

ボディハグシャワーで 車いすユーザーの 入浴をもっと安全・快適に

長島 理

株式会社 LIXIL テクノロジーイノベーション本部 環境技術開発部 環境企画 G
一般社団法人日本パラバドミントン連盟の強化指定選手(2022年度)
東京2020パラリンピック競技大会5位入賞(バドミントン男子シングルスWH1クラス)
日本選手権シングルス優勝 15回



「危ない」「もったいない」「掃除が大変」。
車いすユーザーのバスタイムは悩みがいっぱい

大学時代に自動車事故で脊椎を損傷し、車いす生活に入りました。それまで当たり前できていたことの多くができなくなりましたが、中でも慣れるまでに苦労したのが「入浴」です。まず、湯船で溺れてしまうリスクがありますから、以前のように気軽に湯船に入れないんですよ。それに、一人暮らしだと、毎日湯船にお湯を張る



のは経済的にも負担が大きいですし、使用後の湯船の掃除も大変です。だから、車いすユーザーは湯船での入浴をあきらめ、シャワーで済ませる人が多いですよ。私も浴室の床に体育座りをして、片手で体幹を支えつつ、もう一方の手でシャワーを浴びるのが定番の入浴スタイルで、湯船に浸かることはめったにありません。もちろんシャワーだけでも身体を清潔に保つことはできるのですが、寒い時期は身体の冷えが気になります。というのも、私は脊椎を損傷して下肢の感覚が失われているので、自分の身体が冷えていることに気付きにくいんですよ。また体温調節機能にも障害があるので、冬など、ふと自分の足に触れたときに、すごく冷たくて驚いてしまいます。冷たいということは血液の循環が悪くなっているわけですから、身体に良いはずはありま

せんよね。もっと身体を温めないか……とは思いつつも、なかなか改善策が見つけれずにいました。

湯上りの「ぼかぼか」が続く ボディハグシャワーに感動

だからこそ、最初にボディハグシャワーを体験したときは、感動しましたね。普通のシャワーとは比べ物にならないほどしっかり温まりましたし、浴びた後30分くらい経っても身体のぼかぼか感が続くんです。湯船にしっかり浸かったときと同じくらい、身体が温もってリラックスできました。アームの動きがスムーズで、操作が簡単な点も良いですね。障害があっても普段車いすを自力で操作できている人なら、難なく使いこなせると思いました。アームから出てくるシャワーの水圧[※]も快適で、両側から同時に浴びていると、全身がお湯に包み込まれるような感じがして、すごく気持ちよかったです。アームの位置やノズルの向きを自分に合わせて調整でき、自分がお湯を当てたい箇所に重点的に当てられる点も気に入りました。冷えてしまいがちな脚にしっかりお湯を当てて温めることができ、大満足です。先ほど申し上げたとおり、車いすユーザーは湯船での入浴をあきらめているケースが多いので、ボディハグシャワーの便利さや快適さを知ったら、「自宅に設置したい!」と思う人がたくさんいるんじゃないでしょうか。デザインもスタイリッシュで見栄えが良いですし、特に介護に特化した商品ではないので、家族みんなで使えるというメリットもあります。

※水圧等は現場環境や個人差により異なります

交代浴にも便利。 スポーツ施設やホテルでの普及に期待

アスリートの視点からも、ボディハグシャワーは魅力的ですね。私は自律神経のバランスを整えるために「交代浴」(温水浴と冷水浴を交互に繰り返す入浴法)をすることが多いのですが、温水と冷水の浴槽を

行き来するのが結構大変なんです。その点、ボディハグシャワーならお湯の温度を切り替えるだけで、場所を移動せずに交代浴ができるので、すごく便利です。トレーニング後のコンディショニングにも期待できるので、スポーツ関連の施設にボディハグシャワーが設置されたら、喜ぶアスリートが多いのではないのでしょうか。



また、個人的にはホテルにもどんどん普及してほしいです。特にビジネスホテルの浴室は、車いすユーザーには使い勝手が良いとは言えませんから、浴槽の代わりにボディハグシャワーを設置してくれれば、お風呂時間がかなり快適になるんじゃないかと思います。もちろんすべての客室に設置するのは難しいと思いますが、選択肢の1つとしてボディハグシャワー設置の部屋があれば嬉しいですね。これから、いろいろな場面でボディハグシャワーが活用され、車いすユーザーがよりリラックスして安全にお風呂時間を楽しめるようになることを期待しています。

