

排泄行為はたとえ家族であっても遠慮や恥じらいの感情が生じるものです。精神的にも快適な環境への配慮をすることが必要となるでしょう。

# 子どもの トイレ環境 ハンドブック

肢体不自由 編

## トイレスペースを広くした改造事例の紹介

**状況**  
 家屋環境：分譲マンション、築16年、3LDK、約75㎡  
 家族構成：本人（脳性麻痺、15歳）、  
 父（41歳）、母（39歳）、弟（12歳）

[before]

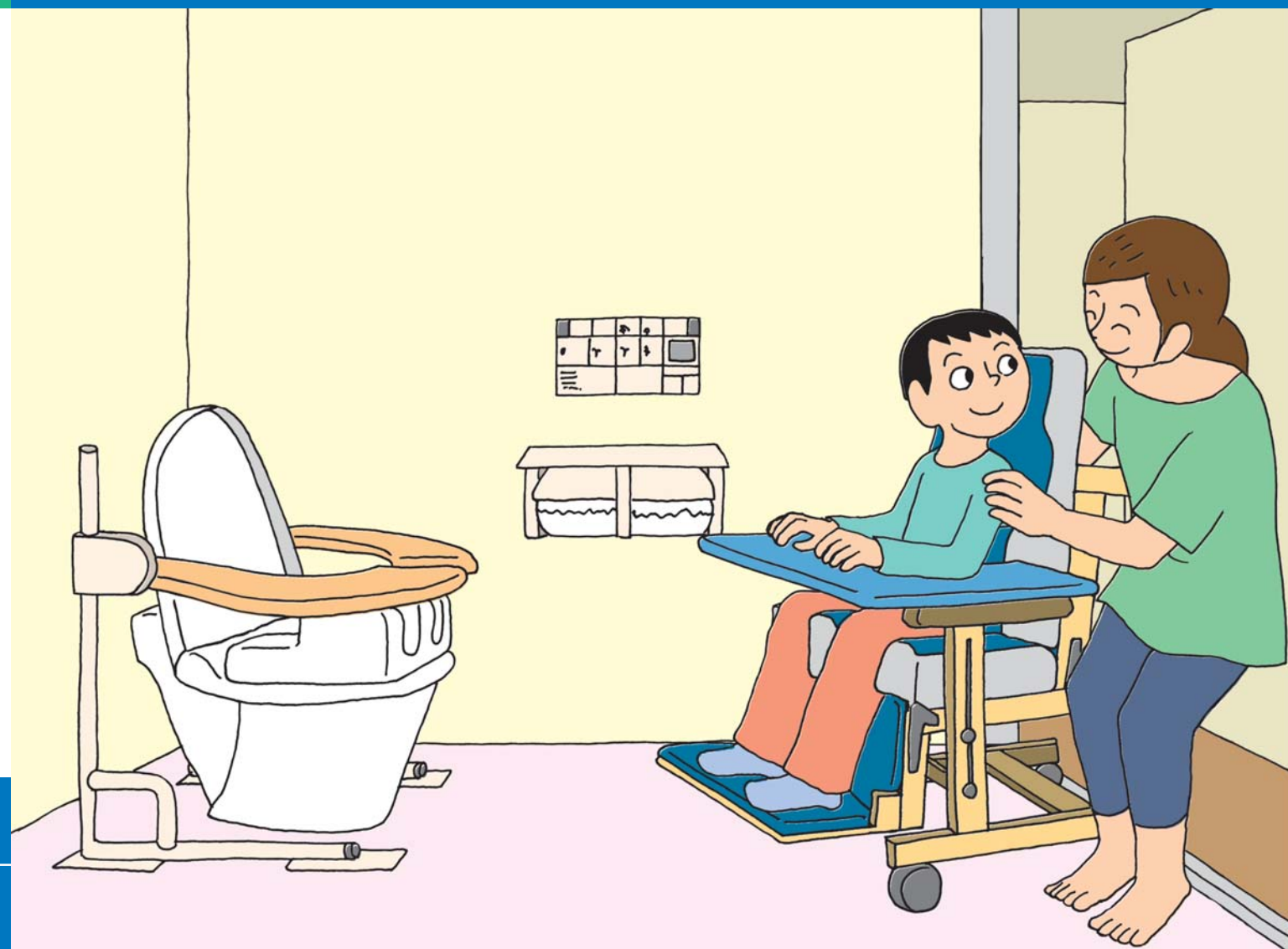
[after]

廊下部分もトイレスペースとして活用。

**課題**  
 狭いスペースで1日何回も  
 トイレの介助が大変になってきた。

**改造内容**

- ・トイレの出入口を広げ、3枚引戸を設置。
- ・和室の出入口を広げ、3枚引戸を設置。
- ・廊下天井にロールカーテンを設置。





## トイレまでの移動



### 動線は短くまっすぐ

トイレへの移動経路（動線）の途中で段差があったり、通路が狭くクランク状になっていたりすると、車椅子での自立移動は困難になります。介助者の抱っこでトイレまで移動する時は、なるべくトイレまでの動線は短く、まっすぐ移動できると負担を減らせます。さらに負担を少なく移動するには、トイレ用車椅子（シャワー用車椅子）を使います。この車椅子はキャスト径が小さいため、敷居や戸枠下部等の数cmの段差でも解消しておく必要があります。居室等からリフトで子どもを吊り上げて、トイレまで移動する方法もあります。いずれも複雑な動線は避けるようにし、トイレまで安全に移動できる環境を整えましょう。

## 便器への乗り移り



### 負担の少ない方法で

便器への乗り移り（移乗）動作には、上肢能力・体幹能力のほか、本人の習慣や左右の使い勝手の違い等があるため、本人と十分話し合ったうえで福祉用具や住宅改造を実施しましょう。また、移乗動作に関連して、ズボンや下着を脱がせたり、はかせたりする場所やその時の姿勢も考える必要があります。移乗動作の一連の流れを考えながら介助スペースを確保するようにしましょう。一方、十分な介助スペースがとれない場合はトイレ用車椅子を利用し、座ったまま後方から洋式便器上に乗せ入れて排泄することで負担を減らすことができます。トイレ用車椅子の利用が困難な場合は、移乗時にリフトを使うこともあります。子どもの身体機能やトイレ環境を考慮しながら安全な移乗環境を考えましょう。

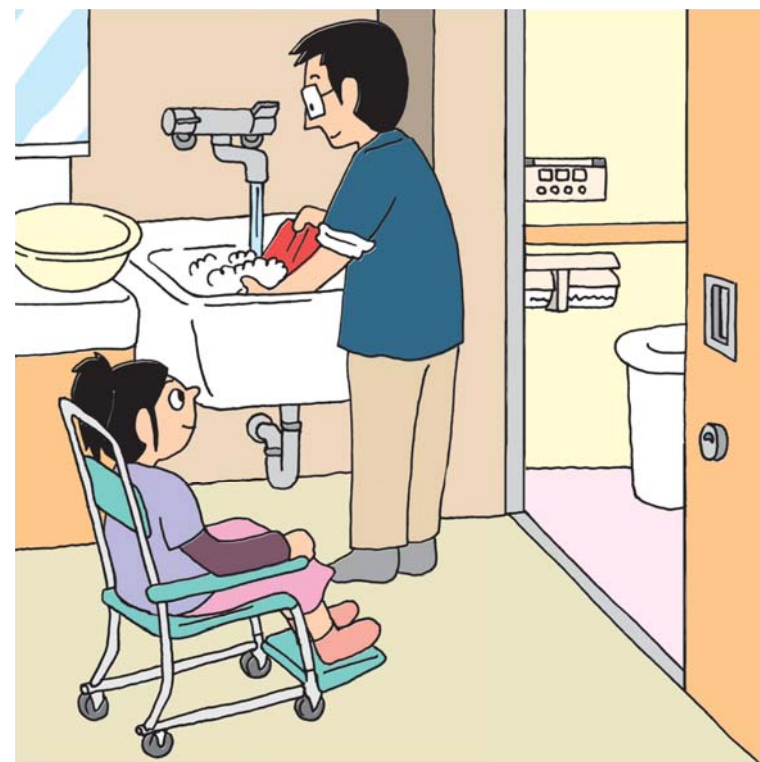
## 便器に座る姿勢



### 排泄しやすい姿勢

洋式便器の便座が大きい場合は、子ども用の補助便座などを使用するとよいでしょう。また、座っていても身体が傾いてきたり、床に落ちそうになったりする場合は、支えが必要になります。介助者が子どもの前面で長時間身体を支えている場合も多く見られますが、手すりや支え台、踏み台等を上手に活用して、一人でも安全に座れる姿勢をつくるのが大切です。一方、子どもの成長とともに手すりや台の高さは変わりますので、成長対応に配慮された福祉用具を選ぶようにしましょう。壁面に補強を入れて手すりを設置する場合は、将来位置を変えられるように補強範囲を広くとります。トイレは、本人専用ではないことが多いので、他の家族も快適に使えるような環境にしましょう。

## 後始末・衛生管理等



### シンクがあると便利

子どもには、排泄しやすい状況や環境をつくるのがとても大切になります。一方、介助する側には、主に抱っこに対する身体的な介助負担の軽減の他に、排泄物の処理や臭い等に対する配慮も心がけましょう。ポータブルトイレやオムツを利用している場合は、排泄物を処理するために、汚物流し（マルチシンク）があるととても便利です。給湯設備があるとなお快適になります。万が一、排泄物で床が汚れてしまった場合は、拭き取りやすい床材や床と壁の隙間がなく一体になるような仕上げにしておくことで掃除が楽になります。トイレの介助は毎日のことなので、しっかりと後始末や衛生管理のことまで考えるようにしましょう。

### トイレ用車椅子



車椅子上で安定して座位をとることができれば、居室からトイレまで座ったまま移動できるトイレ用車椅子はとても便利。後方から便器上に乗せ入れて排泄に利用することもできます。  
TOTO (株) / 水まわり用車いす / EWCS604AS

### リフト



座位が安定せず体重が重い場合は、天井走行リフトを使い、吊り上げた状態でトイレまで移動する方法をとることがあります。写真は、廊下からトイレに移動する時に、リフトの吊りベルトを架け替えて移動している様子。  
株式会社竹虎 / かるがるV

### トイレ用車椅子



便器への移乗動作が大変な場合は、トイレ用車椅子に座った状態で排泄する方法があります。便器への移乗をしなくてもよいので安全かつ効率的です。  
アビリティース・ケアネット(株) / シャワー&トイレ用チェアーユニット リフトン HTS

### リフト



狭い場所で抱きかかえ介助をしながら便器への移乗介助はとても負担が大きくなります。天井走行リフトを活用すれば、負担なく安全に移乗介助をおこなうことができます。  
アルジョ・ジャパン(株) / 天井走行リフト / Maxi Sky 2

### 手すり



便器上で安定した排泄姿勢をとることはとても大切なことです。子どもの身体機能にあったものを選び、毎日何回も使うことになるので、使い勝手が良いものを選びましょう。  
パシフィックサプライ(株) / ハートリーフレスト テーブルタイプ

### 支え台



成長にあわせて使用できる福祉用具を選択できるとよいでしょう。写真は、床や壁に固定せずに置くだけで利用できる支え台になります。成長に合わせて台の高さを変更できます。  
アイデアシステム(株) / 姿勢補助手すり「楽助さん」

### マルチシンク



排泄物の後始末や汚物を拭いた雑巾などは、専用のシンク（汚物流し）があると衛生的です。ボウルが深いものはバケツやモップなども洗いやすいので便利。給排水設備を整えれば室内でも設置できます。  
株式会社LIXIL / 小形多目的流し / S-17

### 床材の端部処理



トイレの床と壁との継ぎ目に汚物が入ってしまった時の掃除はとても大変。クッションフロア等の目地がない床材を壁側にも延長して貼っておけば、床と壁が一体になり拭き取りやすくなります。このような建築的な配慮は、掃除がとても楽になり衛生的です。