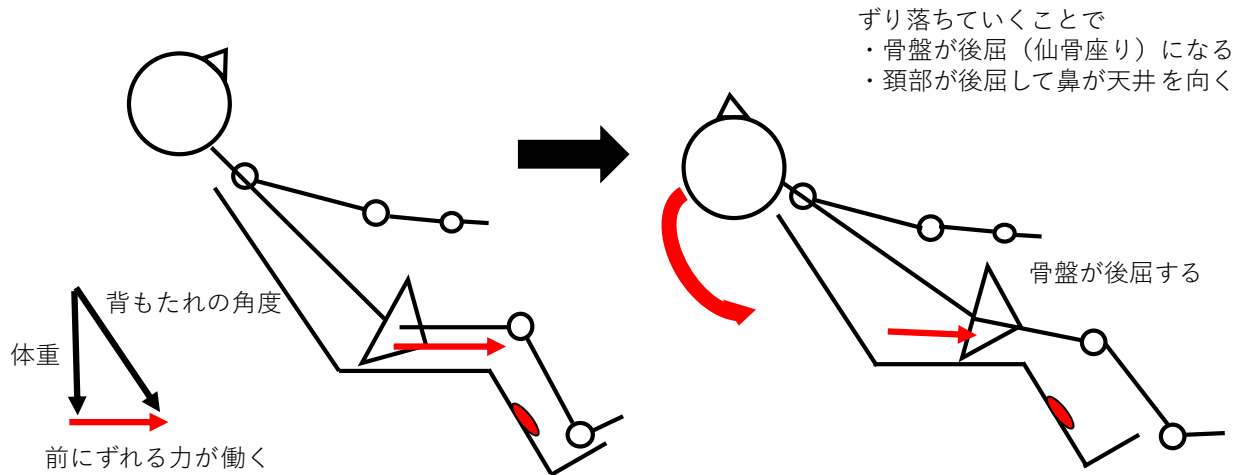


3-2. 座るということ（背面開放座位）

車イスに座っているとずり落ちてしまうのはなぜか？



みなさんは図のような姿勢で、イスや車椅子からずり落ちそうになっている利用者を毎日のように見ていると思います。座り直しを日に何回となく行っていませんか。

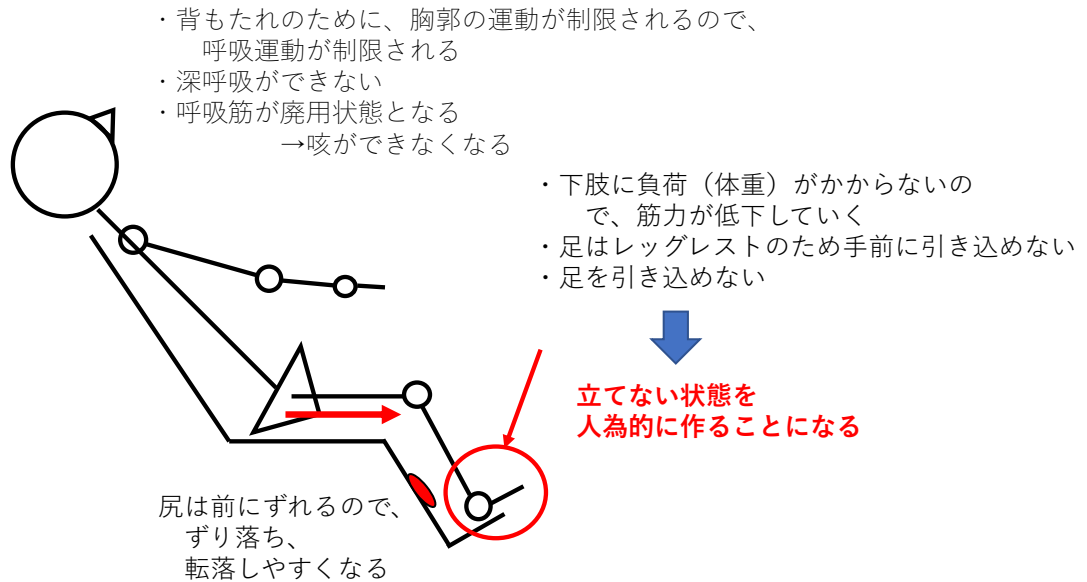
みなさんは「何故ずり落ちるのか」考えたことがありますか。

「どうやったらずり落ちないか」と考えて、楔形のクッションを座面に入れてみたり、テーブルに車イスをくっつけてみたり、背もたれにクッションを挟んでみたりと、様々な工夫をしているでしょう。中には、どうにもならなくてと安全ベルトを試してみたりしていませんか。これらの行動は目の前で起こっていることに対処することで精一杯で、根本的な対策ではありません。

ここでもうひとつ。ずりおちるたびに姿勢を治すことが無駄な作業（業務）だと思いませんか。そもそも、ずれなければイスから落ちることはありません。

しかし、病院・介護施設で根本的な原因に対する対策は立てられていません。ずり落ちる根本的な原因に目を向けられてきませんでした。

車いす（背もたれのある椅子）に座った状態 = 立てない状態の姿勢を作る



わたしは何でずり落ちるのだろうと考えました。

ある日、この疑問を知り合いの理学療法士にぶつけてみました。そうしたら一言。『背もたれがあるから』と言われました。

イスや車椅子からのずり落ちる原因は背もたれがあるから。上記の図の通り、背もたれによりかかると、体の重みによって背もたれの角度の分、前方に押し出す力（ベクトル）が発生するためだということが分かりました。

確かにわたしも映画を見に行ったりすると、見ている間にお尻が前に出てしまい何度も姿勢を変えていました。けれど患者や利用者は自分で姿勢を元に戻せないからずり落ちてしまいます。

背もたれがなければずり落ちない。

ということが理解できたので、しょうわで 40 cmの高さで畳 1 畳分の台を作成しました。畳台にした理由は、背もたれがなくなったために後方に転倒、転落しないようにスペースを取るためです。

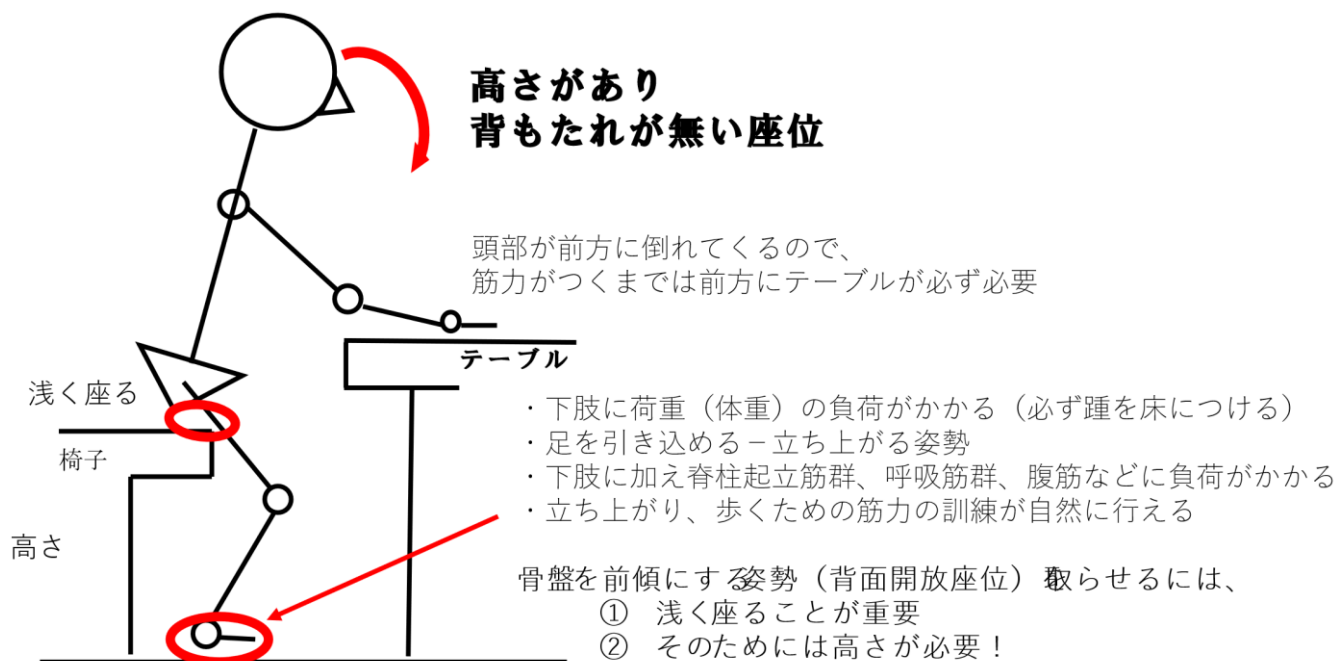
畳台を使った結果。ずり落ちは発生せず、後ろに倒れても畳台が受け止めてくれました。ただ、この時には頭部の重さで前方に回転する力を考慮しなかったことで、前方に転落する事故が発生しました。

また、畳台のへりから側方に転落する事故も発生しました。

まず、前方に転倒する原因は下肢筋力が弱く、頭部が前方に回転する力に耐えられないために起こることであるため、下肢筋力が弱い人が座る畳台の前には必ずテーブルを置くようにしました。

側方に転落する人は脳血管性の障害によって麻痺がある人達でした。左半側空間失認、右失認のため、麻痺側に転落するので、対策としては健側を畳台のヘリに来るように、逆に言うと麻痺側を畳台中央に向けて座らせることで解決しました。

背面解放座位による前傾姿勢 =立つため、歩くために必要な姿勢



最初の畳台は 40 cmの高さで作成しました。

この時はまだイスや車椅子に座らせるときは前方への転落が心配で、その予防のために深く座らせた方がよいと思っていたので、座面の高さと同腿長の近いものにする方がよいと考えていました。

つまり、深く座らせ他方が安全だと考えていました。

しかし、深く座らせると、腹筋の筋力が弱い人が後方に倒れて、起き上がれないという状況が発生しました。

この対策として前かがみの姿勢（前傾姿勢）をとらせることを考えました。

浅く座らせるためにはどうしたらよいか。答えは、畳台の高さを高くすることでした。（おしゃれなバーカウンターはわざとイスの高さを高くして、浅くしか座れないようにしていたのを参考にしました）

そこで、畳台の高さを 45 cmに改造しました。

ずり落ちを予防することからは決まった座ることへのこだわりは、高さ 45 cmの畳台を導入することでおおむね解決しました。