

# りはっぴねす

## ワンポイント アドバイス！

### 車椅子の押し方 坂道 & 段差

車椅子を押したことがありますか？平地を押すことはもちろんのこと、外出をすると段差や坂道などでは細心の注意を払う必要があります。今回は車椅子の段差や坂道での押し方について紹介します。



#### 坂道を押すときは…

自転車を押すように前傾姿勢で押します。



#### 段差を押すときは…

ティッピングレバーを踏んで前輪を持ち上げて段の上に乗せます。次に後輪を浮かせてそのまま進みましょう。

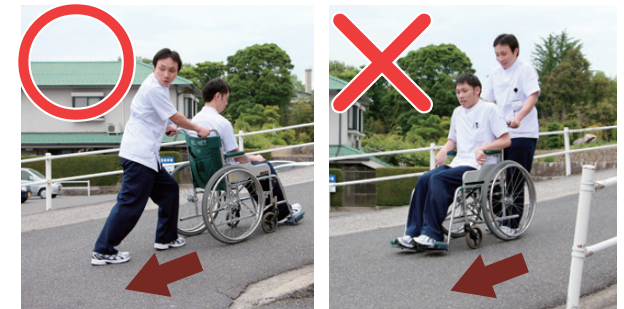
#### ティッピングレバー



前輪を浮かす

#### 下りのときは…

下りの時は車椅子を後ろ向きにして下ります。後ろ向きの方が恐怖心も軽減され、介助者も楽です。介助者は後方確認を行きましょう。



踏んで前輪を持ち上げるためのレバーです。無い場合は、ハンドル部分を下に押して体重をかけましょう。