

## 車椅子を安全に、長く、効果よく使うために

1. 日常いつも車椅子につく泥や汚れを取り除き、きれいに手入れしておく。
2. 枝葉前にタイヤの空気の点検をする。タイヤが破損せず長持ちするよう、そして、心地よく乗るために空気をいつも入れておく。
3. 乗せるときはブレーキをかけ、ステップを上げて座らせる。
4. 落ちないように深く座らせ、ベルトを装着する。背筋が伸び、椅子へ体圧を分散させるよう座らせるのが望ましい姿勢。
5. 止めるときは声をかけて止め、フットブレーキをしっかりかけておく。
6. ぬかるみや凸凹道ではステッピングバーを踏んで、キャスターを上げながら静かに押していく。
7. 坂道を上るときは、押し戻されないように体を前倒して押す。
8. 緩やかな坂道では車椅子を引くように進む。急な坂道は前向きで車椅子を引くように進む。
9. 段差を上がるときは、車椅子を前向きに、キャスターを段に乗せて、後輪を押し上げる。
10. 段差を降りるときは、車椅子を後ろ向きに、後輪を降ろす、キャスターを上げて後ろに引き、キャスターを降ろす。