

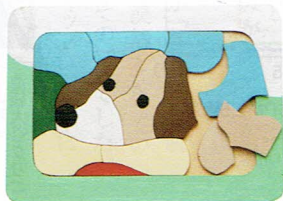
## 障がいや衰えにやさしく 寄り添う便利な自助具を ボランティアで提供しています。



**伴 毅さん**  
ばん・つよし 「八王子市自助具  
工房フレンズ」代表。1942  
年生まれ。メーカーを定年退職  
後、趣味のモノ作りの技術を生  
かして自助具の世界へ。



少ない力&片手でらくらく、  
片麻痺の人用爪切り  
爪切りが持てない人も、テコの原理を利用し、手首や腕の力で楽に安全に爪が切れる。



思い出の写真などから  
作るジグソーパズル  
脳トレとしても人気のパズル。本人希望の写真や絵を元にオリジナルで製作。

人手を借りず、片手で  
紙パックを開封できる  
紙パックを固定し、台座を肘などで押さえ、針のついた道具で注ぎ口を引き出す。



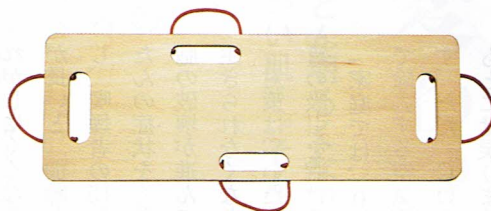
片手だけで瓶や缶の  
蓋を開けられるオープナー  
ベルトに瓶や缶をセットし、固定した状態で蓋を回せば、摩擦で楽に開閉ができる。



八王子市のボランティアセンターが拠点。問い合わせは伴さんの携帯090・6554・0515(日中のみ)へ。



指の麻痺や拘縮があっても  
自分で食べられるスプーン  
使う人の不具合や好みに応じた形状と材料(金属、樹脂、木)の多彩な組み合わせから選ぶ。



頑丈で滑りのよい木製の  
スライディングボード  
車椅子とベッド間の移乗用ボード。移乗距離があってもたわみが少なく不安なく使える。

### 障

がいのある人や要介護のお年寄りはもちろん、加齢に伴う筋力や体力の衰えを感じた人の、ちょっとした動作を助けてくれる自助具。

「自助具とは本人が残された能力を使って、人の助けを借りずに日常生活を快適に、楽に続けられるよう、その人に合わせて作られた暮らしの道具を指します。こんなに便利なものがあると多くの人に知ってほしくて」と語るのは、自助具を作るボランティアグループ「八王子自助具工房フレンズ」の代表、伴毅さん(73歳)だ。

グループの立ち上げは昨年7月。伴さんの呼びかけに、地域の定年退職後の男性を中心に工作好きな11人(現在7人)が集まった。最近では運動障がい者の施設などから、「こんな道具や教材が欲しい」という注文も受けるようになった。

伴さんが自助具と出合ったのは、両親の介護を兼ねて大阪府箕面市に転勤し、その地で企業を定年退職した2003年頃。市の福祉機器展示場の管理を引き受けたことから、そこで活動する自助具製作のボランティアグループに参加。「もともとモノ作りが好きだし、得意。会社員時代は、若い社員たちとエコカーを手作りするプロジェクトを主宰していたことも」

製作の先輩との関わりを通じて知識や製作技術などを学んだ。

両親を看取り、2011年に八王子市に戻った当初から関東にも活動の場を広げたいと考えてきた。

「関東は、関西に比べて自助具製作のボランティアをする人が少なく、必要とする人の要望に応えるためにも、人を育てていこう、と」

利用者にとって、ボランティアが提供する自助具のおもな魅力は、①使う人それぞれの、異なるリクエストに細やかに対応

②年齢や、身体機能の変化に合わせたアフターケア、③価格の手頃さ。「フレンズ」では原材料費×約1.5倍が目安(現時点)だそう。

一方、ボランティアにとっても定年後の生きがいになる、得意なこと(モノ作り)で人の役にたてる、障がいについて知る、仲間ができる、などの良さがある。

「障がいがありながら頑張っている多くの人に会い、自分が恵まれていると感じたし、彼らが少しでも楽に暮らせるお手伝いできればありがたい」とメンバーの一人、矢貝純雄さん(76歳)。

伴さんも、「残りの人生、自分にできることで力になりたい。それが元気な者の務めだと思っています」

●介護に関する体験・意見、今後話を聞きたい人や、取り上げてほしいテーマなどがありましたら、はがきか封書で、〒104-8003 東京都中央区銀座3-13-10 マガジンハウススクロワフサイエンス 編集室 女の新聞(介護係)までお知らせください。