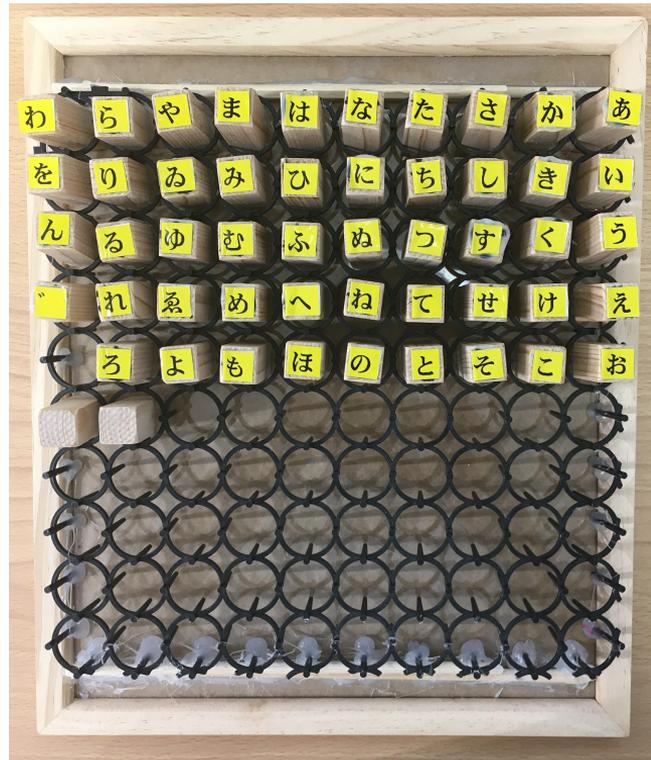


かな付きペグの作り方



作業療法推進チーム

目次

1. はじめに
2. 種類
3. 適応(対象とする機能障害)
4. 難易度調整
5. 特徴
6. 使用方法、期待できる効果
7. 作成方法

はじめに

ペグ操作訓練は大小やカラーリングにより、難易度を調整しやすく、作業療法の上肢機能訓練として幅広く使用されている訓練器具である。

しかし、日々上肢機能訓練を提供していくにつれ、同一の訓練内容ではクライアントに慣れが生じてしまい、効果的かつ効率が良い訓練とはいえない場合がある。

このスライドでは、訓練の内容にバリエーションを増やす意味合いや、自主トレーニングとして提供しやすい「かな付きペグ」を紹介する。

適応(対象とする機能障害)⁴⁾

- ★ 上肢遠位部の機能障害
- ★ 把持力・ピンチ力の低下
- ★ 上肢近位・遠位部の正確な運動制御の問題
- ★ 高次脳機能低下(見当識・注意機能低下など)

難易度調整⁴⁾

難易度を上げる	難易度を下げる
・短く、細い、軽いペグ	・長く、太い、程よい重さのペグ
・円形のペグ	・角ペグ
・摩擦が低い(プラスチックなど)	・摩擦が高い(木やビニールコーティングなど)
・体から遠く高い場所	・体に近く低い場所
・スピードを計測する	・時間無制限で対象者のペースで実施する

ペグ操作訓練の特徴

【Positive】

- 様々な摘みの練習可能¹⁾
- 細かいペグで集中力を向上させることができる¹⁾
- 指1～2本の操作で可能²⁾
- 立位のとれる脳卒中患者では座位より立位のほうが作業効率が高い³⁾

【Negative】

- ペグ操作だけではADLへの汎化困難²⁾
- 手指全体の機能評価が行いづらい²⁾

かな付きペグ使用方法例、期待できる効果

【上肢機能訓練】

- ピンチ、リリースの練習：通常ペグと同様に難易度を調整して実施する。

【高次能機能訓練】

- 単語作り：指定した言葉の並びにペグを操作する（例：秋の味覚は？赤い果物は？など）。
- 整理整頓：並びを入れ替えたペグや一旦取り出したペグを正しい順番に並び替える。

材料

①角材(縦x横:2センチ)※ホームセンターで購入可能

②猫除けマット(商品名:どんとキヤット)

※100円ショップで購入可能

③割り箸:2膳

④板:30cm×30cm程の大きさが適当

(100円ショップの額縁やお菓子の缶でも代用可能)

使用道具:鋸、ハサミ、グルーガン、両面テープ

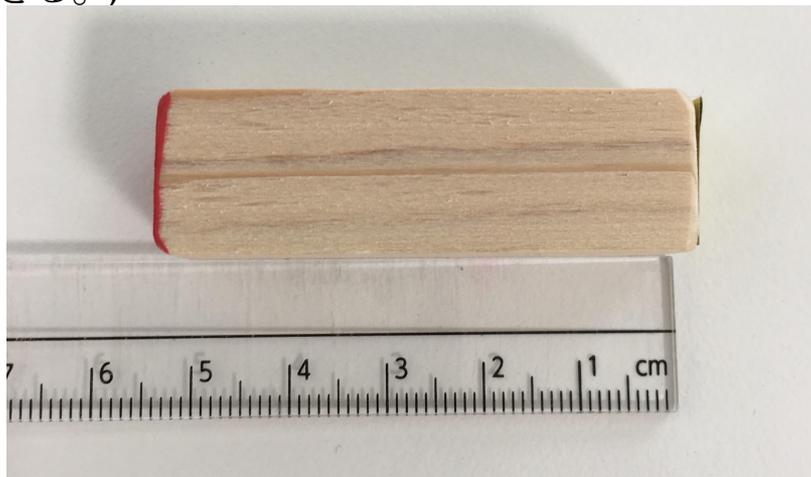


作り方

①角材を全て高さ5センチに切断します。

→ひらがなの数に合わせて51～55個

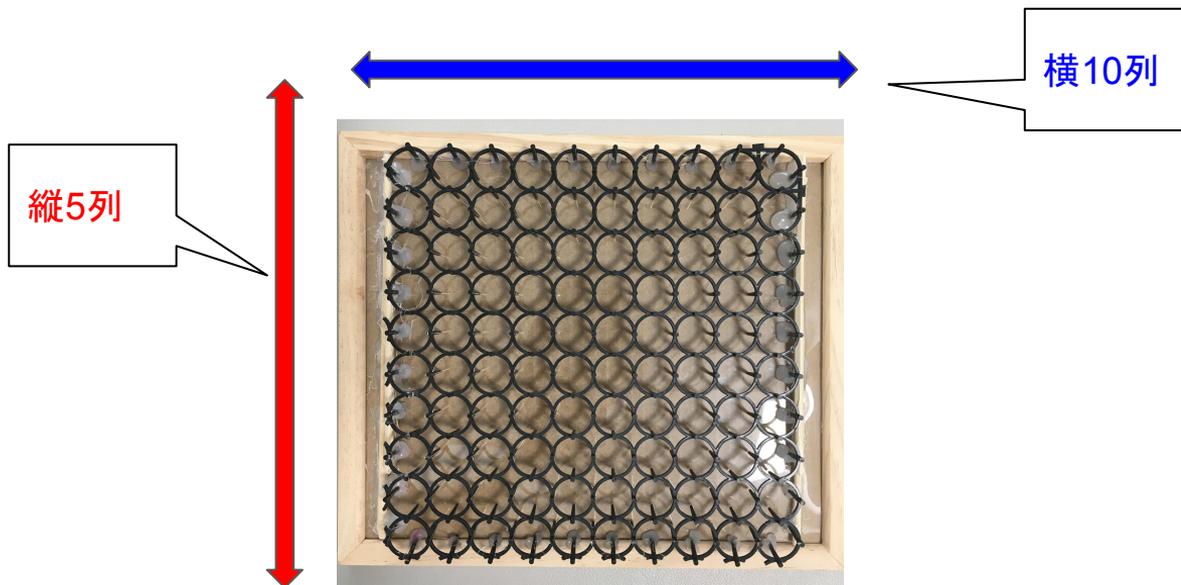
(鋸などを使用しての切断しますが、ホームセンターなどで頼むと作業台はかかりが、正確に切断できる。)



作り方

② 猫除けマットをハサミで板のサイズに合わせて切断します。

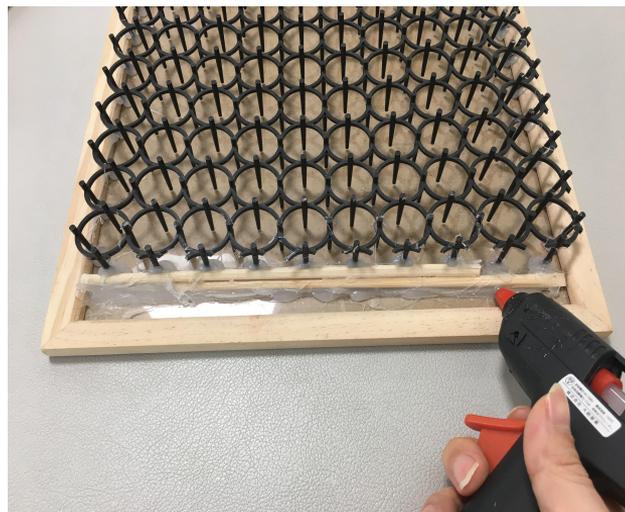
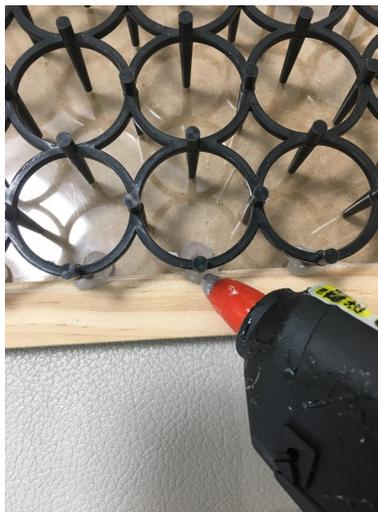
その際、縦5列、横10列が確保されていることを確認して下さい。



作り方

③板と猫除けマットの接合部を全周グルーガンで接合します。

その後で、接合した両端に割り箸を貼り、割りばしと板をグルーガンで接合して縁を作り強度を高めます。



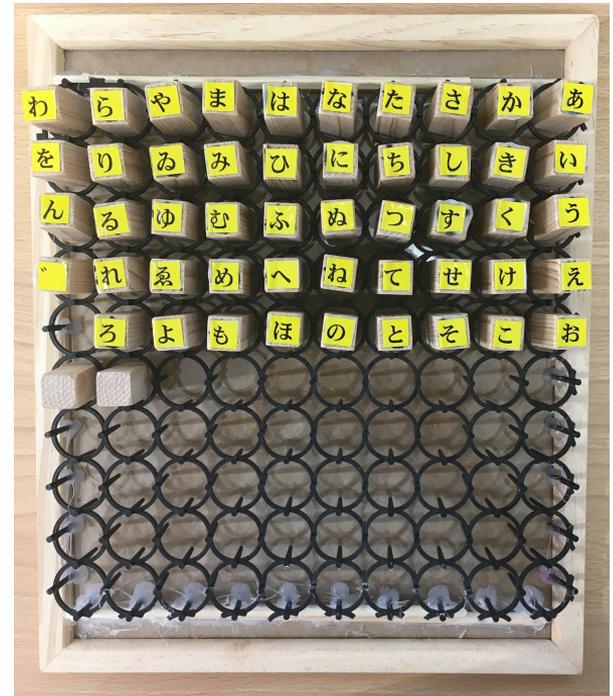
作り方

④ 角材にテプラで印刷した「ひらがな」のシールを両面テープで、貼り付けます。



完成

一晩置いてグルーガンの接着が問題ないことを
 確認して、ペグを配置すれば完成です！！



参考文献

- 1)リハビリの定番アイテム「ペグボード」大・中・小のセットで上肢機能を トレーニング | 介護・高齢者施設が抱える課題をサポートOG介護プラス
- 2)手の機能を評価するとは 一手に関する様々な評価よりー: バイオメカニズム学会誌, Vol. 34, No. 4 (2010)
- 3)東條秀則.田島文博:立位姿勢が高次脳機能課題とペグボード作業効率へ及ぼす影響高次脳機能研究, Vol.23, No.1 (2009)
- 4)竹林崇:上肢運動障害の作業療法:医学書院,145-146(2018)