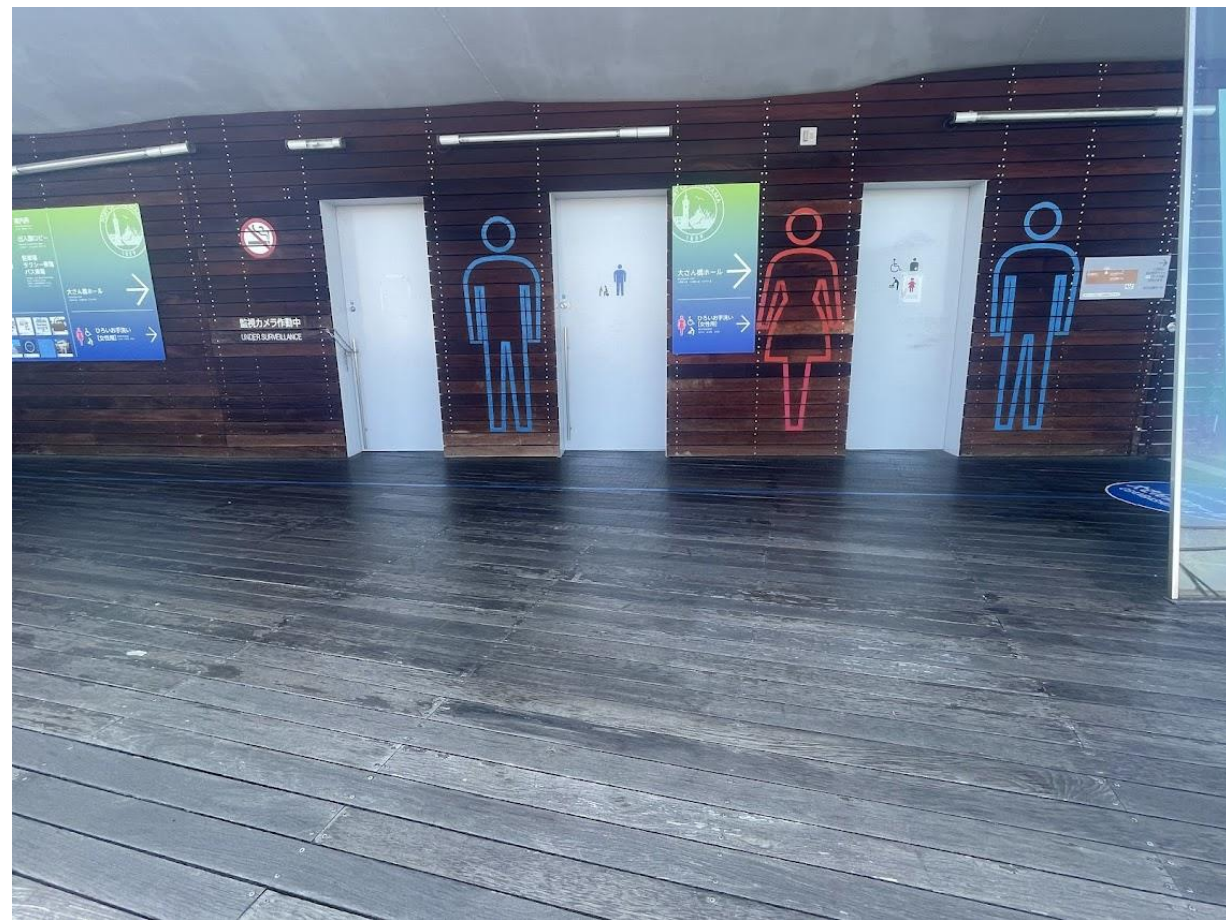
バスで港の見える丘公園から大さん橋へ



車椅子の固定 親切な運転手さん



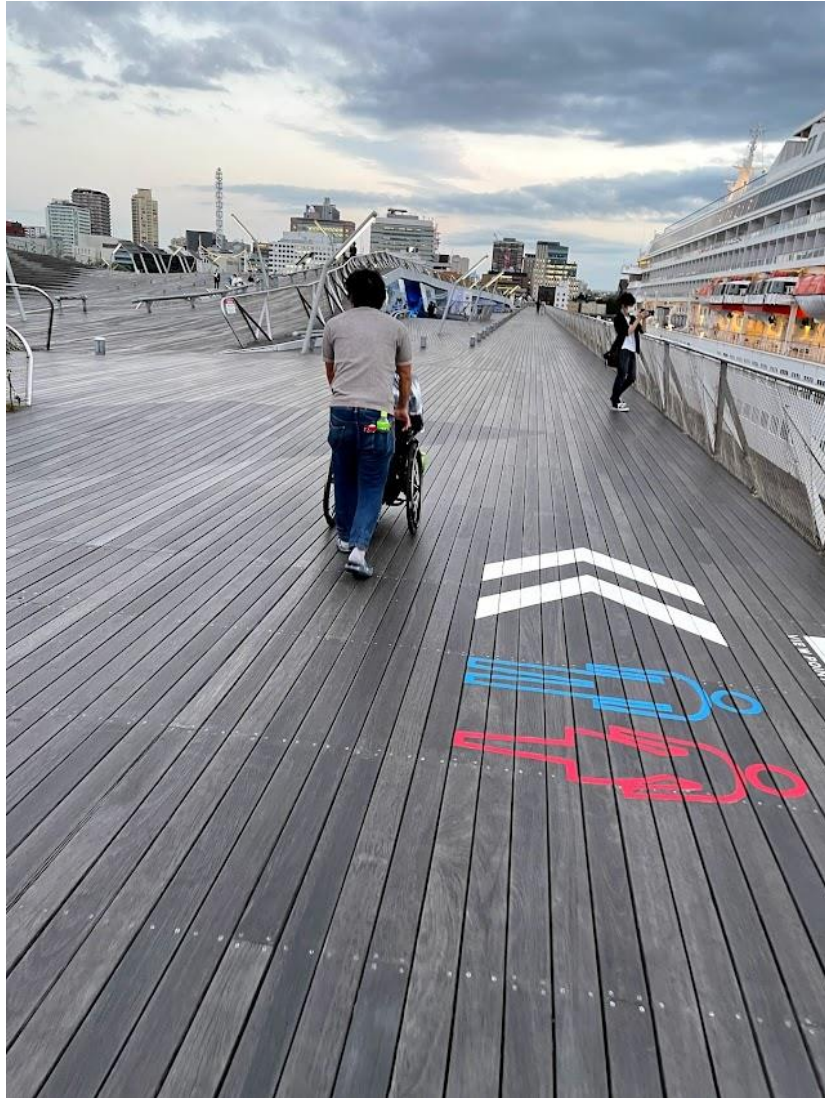
大さん橋ターミナル：標示



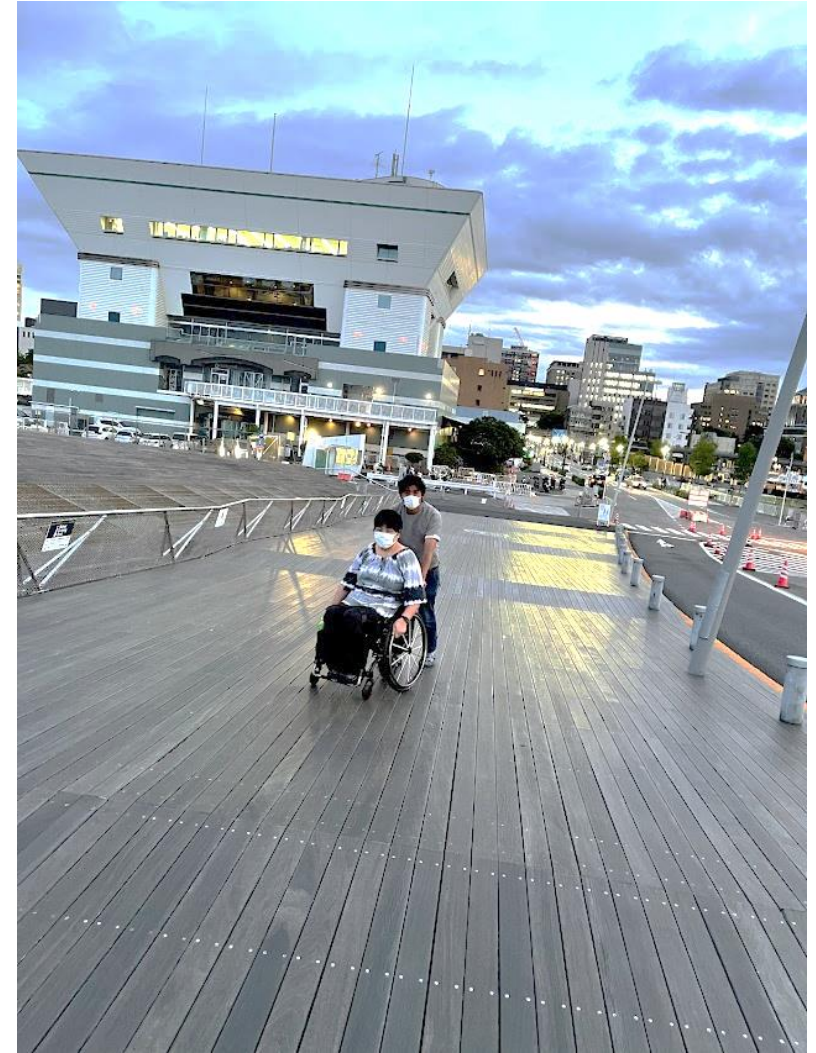
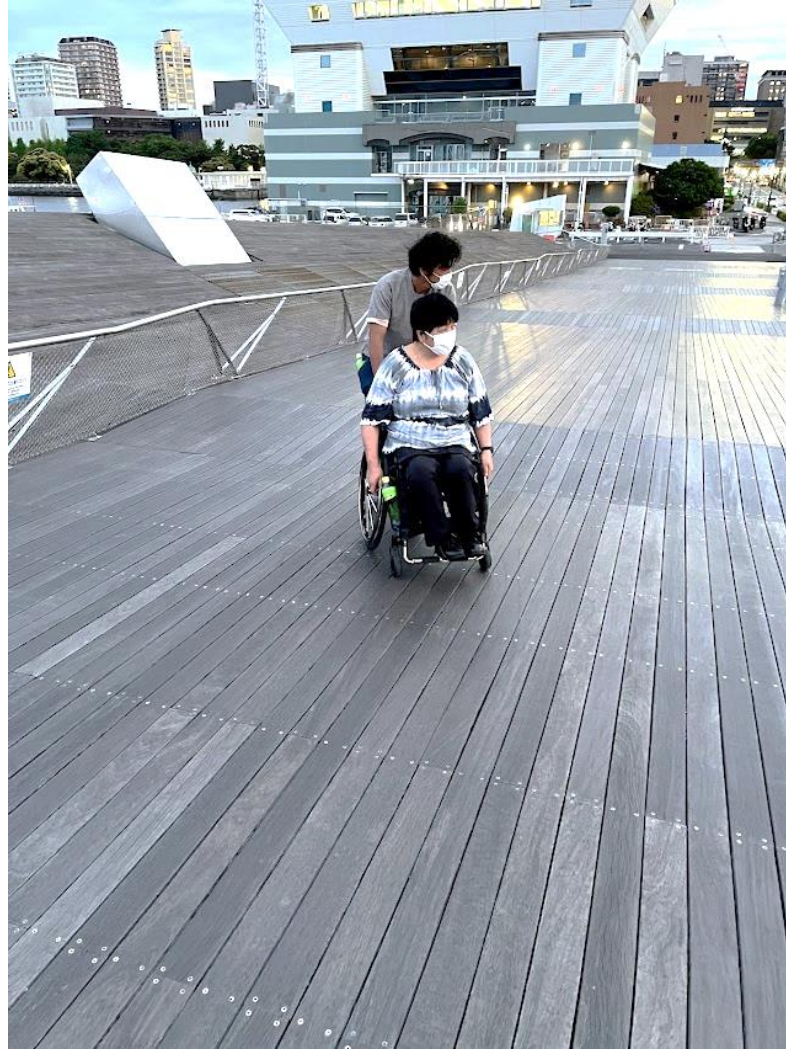
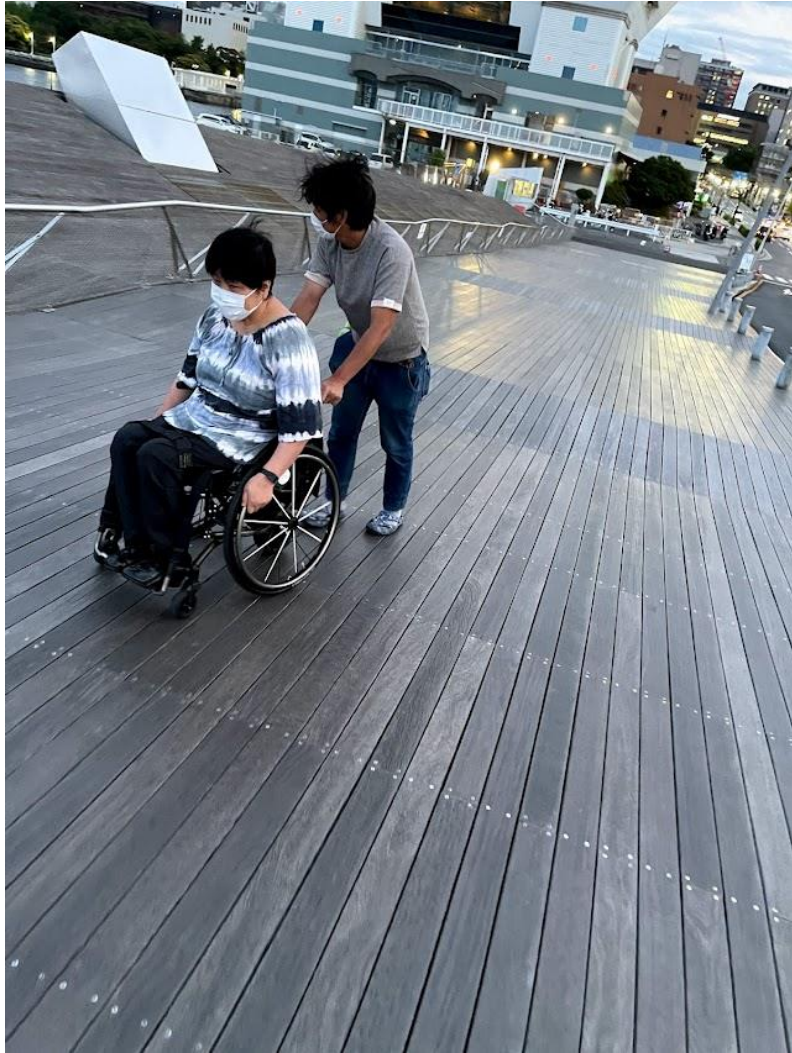
ポールを利用して小回りしてみよう



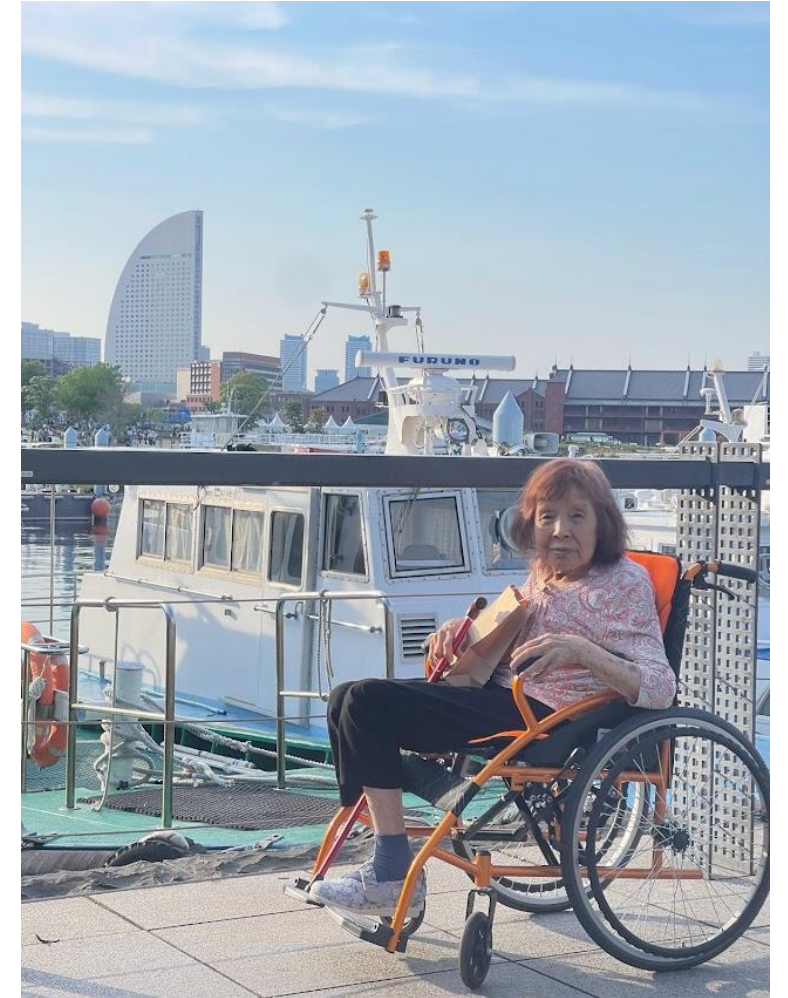
緩やかな長い下り、登りを体験



ゆっくり うしろ向きにS字をえがくよ
うに下る



家族のかけがえのない思い出への配慮 写真など思い出すきっかけ YOUTUBE



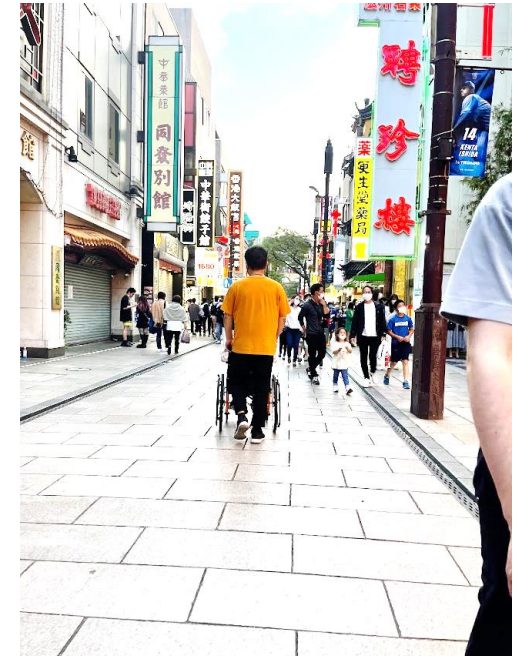
水分補給・日差しによっては木陰



食事 嚥下への配慮や電源必要時席を考慮



- ・きざみ食 対応レストランあり
- ・マイはし・マイスプーンなど持参
- ・円背のかたにはクッションなど



混雑時の配慮 フットレストが前を歩く 人にぶつからないよう間隔を



車いすの介助のこつ



- 前後左右に注意して押す
- 前の人足の足に車いすがぶつからないように

つま先に注意！



土や草地など 前輪を少し上げるとよい



参考：不整地



砂浜用車椅子

いろいろな路面 こつで大丈夫

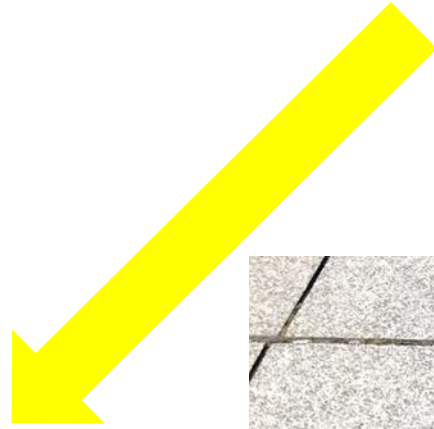


信号や電車ホームでは横向いて待つ





小さな段差



グレーチング



参考：観覧車スロープあり



参考：シーバス (スタッフの方のサポートあり)

情報収集 バリアフリー



WHEELCHAIR OF HOPE

