

## 私の自助具「ベッド新聞立て」

紹介者 米田 進一

私が新聞や機関誌を読む時に愛用している自助具の「ベッド新聞立て」をご紹介します。きっかけは入院中、退屈している私に父が新聞を読ませてくれていたのですが、長時間手で持つことに疲れて大変な思いをしたことから、改善策として作ったそうです。これは父がホームセンターで材料を購入して製作した物です。材料は以下に記載しています。

組み立てる順序として、1.3メートルの棒をベッド柵の両サイドに1本ずつマジックテープで固定し、残った棒の真ん中位に2本の吊し掛けの洗濯バサミを取り付け、両端にL管を差し込みます。L管を両サイドの棒の先に差し込めば完成です。

新聞や本を洗濯バサミで固定すると読むことが出来き、紙面を変える時は上部の棒を裏返しするだけです。

メリットは長時間持って貰わなくて済むので、時間を気にせず読むことが出来ます。力のない女性でも簡単に組み立てや取り外しが出来ます。デメリットは自分でページを変えられない為、人手が必須になります。愛用して約10年近くになりますが、自助具として参考になればと思います。

※工夫点は、先端を差し込み易くする為に削っています。棒とL管の太さが違うのでテープで厚みを調整し固定しています。



使用前



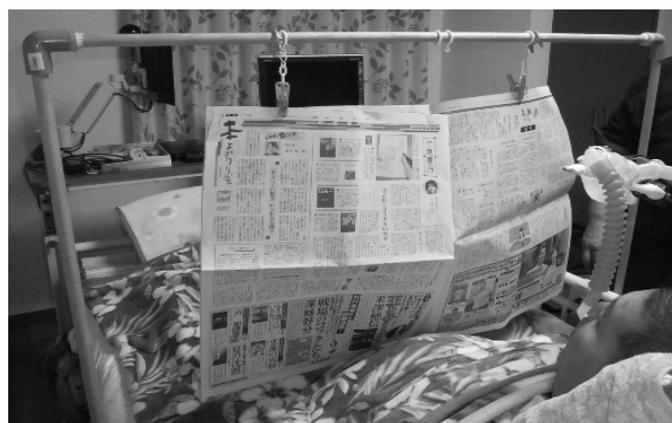
洗濯バサミ



棒にL管を取り付ける



ベッド柵に固定



「完成形」新聞を読んでいる様子

●材料（全て揃えても約千円以内です）

- ・3本の棒  
(1.3メートル×2本、1本はベッド幅に調整)
- ・エルボー管(2個、留め金具2個)
- ・洗濯バサミ2個(吊し掛け付き)
- ・マジックテープ2本