



UPsee

ご利用のてびき

製品名： アップシー（Upsee） 小児用歩行補助具

品番 414R144=500**

2016年3月版



はじめにお読みください

このご利用のてびき（以下、本書）は、「アップシー」の様々な機能と安全な使用方法をご説明するものです。安全と機器の保全に基づいた本書の説明をご理解いただくことで、本製品を快適にご利用いただくことができます。



UPSEE

目次

1. 使用目的
2. 本製品の安全規格について
3. 保証期間について
4. 安全にご利用いただくために
5. 製品のお手入れの方法について
6. 製品の再利用について
7. 製品をご使用になる前に -アップシーの使用条件について-
- 8-1. アップシーの装着
- 8-2. アップシーの取り外し方
9. アップシーでの歩き方
10. テクニカルインフォメーション
11. よくあるご質問

1. 使用目的

アップシー（Upsee）は、一人で立ったり歩いたりするのが難しい1歳から8歳くらいまでのお子様が、大人の介助によって立ったり、歩いたりするのをサポートするためのベルト・ハーネスのセットです。このベルト／ハーネスをお子様と介助者の両者に取り付けて使用します。

アップシーは、大きく3つの部分に分かれています。

- ・大人用腰ベルト（1サイズ）
- ・サンダル（子供用ハーネスの大きさによって、2サイズあります）
- ・子供用ハーネス（4サイズ）

子供用ハーネスは、サイズによって耐荷重がそれぞれ設定されています。
（XS：15 kg、S：15 kg、M：20 kg、L：25 kg）。

アップシーを安全にご利用いただくために、介助者は、常に「第4章 安全にご利用いただくために」の記載事項に従いご使用いただきますようお願いいたします。製品が、本書に準じて使用されなかった場合、製造元である James Leckey Design Ltd. はいかなる責任も負いかねます。

2. 本製品の安全規格について

Firefly 製品の製造・販売元である James Leckey Design Ltd. は、「アップシー」が 93/42/EEC 規格、及び福祉用具規格 EN12182 の規格に準拠していることを宣言します。

3. 保証期間について

本製品の保証は、本製品がメーカーの推奨する使用環境、および使用目的に沿って使用された場合のみに適用されます。製品の保証期間は1年間です。

製品のご購入後12カ月間は、製造方法や品質による不良・破損に対する交換を受け付けています。ご利用中に発生した汚れ、破損等は保証の対象外となります。

4. 安全にご利用いただくために



1. ご使用前には、常にご利用のてびき（以下、本書）を全てお読みください。
2. ご使用前に、全ての部品（バックル・ベルト等）が確実に締まっている事を確認してください。
3. アップシーを改造したり、付属品以外のパーツを取り付けて使用することはしないでください。本書に従ってご使用されない場合、製品保証が適用されないことがあるだけでなく、ご利用者（お子様）や介助者に危険が及ぶ恐れがあります。
4. アップシーは適切に保管して下さい。またパーツ等が脱落した場合は、直ちにご利用を中止してください。また、本製品の安全なご使用に関する不安や不明な点がある場合、オットーボック・ジャパン株式会社（03-3798-2111）までご連絡ください。
5. 子供用ハーネスの各部の調整は、全てお子様が座っている間に行い、立ちあがる前には、バックル、ベルクロ等が確実に取付られている事を確認してください。お子様が立ちあがった後は、子供用ハーネスの調整はしないでください。
6. 本製品は、EN12182 規格に沿った難燃性の部品を使用していますが、火やタバコ、暖房器具などの熱源から常に離してご使用ください。
7. 大人用腰ベルトは、必ず介助者の臀部（お尻）の周囲で巻いてください。腰の位置で巻くと、背中に痛みを生じる恐れがあります。
8. アップシーを安全に、適切にご利用いただくために、使用時はスニーカー等の底の平らな靴の着用をお勧めします。かかとの高い靴、大きいブーツ、サンダルやスリッパでの使用は避けてください。
9. 大人用腰ベルトについている4本の接続用ストラップは、いったん緩めた後で、子供用ハーネスに接続し、立ちあがりの動作を始めてください。また立位・歩行後に座る際には、再び接続用ストラップを緩めてから、お座りください。
10. 接続用ストラップを締めすぎないでください。締めすぎた場合、お子様がハーネスにぶら下がるような状態になり、介助者の背中を痛めたり、バランスを失って転倒する恐れがあります。
11. アップシーを装着した後は、介助者は力任せに動いたり、歩こうとしないでください。お子様の身体を痛める危険があります。
12. アップシーは、大人用腰ベルト、サンダル、子供用ハーネスのセットでの使用を前提に設計されています。各パーツの単独での使用はしないでください。それぞれのパーツと一緒に機能することにより、最大限のサポート、機能性、安定性が得られるようになっています。各パーツを別々に使用された場合は、製品及びご利用者様の安全性は保障できません。

5. 製品のお手入れの方法について

子供用ハーネス、大人用腰ベルト

1. カバーは、ストラップやバックル、ファスナーを取り外した状態で洗濯機に入れることができます。安全の為、取り外したものはお子様の手の届かないところに置いてください。汚れが付いたら、吸湿性のある布やタオル、スポンジなどで、できるだけ早く拭き取ってください。通常の汚れや微量の血液等には、通常の石鹸を使用するのが効果的です。汚れを拡げてしまう場合があるので、水に浸す事は避けてください。
2. 汚れがひどい場合は、殺菌性のある洗剤を使用することも可能です。また、必要に応じて、アルコールやベンジン等の石油系溶剤も使用して下さい。洗剤を完全に落としてから、再度アップシーを使用してください。
3. 漂白剤は使用しないでください。
4. 洗濯後は吊り干しすることをお勧めしますが、大人用腰ベルト、子供用ハーネスは、低温での乾燥機の使用も可能です。
5. 大人用腰ベルト、子供用ハーネスは、ドライクリーニングはしないでください。

サンダル

1. サンダルは、湿らせた布で汚れをふき取ってください。
2. ソール（サンダルの底面）に小石や土が詰まっていないか、確認してください。
3. サンダルのベルクロがしっかり固定できることを確認してください。砂や埃で、外れやすくなっていないかどうか、確認してください。



- サンダルは洗濯機で洗わないでください。

6. 製品の再利用について

第5章に従って、完全にクリーニングされたことを確認してください。ご利用のてびき（コピーでも可）を製品に必ず添付してください。安全な使用に関して疑問があったり、パーツが脱落した場合は、製品の仕様をただちに中止し、すぐにオットーボック・ジャパン株式会社（03-3898-2111）まで連絡してください。

7. 製品をご使用になる前に -アップシーの使用条件について-

アップシーを購入される前に、下記の3つの質問すべてにおいて、「はい」と答えられる事を確認してください。3つの質問により、お客様がアップシーの使用条件に合っているか、判断することができます。

Q1. お子様は、立位訓練、または歩行訓練のプログラムを始められていますか？

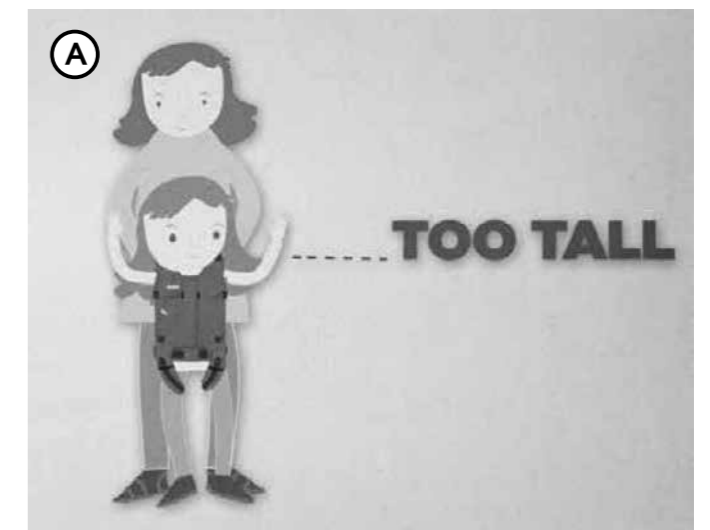
お子様が、すでに理学療法における立位訓練・歩行訓練をされていれば、お子様は、アップシーを使用するための必要なスキルがあるとと言えます。

お子様が、まだ立位訓練、歩行訓練を始められていなければ、アップシーのご利用はお勧めできません。お子様や介助者が快適に使用できないだけでなく、怪我をする恐れがあります。

お子様の運動機能についてわからない事がある場合は、担当のセラピストに相談してください。

Q2. 介助者の前にお子様を立たせた時、お子様の肩は、介助者の「へそ」の位置より下にありますか？

もし、お子様の肩が介助者の「へそ」より高い場合、アップシーを使用するには、介助者に対してお子様が大きすぎます。介助者とお子様の高さのバランスは、介助者の腰への負担だけでなく安定性・安全面などの観点からも、非常に重要なポイントです。お子様に対して介助者の背が十分でない場合は、アップシーのご利用はお勧めできません。



Q3. アップシーを装着した状態で、介助者とお子様、2人ともまっすぐに立つことができますか？

アップシーを装着した時に、介助者とお子様の両方がまっすぐに立てることは非常に重要です。たとえば、介助者のお腹が、お子様の頭を前方に押し出していないかを確認してください。

お子様と介助者の身長差や介助者の胸囲等により、2人ともまっすぐに立つことができなければ、アップシーのご利用はお勧めできません。非常にバランスの悪い状態になり、お子様や介助者が快適に使用できないだけでなく、怪我をする恐れがあります。

これまでの3つの質問にすべて“はい”で答えられた場合のみ、介助者、及びお子様はアップシーを適切に使用できる状況だと思われます。もし、“いいえ”と答える内容があった場合は、アップシーの使用の前に、担当の理学療法士にご相談ください。

その他の禁忌事項

- ・筋緊張が非常に強いお子様の使用
- ・過去に足を骨折した事のあるお子様や、骨折しやすいお子様の使用
- ・お子様の身体のバランスに大きな左右差がある場合や、股関節が脱臼している場合
- ・お子様の下肢の関節拘縮が著しい場合（足の筋肉が著しく縮んでいる場合）
- ・お子様がアップシーの利用を不快に感じている場合
- ・お子様の病状が不安定で、処置の為の迅速な姿勢変換が求められる場合（例：てんかん、発作、呼吸困難など）
- ・介助者が妊娠している場合
- ・介助者の、腰や背中に痛みがあったり、運動機能やバランス機能に何らかの問題を抱えている場合、またその他健康上の問題があり、アップシーの使用により症状が悪化する可能性のある場合。

アップシーの各サイズの耐荷重を厳守して下さい。

XSサイズ：15 kg Sサイズ：15 kg Mサイズ：20 kg Lサイズ：25 kg

アップシーは、耐荷重以上の負荷を想定した試験をしていません。



- 介助者、またはお子様がアップシーを使用するための条件についてご質問のある場合は、担当の理学療法士に相談してください。

8-1. アップシーの装着

Step1

大人用腰ベルト

まず、大人用腰ベルトを装着します。ベルトを腰の低い位置に回して下さい。後ろの三角のパッドが上向きになるように、ウェストから約5cm低い位置で固定します。



- ウェストの位置でベルトを装着すると、介助者の腰や背中を痛める原因となります。
 - 中央のバックルを止め、左右のDリングをバックルから外側に向かってねじれないように引っ張り、ベルトを締めます。



- お子様の体重で介助者の腰が下に引っ張られないよう、大人用腰ベルトをしっかり締めてください。

Step2

子供用ハーネス

ベストタイプのハーネスをお子様に着用する場合、ハーネスを開いて平らに置き、お子様の背中を下にしてハーネスの上に寝かせると簡単に装着できます。

- アップシーを柔らかい場所に置き、肩と真ん中のバックルを開きます。
- 骨盤と胸部、腋の位置を合わせるようにして、お子様をハーネスの上に仰向けに寝かせます。



- ハーネスの下側のストラップは、ハーネスを正しいポジションでお子様に着用するために最も重要な部分です。
 - 先ず、下側のストラップを骨盤にぴったりと合うように巻きつけます。ハーネスのベスト部の下端が、お子様の足の付け根の高さにくるように合わせれば骨盤に合わせる事ができます。下側のストラップは、図Aの様に、骨盤の下側で締めます。
 - 骨盤の位置が決まったら、お子様の両腕をハーネスに通し、肩のストラップのボタンを留め、バックルで固定します。



- 肩のストラップを締める際に、骨盤部のハーネスが上にずれないように注意してください。
 - 中央のベルクロで、ハーネスがお子様の体の周りにぴったり沿うように巻きつけ、バックルで固定します。この時、下側のストラップの位置がずれないように特に注意してください。
 - お子様の両足の間にレッグストラップを通し、前方のバックルで固定します。



- レッグストラップのパッドは、お子様の足の付け根にぴったりと合うように巻いてください。お子様が立ちあがったときに、ベスト部が上にずれ上がらないよう、十分にストラップを締めてください。



Step3

サンダル

まず、介助者が外側の大きいサンダルを装着します。



- 介助者の足がサンダルより小さい場合は、つま先をサンダルの前端に合わせてはいてください。介助者の足がサンダルより大きい場合は、サンダルが足の真ん中にくるように合わせてはいてください。

- 3本のベルクロを使って、介助者の足をしっかり固定します。必要であれば、延長用ストラップを使用してください。
- 介助者が椅子に座り、お子様を介助者の両足で挟むように、同じ椅子の端に座らせます。この時お子様の足が地面に付くようにしてください。
- お子様の足をサンダルに入れ、3本のベルクロで、確実にしっかりとお子様の足を固定します。



- アップシーを使用する時は、介助者およびお子様は必ずこのサンダルを使用してください。介助者用の履物としてお勧めできるのは、スニーカーです。お子様用の履物としてお勧めできるのは、スニーカー、つま先が出ていない靴、整形靴等です。短下肢装具等を装着しての使用も可能です。ヒールのある靴、大きなブーツ、サンダル、スリッパは、安全性や安定性の観点から避けてください。



- 殆どの場合、介助者が先にサンダルを付ける方が簡単ですが、場合によっては、お子様が先にサンダルを装着するケースもあります。上記の方法は、介助者が先に装着した場合のものです。サンダルの装着には練習が必要です。最初は補助が必要になるかもしれません。

Step4

子供用ハーネスと大人用腰ベルトの接続

子供用ハーネスに接続する前に、大人用腰ベルトの4本のストラップが十分伸ばされている事を確認してください。

大人用腰ベルトのグレーのストラップを、子供用ハーネスの背部下側のグレーのストラップのバックルに接続します。

大人用腰ベルトのブラックのストラップを、子供用ハーネスの肩のブラックのストラップのバックルに接続します。



- 立ちあがる前に、各バックル、ベルクロ、スナップボタンが確実にとめられている事を確認して下さい。立ちあがった後に、ベスト部分の調整を行わないでください。調整が必要な場合は、一旦座ってから調整を行ってください。

静かに立ちあがってください。



- 大人用腰ベルトと子供用ハーネスをバックルで固定するまでの間、介助者（場合によっては第3者の助けを得て）がお子様を支える必要がある場合もあります。接続用ストラップが調整前で長い場合は、お子様が前方に転倒する恐れがあります。

接続用ストラップを均等に締めていきます。ストラップを一本ずつ締めた方が簡単な場合もあります。お子様をまっすぐに立たせた状態で、お子様の腰から伸びるグレーのストラップを最初に調整します。それから、肩に付いている黒いストラップを調整し、お子様の上部がまっすぐ起きるように調整します。余ったストラップでつまづかないように、上にあげておきます。

接続用ストラップの微調整（後側：グレーのストラップ）

お子様が自分の体重のほとんどをお子様自身で支えられる、なるべく高い位置に骨盤をセットできるようにグレーのストラップを締めます。介助者は、このグレーのストラップでお子様の体重を支えないように注意してください。ストラップを適切に締めたら、（場合によっては鏡を使用して）お子様の状態を見て、ストラップを再度微調整します。歩き始めてから最初の数分間は接続用ストラップがたるむ場合がありますが、その場合は再度締め直してください。

接続用ストラップの微調整（前側：ブラックのストラップ）

肩に付いているブラックのストラップは、お子様の上部が前後や左右に揺れるのを防ぐ働きがあります。このストラップは、サスペンションの様にお子様の体重を支えたりするためのものではありません。このストラップの長さや張り具合を調整し、お子様が肩のストラップにぶら下がることなく上部を支えられる位置にくるようにストラップを調整してください。歩き始めてから最初の数分間は接続用ストラップがたるむ場合がありますが、その場合は再度締め直してください。






- ストラップを締めすぎると、お子様がハーネスに吊られてしまったり、介助者の背中に過度な負荷がかかり、バランスを崩して転倒する恐れがあります。

8-2. アップシーの取り外し方


アップシーの一般的な外し方は、取り付け方と反対の手順で行います。特に重要なポイントと注意点について説明します。

取り外しの際は座った状態で行ってください。その際、お子様の身体が不自然に後側に反り返ってしまいますので接続用のストラップを全て緩めてください。また、ストラップを緩めた後は、お子様の身体を支えてください。

- お子様の身体を支えながら、ゆっくりと座ります。
- お子様のお尻を、介助者が座る椅子のふちに寄せてあげます。
- 4本の接続用ストラップ（ブラック：2本、グレー：2本）を子供用ハーネスから取り外します。
- 介助者の足をサンダルから外し、その後、お子様の足からサンダルを外します。
- お子様を柔らかい床面に仰向けに寝かせます。
- お子様のレッグストラップを前側のバックルで外し、ストラップを後ろに回します。
- お子様のベスト部のバックルとベルクロを外し、ベストをお子様から脱がせます。

	<ul style="list-style-type: none">● お子様の肩の可動域が大きい場合は、ベストの肩のスナップボタンをはずすと、簡単にベストを脱がすことができます。<ul style="list-style-type: none">- 大人用腰ベルトを取り外します。- 全てのパーツを、なくさないように片づけ、次回の使用に備えましょう。
	<ul style="list-style-type: none">● アップシーをより良い状態で使い続けるために、子供用ハーネスは、折りたたまずに平らな状態で保管して下さい。折りたたむと、布地にしわが付き、適切な装着および使用ができない恐れがあります。
	<ul style="list-style-type: none">● お子様の体重がかかる部分の皮膚の表面が赤くなる（発赤する）事があるかもしれません。もし、この発赤が続くようなら、装着の方法を見直してください。ストラップなどの締め過ぎ、緩み過ぎが無いかを確認してください。

9. アップシーでの歩き方

	<ul style="list-style-type: none">● アップシーを使い始める前に、全てのバックルとスナップボタンが確実に留まっている事を確認してください。ベルクロに傷みや摺れ、ほつれが無いかを確認してください。もし何らかのダメージが見つかった場合は、使用をすぐに中止し、購入元にご相談ください。
---	--

アップシーはお子様の理学療法訓練の大きな助けとなります。立位・歩行訓練に積極的に取組めるようになります。アップシーを使うことによって、お子様は立つことにより意欲的になります。また介助者が適切なサポートを提供することにより、お子様は自分の体重を支えたり、より適切な動きができるようになります。

アップシーを上手に使えるようになるまでに時間が必要な場合もあります。お子様がアップシーをすぐに使いこなせるようになる事を期待しないでください。お子様は、最初は短時間しか自分の体重を支えることができない場合もあります。

初めてアップシーを使用する際は、まずは立つことから始めましょう。たとえば、テーブルで、手を使っておもちゃで遊んだり、テーブルを綺麗にしたり、兄弟と遊んだりしてみましょう。

お子様は、たとえ短い時間でも、自分自身で体重を支える必要があります。ただ単にアップシーにぶら下がった状態では、アップシーを使っていることにはなりません。そのような場合は一旦アップシーの使用を止めて、しばらくしてから再度試してください。お子様は少しずつ慣れていくはずですので、これを何度か繰り返す事があっても、心配しないでください。

お子様が自分自身で体重を支えられるようになったら、まずはゆっくりと右、左とステップを踏んで、体重移動の練習をしてみましょう。

お子様が自分で体重を支えられるようになったら、介助者は片足を静かに上げ、お子様がステップを踏むのを促してあげましょう。お子様が自分でステップを踏める状態になっているかは、介助者もサンダルを通じてお子様の動きを感じる事ができるでしょう。その後は、お子様の足の動きに応じてサポートして、ステップを続けてください。

アップシーをよりよく使うためには、お子様にダンスを教えるような気分を心掛けてください。最初は、ぎこちなく感じるかもしれませんが、だんだんと、お子様をサポートする自信が持てるようになるでしょう。

介助者が普段より足を開いた方が、お子様の左右の間隔を適切に保つことができます。また、お子様の足が交差することがなくなり、安定性が向上します。

お子様の歩幅や歩く速さだけでなく、お子様が左右どちらの足で最初の一步を踏み出しやすいかを知っておく必要があります。お子様はどの方向に歩こうとしていますか？お子様が見たり、指さしたり、触ったりする方向へ歩きましょう。お子様がしたい事をするための道具としてアップシーを活用すれば、お子様は積極的にアップシーで歩こうとします。

歩くスピードが速すぎる、歩幅が大きすぎるなど、お子様にとって無理な動きを行わないでください。お子様の身体を痛める恐れがあります。

上記の事に注意してアップシーを使用していただければ、お子様が望まない方向に動こうとしてバランスを崩す恐れを低くすることができます。お子様からの動きやシグナルを知ることにより、お子様が急に方向を変えたり、急に動く/止まる動作をした時にも驚かずに対応できるようになります。

初めてアップシーを使う時には、遊びなど、お子様が楽しんで出来る事から始めてみましょう。お子様が最初に学ぶ認知能力の一つは、「原因と結果」です。お子様は、「そうしたらどうなるか？」を見るために、物を動かしたりする事が大好きです。お子様の家族やお友達と一緒にアップシーを使用して遊んでみましょう。このような活動を家族や周囲の方々にも参加いただけるよう促してみましょう。

お子様が楽しめるような遊び方を例としてあげました。下記以外にも、介助者は、お子様との経験から、また、セラピストと一緒に取り組むことで、それぞれのお子様にとって必要な活動や能力に応じたアクティビティを行うことができます。

- ・いっしょに踊る！
- ・食器棚を開け、中からお皿を取りだす（または介助者が棚を開け、お子様に何かを取らせる。）
お子様の手の能力が十分でない場合は、介助者が手を添えても良いでしょう
- ・お子様に、冷蔵庫のドアを開けてもらう
- ・ドアまで歩いて行って、鍵で遊ぶ
- ・兄弟や友達と、同じ目線で遊ぶ
- ・郵便受けから手紙を取る
- ・掃除を手伝う（テーブル拭きなど）
- ・お客様を玄関で出迎える
- ・車輪のついたおもちゃを押す
- ・ボールとバットで遊ぶ
- ・歌に合わせて踊る
- ・黒板やイーゼルで絵を描いてみる
- ・家の外に出てみる（最初は庭の端や門まで歩くことから始める、など）
- ・お子様の体力が上がるにつれて、より遠くに行けるようになったら、近所の家を訪ねたり、砂浜や公園、買い物に出かけてみる

お子様がアップシーを使いこなし、自信を持って動けるようになれば、もっと多くのアクティビティにチャレンジできるようになります。アクティビティの中でのお子様の発達が適切かどうか、セラピストに相談することを忘れないでください。


アップシーに関する情報や使い方のヒントに関しては、この後のFAQをご参照ください。

10. テクニカルインフォメーション

ハーネス・サイズ	XS	S	M	L
	1～2歳	2～4歳	4～6歳	6～8歳
胸囲	50～57 cm	52～60 cm	57～65 cm	63～71 cm
骨盤周り（周径）	50～57 cm	52～60 cm	58～67 cm	64～73 cm
肩から骨盤周りまでの長さ	28～32 cm	31～36 cm	35～39 cm	38～42 cm
体重	15 kg まで	15 kg まで	20 kg まで	25 kg まで

サンダル・サイズ	(子供)	11.5～15 cm	13.5～20 cm
	(大人)	23～29.5 cm	

大人用腰ベルト（周径）	60～106 cm
-------------	-----------

	<p>● 安定性、安全性の為に、子供用ハーネスのサイズに合わせたサイズのサンダルがセットされています。</p> <ul style="list-style-type: none"> - 幼児用サンダルは、XSサイズのハーネスのみに付属します。 - 子ども用サンダルは、SサイズからLサイズのハーネスに付属します。 	<p>● 上記の表は、あくまでも目安です。お子様が下肢装具や体幹装具等を併用している場合は、そのサイズを考慮してください。</p> <p>お子様のサイズを正しく計る方法については、ウェブサイトをご参照ください。</p>
---	--	---



1 1. よくあるご質問

お子様の訓練とアップシー

1.1 アップシーは、他の歩行補助の道具とどう違うのですか？

お子様の能力にもよりますが、アップシーは、他の様々な補助器具よりも多くのメリットを提供できます。アップシーはお子様自身の能力で足を動かし、お子様が自分で自身の体重を支える可能性を提供します。また、アップシーは動的なサポートが提供できるので、介助者からの最小のアシストで、お子様が能力を最大限に発揮して、立ったりステップを踏んだりすることができます。なぜなら、介助者はサンダルを通じてお子様の動きを感じることができ、必要なだけの補助を与える事ができるからです。また、アップシーは、家具の横を通り抜けるなど、歩き回ることを可能にします。

アップシーが提供するサポートは、お子様が足を開いて股関節を外転させたり、お子様が立ちながら体を支える筋肉を使いながら、さらに両手を自由に遊ばせることができます。遊びながらできるということは、やる気を持続させることになるのです。もちろん、臨床面や発達におけるメリットに加え、アップシーは軽量でとても使いやすい道具です。ご家族が使いやすい道具であるということは、お子様が立ったり歩いたりするチャンスや、それに家族が参加する機会を増やし、お子様のポテンシャルを伸ばすことに大きく役立つのです。

1.2 アップシーは訓練用？遊び用？それともスポーツ用ですか？

アップシーは、上記の全てに活用できる製品です。お子様は立ったり歩いたりして、家族と遊んだり、スポーツをしたりすることから、訓練的な要素も得ることができます。アップシーを屋内・屋外でどのような事に使えるかについては、本書をご参照ください。

1.3 アップシーは、体幹装具や下肢装具と併用すべきですか？

はい。お子様が、自身の体重を支えるために装具を常用しているのであれば、アップシーと併用してください。もし不明な点があれば、どの装具が理学療法の訓練中に使用されているか、確認してください。短下肢装具は膝の過伸展（正常な範囲を超えて膝関節が伸びてしまう事）への対策となるでしょう。

短下肢装具を着用していても膝が過伸展する場合は、アップシーを使用しながら、緩やかなスロープを降りる練習をすることで、お子様の膝が適度に曲がる事をサポートします。また、サポーターも、膝をまっすぐに保つことを補助してくれるでしょう。

上肢（手）に関しては、サポーターを肘に着用することで肘を伸ばす事を助け、ハンドルを握って車輪付きのおもちゃを押す事ができます。

1.4 アップシーを使うことは、は理学療法の訓練の替わりになりますか？

アップシーは、理学療法の訓練に対する付加的な位置付けとなりますので、それまでの理学療法の訓練を続けることは非常に重要です。担当の理学療法士に、アップシーの使用を知らせておく事をお勧めします。また、アップシーの購入に際して、理学療法士からアドバイスをうけることをお勧めします。

アップシーを安全に使用するために

2.1. アップシーで子どもを介助すると、背中が痛みます。どうすればよいのでしょうか？

アップシーが適切に着用・使用されていれば、介助者やお子様には不快を感じることはありませんが、もしアップシーを使用して痛みを感じるようであれば、一旦アップシーの使用を中止してください。また、痛みが続くようであれば、理学療法士に相談してください。

使用を再開する前に、下記の点に注意・確認してください。

a. お子様の身長が、介助者に対して高過ぎることはありませんか？ 詳しくは「7. 製品をご使用になる前に」のQ2.をご参照ください。

b. 大人用腰ベルトの取付位置が、高すぎないでしょうか？ 大人用腰ベルトが、介助者の腰の低い位置で取り付けられている事を確認してください。詳しくは、「8-1 アップシーの装着」のStep1をご参照ください。

c. お子様が、自身の体を支えられないほど疲れていませんか？ お子様がハーネスにぶら下がっている状態は適切ではありません。アップシーの適切な使用時間を、「お子様がまっすぐ立って自分の体重を支えられる時間」を目安として設定してください。

介助者は、身体の痛みがなくなるまでアップシーの使用を再開しないでください。また、上記の点を確認したうえで、徐々にアップシーの使用を再開するようにしてください。

2.2 アップシーを使うと、非常に不安定になります。どうしたらよいのでしょうか？

介助者の身長に対して、お子様の身長が高過ぎないかを確認してください。詳しくは、「7. 製品をご使用になる前に」のQ2.をご参照ください。お子様の肩の高さが、介助者の「へそ」の高さを超えないように注意してください。

また、介助者の腹部がお子様の頭を前方に押し出して、まっすぐ立つ事を妨げていないか確認してください。この場合は、介助者側が、アップシーの使用の条件を満たしていないことになります。

アップシーを最初に使い始める際は、慣れた環境で、短い時間から少しずつ始めて行き、徐々にアップシーに慣れて行くようにしましょう。介助者は、左右の足を普段より離して立ち、普段よりも足を左右に広げて歩きましょう。また、必要に応じて、他の人にもサポートをお願いしたり、手すりや壁などのある所で使い始めましょう。あせらず、ゆっくりと慣れていきましょう。

それでもアップシーを使用すると不安定になる場合は、アップシーの使用を中止することをお勧めします。

2.3 子どもが、自分より小さい兄弟を介助するためにアップシーを使用できますか？

いいえ。アップシーは、大人が、運動機能に障害のある子どもを介助することを目的として作られています。アップシーを使用するお子様の兄弟と一緒に遊んだりゲームをしたりすることでお子様のモチベーションを高めるという、非常に重要な役割を担っています。

2.4 アップシーを階段や段差でも使用できますか？

階段や段差でのアップシーの使用は、安全面の観点からお勧めできません。

しかし、お子様が足を交互に動かして段差や階段を歩くことは、お子様の体幹と骨盤の筋肉の活動を促すのに非常に有効です。これは、ステップスタンディングと呼ばれ、特に筋緊張の低いお子様のお尻や体幹の安定性の向上に有効です。

もしお子様が、立位姿勢で左右の非対称性がある場合は、お子様の弱い方の足で地面を支え、強い方の足を段差の上に乗せるような動きを試してみましょう。弱い方の足の機能的な訓練として非常に有効です。

アップシーを使いこなそう

3.1 アップシーを使うと子どもが興奮します。これは大丈夫でしょうか？

はい。お子様には問題ありません。しかし介助者は、お子様の想定外の動きによってバランスを崩さないように注意を払う必要があります。アップシーを装着したお子様が興奮し、動き過ぎる場合は、まず立つだけの使い方から始め、それから壁や手すりなどのある所で歩く練習をしてみましょう。

お子様が落ち着いて動けるようになったら、一緒に歩く練習をしたり、車輪付きのおもちゃを押ししたり、音楽やリズムに合わせて動いたりしてみましょう。

3.2 子どもが立つ事をとても怖がります。このような場合も、アップシーは役に立つのでしょうか？

お子様がまっすぐに立ったり歩いたりすることを怖がっている場合は、アップシーを使いながらソファの近くで立つなど、お子様の慣れた環境で、安心感を与えることから始めましょう。介助者はお子様に寄り添って安心させながら、お気に入りのゲームで兄弟と遊んだり、好きなテレビを見たりしながら、徐々にリラックスさせていきましょう。お子様が自信を深めて行くにつれて、介助者も様々なアクティビティを行うことができるようになります。

3.3 アップシーの1回の使用時間は、どれくらいに設定するべきでしょうか？

お子様が、自身の体重を支える能力にもよりますが、最初は、2～5分位の立つ練習から始めてみましょう。アップシーを装着した状態でお子様楽しそうであれば、立ったり、歩いたりするなどの新しい経験を受け容れてくれるでしょう。

お子様がアップシーの使用を楽しむにつれて、使用時間を長くしていくことができ、介助者もより快適に使用できるようになります。お子様や介助者自身が何らかの不快感を感じたら、アップシーの使用を止めてください。

3.4 アップシーは、週に何回くらい使用すれば良いのでしょうか？

使用頻度は、何を達成したいかによって変わってきます。もし、介助者とお子様の目標が、介助された状態での立位や歩行であれば、お子様が楽しめる頻度で、訓練の補助的な位置づけで使用するのが良いでしょう。お子様が立位や歩行の動作の発達にさらなる可能性を持っている場合は、毎日、日課のように使用することをお勧めします。

3.5 接続用ストラップはどれくらい締めれば良いのでしょうか？

介助者とお子様の安定性を確保しながら、お子様が自分の体重を最大限に支えるための腰と肩のストラップの微調整方法をご説明します。微調整は下記の手順をお勧めします。

骨盤の接続用ストラップ（グレー）：

このストラップは、お子様の体重を支えるためのものではありませんので、お子様が自身の体重のほとんどを支えている状態で、かつ、お子様の骨盤の位置がなるべく高くなるように締めます。お子様の状態を見ながら、場合によっては鏡を見ながら、ストラップを締めたり緩めたりして、適切な締め具合を調整してください。お子様を上から見下ろしたりする必要があるかもしれません。歩き始めた後の数分間で、ストラップやハーネスの緩みが生じることがありますので、その場合は再度調整する必要があります。

肩の接続用ストラップ（ブラック）：

このストラップは、お子様の体重を支えるためのものではなく、お子様の体幹が前後や左右に揺れすぎないようにサポートしています。お子様の上半身が適切に支えられた状態で、ストラップに緩みが無ければ適切に調整されています。歩き始めた後の数分間で、ストラップやハーネスの緩みが生じることがありますので、その場合は再度調整する必要があります。

3.6 アップシーでどのようなアクティビティをしたら良いのでしょうか？

いろいろなアクティビティがありますが、下記にいくつか例をあげました。

- ・ソファや低いテーブルのそばで遊ぶ。
- ・ソファの周りを歩き回る。
- ・受動的な動きから初めて、お子様自身の能動的な動きを導き出し、それを動きながらサポートする。
- ・ステップスタンディング（FAQの”階段と段差について”の項をご参照ください）で、体幹や骨盤周辺の動きを強化する。）
- ・車輪付きのおもちゃを押し。
- ・ボールで遊んだり、歌いながら踊ったりする。

3.7 子どもがアップシーにぶら下がってしまいます。どうすれば良いのでしょうか？

この状態はお子様自分の体重を支えられていません。下記の理由が考えられます。

- a. 最初に、アップシーのセッティングを確認して下さい。レッグストラップや接続用ストラップが、お子様の足がまっすぐに延び、足がついているように調整されているかを確認して下さい。これらのストラップは、お子様の体が適切に立った状態をつくるためのものです。お子様の体が浮いていませんか？
- b. お子様疲れていませんか？お子様からアップシーを外し、休憩を取りましょう。
- c. お子様、まだ自分の体重を支えることができない場合もあります。まず、お子様が立つ練習から始めてみましょう。
- d. お子様、自分の体重を支える能力がある場合でも、アップシーで活動する気を失っている場合もあります。お子様が楽しめるようなアクティビティを探して、お子様が喜んで取り組めるようにしましょう。

3.8 子どもの上半身が前にもたれてしまいます。どうしたらよいのでしょうか？

お子様が前に持たれているようであれば、調整が適切でない可能性があります。下記の4点を確認してください。

- a. 肩の接続用ストラップの微調整。9.2項をご参照ください。
- b. 子供用ハーネスが、お子様の体幹にぴったりフィットしていないかもしれません。特に一番下の骨盤部の接続用ストラップが適切に調整されているかを確認してください。
- c. お子様の足が、サンダルにしっかり固定されていないかもしれません。その場合は、サンダルのストラップを再調整してください。
- d. 介助者自身が、アップシーの利用に適していない場合もあります。介助者の腹部がお子様を前方に押し出していたり、また、お子様の肩が介助者の「へそ」より高い位置にあると、大人用腰ベルトがうまく機能せず、お子様を支えることができません。どちらの場合も、介助者側がアップシーの利用に不適切な条件となりますので、ほかの介助者を探す必要があります。

3.9 こどもがアップシーで歩きたがりません。どのようにしたら良いのでしょうか？

アップシーが適切に調整され、お子様が快適な状態かどうかを確認して下さい。お子様が不快なサインを示していたら、使用を中断して下さい。まず慣れた環境の中で立つだけの練習を始めたり、お子様が楽しめるようなアクティビティを工夫してみましょう。

(例：お気に入りのおもちゃを使う、音や音楽で遊ぶ、兄弟や友達と遊ぶ、e.t.c.)。

お子様のペースに合わせ、無理に活動しないようにしましょう。お子様が歩きたがらない場合は、しばらくそのままにして、また挑戦してみましょう。お子様も、徐々にアップシーに慣れてくるでしょう。

3.10 アップシーを利用して活動すると、子どもの障害が周りの目を引くのが気になるのですが。

これは非常に繊細な質問で、明確な回答が難しいのですが、私達が共に取り組んできた家族の方々の状況を見ると、アップシーの子供用ハーネスが洋服のベストのように見え、サンダルもあまり目立たずに、周囲の人々がアップシーはすぐには気がつかれないと感じました。

最も大切なポイントは、アップシーを通じてお子様と色々な事に取り組めることが、何よりも重要だと家族の方々が感じることです。

アップシーを使用して人目を引くことは、かえってポジティブで、励みになる事です。しかし、気にされるようでしたら、アップシーをご自宅や庭などで使われては如何でしょうか。

アップシーでお子様の可能性をひろげましょう

4.11 子どもに、自分の力で立てるようになって欲しいのですが、アップシーにはそのような効果がありますか？

アップシーを使うことで、お子様の立位能力の向上を助ける可能性があります。お子様がその能力がさらに向上する可能性を持っていれば、アップシーは、お子様が足に荷重をかけ、歩行を踏み出す機会を提供することができます。足に荷重をかける能力が僅かなお子様の場合でも、アップシーを利用して立つことができます。しかし、お子様が何ができるようになるかは、お子様それぞれの可能性によります。

4.2 アップシーを使うことで、子どもはどの様に能力を伸ばしていけるのでしょうか？

一般的に、お子様が立位や歩行に積極的に取り組んだ場合は、お子様の能力は向上します。

この時にお子様は自分自身で体重を支えたりステップを踏み始めたりした時は、お子様が更に自分の能力を使用できるように、ストラップの長さを調整して介助者からのサポートを調整することができます。これはまた、お子様が自分で歩行をリードすることにもつながります。

この時に、ストラップを緩めすぎないように注意して下さい。ストラップが緩すぎると、お子様の体が揺れ、介助者も非常に不安定になります。

どの程度お子様の能力が向上するかは、お子様によって異なります。また、そのスピードもお子様によって違います。大事なことは、お子様が家族と一緒に立位でダイナミックに動くことを経験することから、非常に多くの利点を得られるということです。この事は、お子様の様々な発達のステージで、お子様の可能性を最大限に発揮することにつながるのです。

4.3 子どもが歩き出そうとしません。アップシーは役に立つでしょうか？

アップシーを使うことで、介助者がお子様の足を動かす事ができ、お子様は動きを体感することができます。お子様によっては、この事だけでも十分に価値のあるゴールです。また、この動きから、自分の足に荷重をかけ、ステップを踏み出す可能性を向上していきます。

介助者は、立ちながらバランスを崩さない程度に、前後左右に重心を移動してみましょう。お子様の片方の足に体重がかかった時、介助者はそれを軸足にしてもう片方の足を持ち上げ、重心を軸足より前に出してみましょう。この動きが、荷重のかかっていない足を前に踏み出すことを教えるきっかけとなります。

お子様自身の動きに常に注意をはらいながら、遊びや音楽を使ったり、兄弟と遊んだりしてお子様のモチベーションを高め、お子様が動きやすくしてみましょう。

4.4 足に、非常に筋緊張がある子どもでも、アップシーは使えますか？

アップシーは、足が拘縮していたり、動きに抵抗してしまうなど、筋緊張が非常に強いケースの使用には適していません。お子様の足首に、中程度位までの筋緊張があっても、膝関節や股関節の可動域を使って歩行動作ができるのであれば、アップシーを使うことができます。立ちながら、前後左右に体を揺らしていると、お子様の足の筋緊張が和らいで、歩行動作がしやすくなることがあります。

4.5 子どもの体に左右差がある場合でも、アップシーは使えますか？

麻痺側の足の筋緊張が非常に強かったり、または動かすことに抵抗がある場合でなければ、左右差のあるお子様でもアップシーを使うことができます。(4.4 項もお読みください)

麻痺の強い側の足は、立位の姿勢を取るためには、十分な可動域を持っている必要があります。

立ちがって麻痺側の足に体重をかけると、麻痺側の筋肉をのばしたり、筋肉の緊張を和らげる事があります。また、全身に強い筋緊張のあるお子様の場合、立ちながら左右に体を揺らすことで、筋緊張が軟くことがあります。

脚長差のあるお子様の場合、その左右差がわずかな場合は、通常の靴でアップシーを使用できます。担当のセラピストに確認してもらうのが良いでしょう。また、通常の歩行訓練や立位訓練の時に片方に補高を付けている場合は、アップシーを使用する場合も、同じように補高調整版をご使用ください。

4.6 頭のバランスを取るのが苦手な子どもでも、アップシーは使えますか？

アップシーを使用して、立つ姿勢をとることで首が伸び、頭を上げやすくなることから、お子様が頭を上手に動かせるようになる可能性もあります。お子様の肩を少しだけ後ろに引くようにし、頭を上げやすくしてみましょう。

立位姿勢の時は、遊びや目を引くものを上に持ってくることで、お子様の視線があがり、頭を上げる動作を促す事もあります。さらに、お子様の手を高くあげたり、お子様の肩の高さで手を休ませることで、頭を上げやすい環境をつくることができます。

また、お子様の肩の高さに鏡を置き、手のひらと腕・肘を伸ばして鏡に置いてあげると、お子様は自分自身を見ることができます。

上記のような方法でもお子様が自分で頭を上げられない時には、介助者がお子様の頭を支えてあげてください。介助者が片方の手をお子様の頭の上に置き、もう一方の手を”あご”の下に添え、首が後ろに反りすぎないように、まっすぐ支えてあげましょう。

4.7 視覚障害のある子どもにもアップシーは使えますか？

はい、アップシーは、視覚障害のあるお子様にとっても、安全に立ったり、歩いたりする事をサポートできる道具です。また、介助者とお子様の距離が近いので、お子様にも安心感を与えることができます。安心して歩くことができるようになれば、介助者もお子様も、手を自由にして周りの環境と一緒に体験することができます。これは、お子様の認知・感覚の能力を伸ばすことにもつながります。

掲載内容の無断使用禁止

掲載されている内容、文章、画像については、無断で使用もしくは転載することを禁止します。

販売元

オットーボック・ジャパン株式会社

〒108-0023 東京都港区芝浦4-4-44 横河ビル8F

TEL:03-3798-2111(代表) FAX:03-3798-2112

www.ms.ottobock.jp

製造元

www.fireflyfriends.com

Firefly

19C Ballinderry Road, Lisburn, BT28 2SA, Northern Ireland
UK 0800 318265 ROI1800 626020