

「簡単家電」を 使ってみましょう ver.1

－「自分で操作できる」支援に向けて－



目次

- 1 はじめに
- 2 家電を使うことに起因するストレス
- 4 簡単家電 ① 簡単リモコン
— どのように役立ちますか？
- 7 簡単家電 ② IHクッキングヒーター
— どのように役立ちますか？
- 12 簡単家電 ③ 簡単携帯電話
- 15 問い合わせ先



はじめに

このマニュアルでは、代表的な簡単家電を活用した

「自分で操作できる」支援を紹介します。

認知機能が低下すると、

これまで使っていた家電の使い方がわからなくなったり、

せっかく新しい家電を買っても、うまく使えない

ことなどが起こります。

そのような人たちのために、

いろいろな簡単家電が開発されています。



家電を使うことに起因するストレス

- テレビのリモコンの 使い方がわからない
(高性能、機能が複雑、いらない機能が多い)



- ガスレンジに 鍋をかけたまま忘れる
(便利だけど、安全に使えるか、**不安・危険**)



- 携帯電話の 使い方がわからない
(一人暮らしで、いつでも、家族と連絡をとりたい)



簡単家電 ① 簡単リモコン

テレビが高機能化した結果、リモコンのボタンが増え、使い方が分からなくなってしまう人が増えています。

そこで、色々な種類のあるリモコンから、軽くてボタンが少ない機種を選び、更にカバーを装着し、簡単リモコンを 作成しました。



チャンネルだけで
ボタンが12個もある。
他にもたくさん



カバーから露出しているのは、
電源・音量・チャンネル選局の
3種類・5個のボタンだけ



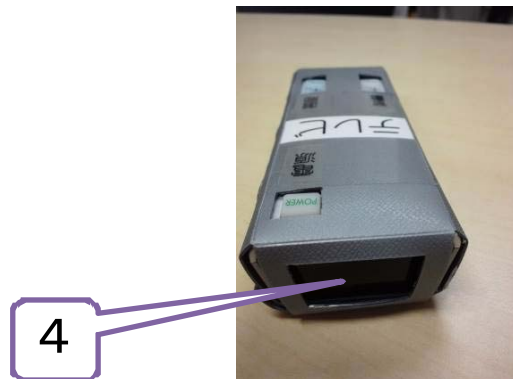
SONY RM-PZ3SD

簡単家電 ① 簡単リモコン 作成方法

- 1 リモコンカバーに、リモコンを裏にして収めてください。
- 2 カバー横の爪3か所を穴にすべて差し込んで止めてください。
- 3 カバー上下の爪2か所を差し込んでください。



-
- 4 カバー先端の送信窓に、黒い部分が見えるか確認してください。



「簡単家電」を使ってみましょう ver.1

簡単リモコンを使用する前に、**初期設定**をします。

電池を入れ、POWERボタンを押したまま、
メーカー番号3ケタを押すと完了です。

メーカー名	メーカー番号
ソニー	211, 312
パナソニック	411, 313
東芝	321, 316, 314, 315
日立	412, 317
三菱	213, 212
ビクター	216, 214
サンヨー	218, 217
シャープ	220, 319, 318, 413, 414
パイオニア	219, 320, 221

1. リモコンに電池を入れて下さい。
2. リモコン(テレビ)の**メーカー名**を確認します。
右写真のリモコンの場合、下部にSONYと記載されています。
(**青い破線**で囲んだ部分)
3. 左のメーカー名・番号表から、SONY(ソニー)の欄を見ます。
4. リモコンの**POWERボタン**を押します。(赤丸で囲んだ部分)
POWERボタンは押したまま離さない。
5. **POWERボタンを押したまま**、**メーカー番号3ケタ**を押します。
まず、**左の番号**から入れ、正しく動作しなければ、さらに、**右の番号**を押します。(ソニーの場合、最初に**211**、正しく動作しなければ**312**)
6. 初期設定終了です。



どのように役立ちますか？

Aさんは、リモコンのボタンを押し間違え、機能が戻らなくなり困ることがありました。その都度、息子さんに来てもらったり、電気屋さんに持ち込んだりしていました。



簡単リモコンにしたら、



押し間違いが無くなりました。
息子さんに気兼ねなくテレビを見られるようになりました。

夜中に目が覚めて眠れない時はテレビを見ることがありますが、そんなとき、チャンネルの数字を探す必要がないことも、とても助かっています。

どのように役立ちますか？

認知機能が落ちてくると、うっかりガスの火を消し忘れて鍋を焦がしたりすることが多くなります。最悪の場合、やけどしたり火事を起こすリスクは増えてゆきます。



使い方に慣れるためにも、認知機能が落ちる前に、あらかじめ、安全なIHの使用をお勧めします。

※ 心臓ペースメーカーをお使いの方は、医師とご相談の上、ご使用ください。

どんな機種がいいのでしょうか？

Bさんは、ガスコンロを使っていましたが、
頻繁に調理中であることを忘れるようになり、
しょっちゅう鍋を焦がしていました。



心配したお嫁さんは、IHを購入しましたが、
Bさんは、ボタンの意味がわからず使えませんでした。



簡単家電 ② IHクッキングヒーター 推奨機種 2つの条件

私たちの調査で、高齢者の方には
以下の2点が、使い易い機種の条件 であることがわかっています。

ダイヤルボタンで操作する

温度がハッキリ表示される

以下は、左記の条件を満たす機種 2例



三菱電気 IHクッキングヒーター ビルトイン型 過熱口数: 2口

形名: CS-PG21HS

外形寸法: 幅598X奥行555X高さ237

質量: 23.0kg

メーカー希望小売価格(税込み) 336,000円



三菱電気 IHクッキングヒーター 卓上タイプ(据え置き型) 過熱口数: 1口

形名: CS-AIIC

外形寸法: 幅300X奥行302X高さ56

質量: 3.2kg

メーカー希望小売価格(税込み) 27,300円

簡単家電 ② IHクッキングヒーター 使い方

過熱口数: 3口タイプで、使い方を説明します。

鍋は、IH専用の鍋が必要です

1. 電源を2秒押す



最初、○ボタンは
引っ込んでいます。

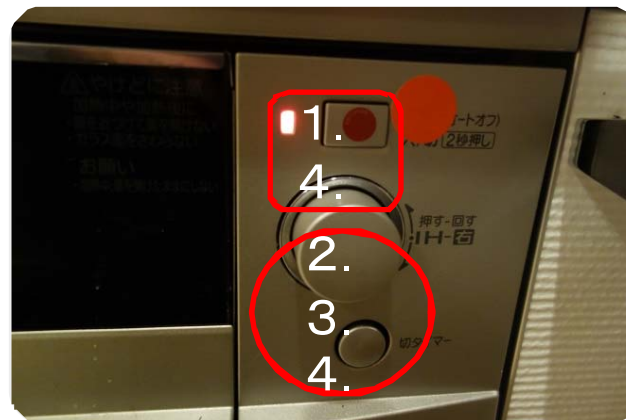
2. ダイヤルボタンを
押して凸の状態に
する。

3. ダイヤルボタンを
右に回して温度を
設定する。

* 温度設定は、
弱・中・強の
ボタンでもできます。



4. 終わったら、
ダイヤルボタンを
左に回し、電源を
押して切ります。



どのように役立ちますか？

Cさんは、ガスをつけっぱなしのまま台所を離れ、ボヤを起こしました。



IHを導入しました



Cさんは、IHの使い方にすぐに慣れました。
万が一消し忘れても、自動で火が止まるため、
安全に料理ができるようになりました。

片付けも簡単、とても楽です。

**携帯電話を使ってみたいという高齢者の声はよく聞かれます。
ご家族も、連絡用に使いたいと希望されています。**

しかし、いざ携帯電話を買ってみると、間違ってボタンを押したり、
操作を中止し元に戻す方法がわからなかったり、長押しがわからない方など、
様々な方がいらっしゃいます。
うまく使えず、携帯電話をやめてしまう方も多いようです。

13.14 ページでは、
そういった、高齢者でも使いやすい
簡単携帯電話 と その使い方を
ご紹介します。



この機種は、携帯電話は電話機能だけでよいという方にお勧めです。
よくかける電話番号を3つ、短縮登録することができます。

使い方

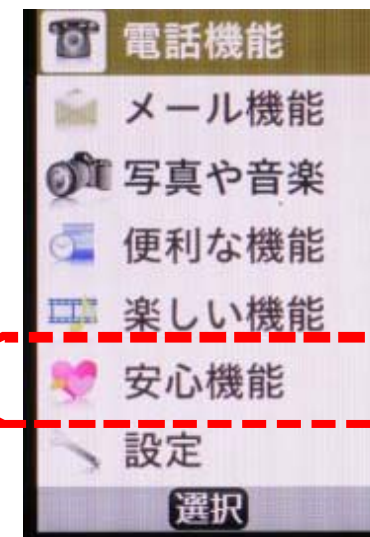
1. 登録した短縮ボタン(青色破線枠内)または相手の電話番号(オレンジ色破線枠内)を押す
2. **通話** ボタンを押す
3. 通話が終わったら、**切** を押す



メールのやり取りや、写真も撮りたいという
多機能な携帯電話を求めている方にお勧めです。

良い点

- ◇ キーがハッキリ浮き上がっているので押しやすい
- ◇ 短縮ダイヤルがある
ホームボタンに、重要な連絡先が登録できる
- ◇ 絵付きメニューで、操作がわかりやすい
- ◇ 操作内容がシンプル、具体的でわかりやすい
- ◇ 安心機能で、1日1回「元気だよメール」を自動的に送ることができ、安否確認ができる



問い合わせ先

簡単家電 および 本マニュアルについては **問合せ先①** に、

専門職への相談については **問合せ先②** に、お問い合わせ下さい。

- 本マニュアルで紹介した家電は、国立障害者リハビリテーションセンター併設の、「認知症のある人の福祉機器展示館」で一部ご覧いただけます。

問合せ先1：国立障害者リハビリテーションセンター 研究所 福祉機器開発部

〒359-8555 埼玉県所沢市並木4-1

☎ (04) 2995 - 3100 (代表) E-mail : dementia@rehab.go.jp

問合せ先2： 神戸大学大学院保健学研究科 種村 留美 研究室

〒654-0142 神戸市須磨区友が丘7-10-2

☎ (078) 792 - 2555 (代表) E-mail : rumtan@people.kobe-u.ac.jp

©国立障害者リハビリテーションセンター2013 [非売品] 本マニュアルの内容を無断で複写複製することを禁じます