

自力でサンポ

## 歩くことが健康寿命を延ばす



ベーシックモデル(市販品)

高齢になると足腰に衰えが出てくるのは自然なことです。杖やシルバーカーは便利な補助具です。

歩く事は健康維持に役立ち、社会とのつながりも心の健康に役立ちます

杖やシルバーカーで歩くのがつらくなったらどうしましょう。

車いす？

家から出ない？

**歩行車で歩きませんか**

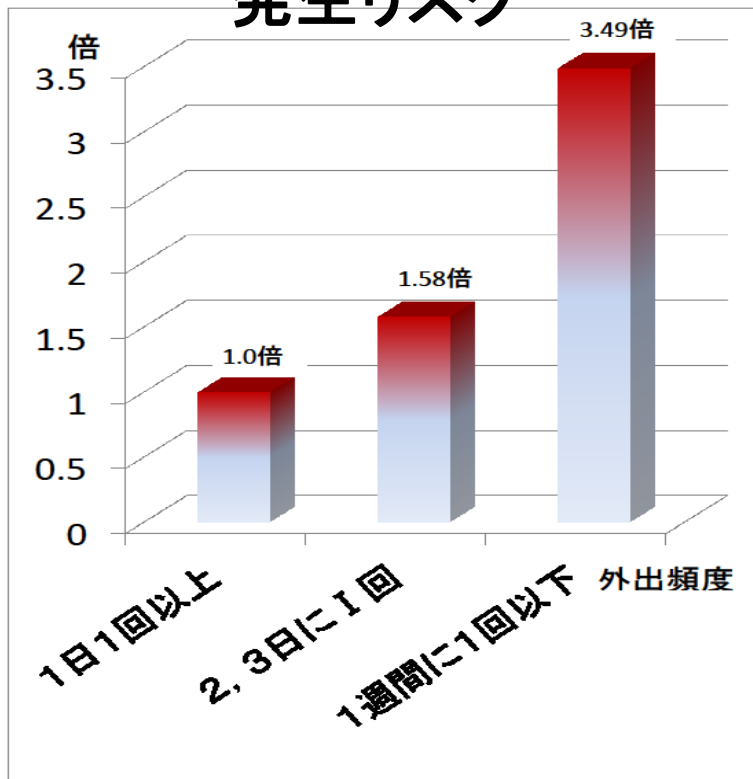
シルバーカーと比べて安定性に優れ  
自然な歩行姿勢で歩けます

(歩行車モニター募集中です)

# 歩くことが健康寿命を延ばす

(参考)

## 外出頻度と認知症の 発生リスク



出展: 東京都老人総合研究所 2007年10月

## 歩行車でおしゃれで元気に若々しく外出

東京都老人総合研究所研究チームの新開省二氏の研究発表によると、外出頻度が1週間に1度以下の方は毎日外出する人に比べ、認知症の発生リスクが約3.5倍になります。

同様に歩行障害の発生リスクも約4倍になります。

老化予防の三本柱として次の3つをあげています。

- 栄養状態が良い: 適度の飲酒も可
- 体力: 歩く速度、握力、バランス能力
- 社会参加: 仕事や社会活動を行う

試作

# ハンドルが選べると楽しい



ベーシックモデルはそのまま  
左右どちらでも両輪にブレーキ



ベーシックモデルのハンドルを変更  
肘を載せてハンドル操作

試作

# ハンドルが選べると楽しい

## 今回の試作品のポイント

- 左右のブレーキが連動して利く
- ハンドルの持ち方が選べる
- 良い姿勢で歩く事が出来る

## 要改良点

- 左右のハンドル間隔の適正化
  - 丸み付け
  - パーキングロック
  - △スピード制限
  - △腰折れ対応策(後方転倒)
  - △買い物籠
- など



**逆転の発想**

**両手で押さえるとブレーキが外れる**

# モニタリングをしました



90才男性

両手で押さえるとブレーキが外れる  
タイプを選択

1日目はブレーキかかったまま引き  
ずっていた

2日目にブレーキ機構を理解したが  
動かしてみたらびっくり



走りすぎて追いつくのがやっと  
3日目にスピードコントロールを  
体得してラクラク歩行  
最後は歩行車に花を載せて！！

想定外の使用：座位からの立ち上がり補助具として

モニタリング終了：『次はいつ持ってきてくれる？』