Platz
プラッツ

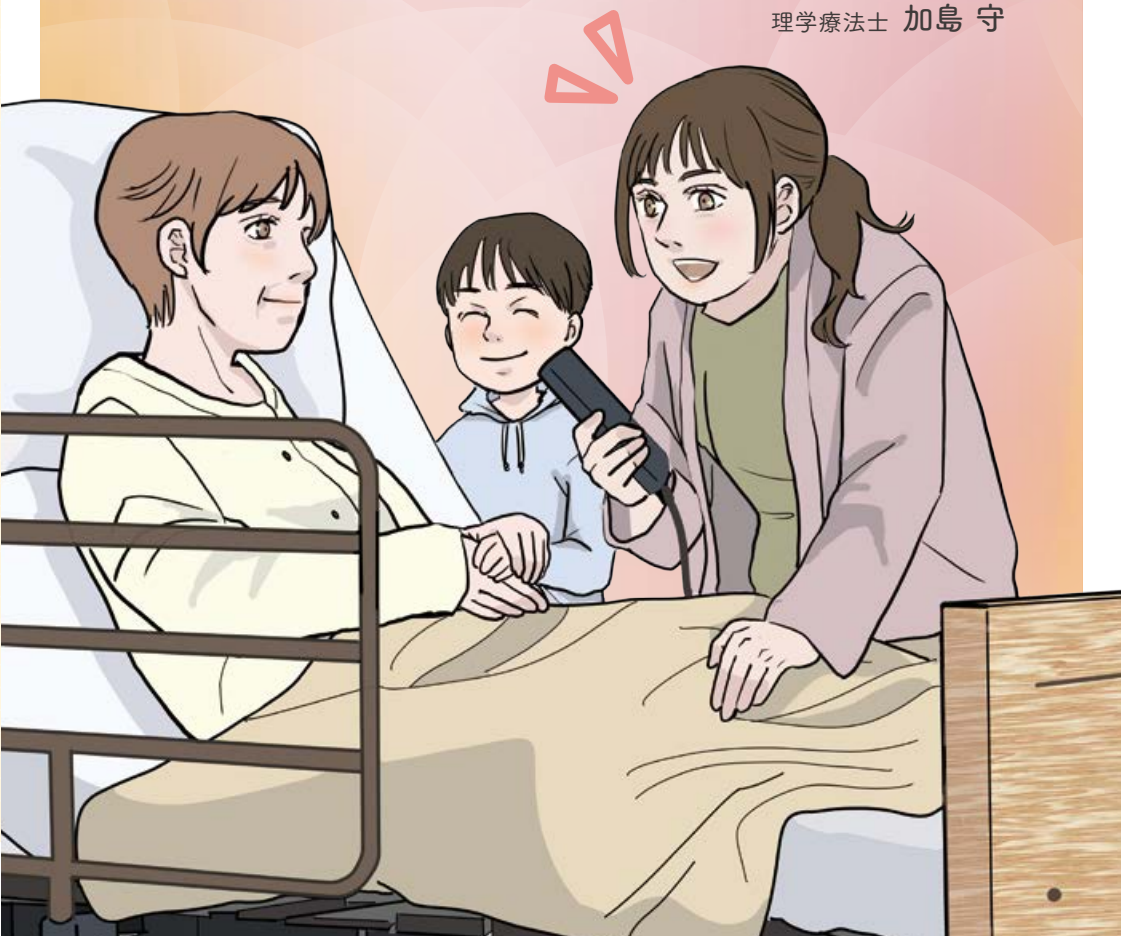
介護ベッドを活用！

YOCARO
ヨカロ

で

できることBOOK

監修
高齢者生活福祉研究所　所長
理学療法士 加島 守



はじめに

介護ベッドを「もっと」活用しましょう！

「介護疲れ」「介護離職」「ダブルケア」「虐待」…在宅介護には簡単には解決できない、大きな問題がたくさんあります。在宅介護は身体的にも、精神的にも、経済的にも負担の大きい、覚悟がいる選択だという話も聞きます。

しかしながら在宅介護はご本人が慣れ親しんだ場所で、家族とのコミュニケーションを続けることができるという点は、何ものにも代えがたいメリットであるとも言えるのではないでしょうか。

介護ベッドは、ご利用者の自立と生活をサポートし、介助する方の負担を減らすことができる便利な福祉用具です。介護ベッドの便利な機能を正しく活用していただき、皆さまの在宅介護における身体と心の負担を少しでも減らすことができましたら幸いです。

監修

高齢者生活福祉研究所 所長
加島 守 先生(理学療法士)

理学療法士、医療ソーシャルワーカー、ケアマネジャー、そして福祉用具プランナーの有資格者であり、介護施設や病院、在宅サービスでの仕事も経験するなど幅広い知見を持つ。
厚生労働省の「身体拘束ゼロ作戦推進会議ハード改善分科会」や、「介護職員の腰痛対策等健康問題に係わる福祉用具利用研究会」、全国福祉用具専門相談員協会（ふくせん）の「ふくせんモニタリングシート」の開発にも参画された経験もあり、現在も多方面で活躍中。

イラスト制作

理学療法士・イラストレーター・漫画家
きよまろ

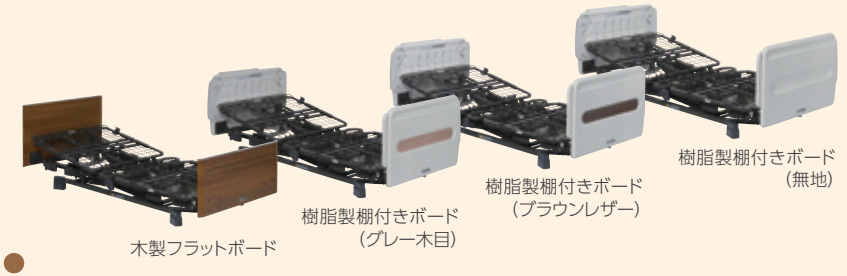
INDEX

01 ヨカロの背上げでできること① …… 3
02 ヨカロの背上げでできること② …… 5
03 ヨカロのひざ上げでできること …… 7
04 ヨカロの高さ調節でできること …… 9
05 ヨカロのオプション受けでできること …… 11
06 ヨカロの棚付きボードでできること …… 13
07 ヨカロの手元スイッチでできること …… 15
08 ヨカロの周辺機器でできること …… 17
● ヨカロの便利なポイント …… 19
● ヨカロの機能が有効な症状・疾患 …… 21

在宅介護用ベッド
YOCARO
《ヨカロ》

詳しい説明や動画はこちらから
http://www.platz-ltd.co.jp/product/yocaro/

進化した背上げと業界最高クラスの床面高さ78cmで
介護でつながる皆さまに「ちょうどいい」



01 ヨカロの背上げでできること①

寝ている時に息が苦しそうなのですが…

ヨカロは呼吸しやすい姿勢をつくります

ハイバックサポート機能であたまを少し上げることにより、
肺がふくらみやすくなり、呼吸がしやすくなります。
症状により、背上げ機能も合わせて活用してください。

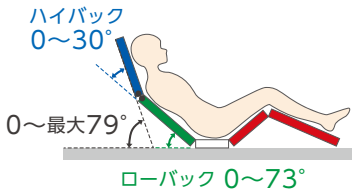
有効な症状や疾患：せきが良く出る、心肺機能が低下している方

【呼吸がしやすい姿勢の例】

ハイバック10°　ローバック10°

ハイバックサポート機能

背ボトムを「ハイバック：頭ー背部」と「ローバック：腰部」の2つに分け、それぞれの角度を電動で調節ができます。



ハイバックサポート機能
未使用時（ローバック45°）

ハイバックサポート機能 使用時
（ハイバック30°・ローバック45°）

背上げの操作は介護ベッドの活用の基本！ベッド上の姿勢を
調整することで、ご利用者の生活がぐっと変わります。

食事の時にとろみをつけて食べてもらっているのですが、むせたり、飲み込みがしにくそうで困っています…

ヨカロは飲み込みやすい姿勢をつくります

ハイバックサポート機能であごを引いた姿勢をつくることにより、
飲み込みやすく、誤嚥をしにくい姿勢がつくれます。

**有効な症状や疾患：むせる、摂食嚥下障害、誤嚥性肺炎、
口腔ケアが必要な方**

ローバック30°

あごが上がっていて飲み込みにくい

ハイバック30° ローバック30°

あごが下がり飲み込みやすい

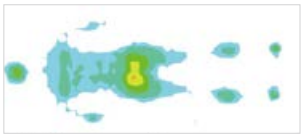
おしりに床ずれができそうで、背上げができません…

ヨカロは腰のズレと圧迫が少ない背上げができます

ハイバックサポート機能を使うことであたまの角度だけを起こし、
腰の角度は低い状態にできるので、ズレが少なく、腰への圧迫を減らすことができます。適切なマットレスと合わせて活用してください。

有効な症状や疾患：床ずれのおそれのある方

仰臥位



ハイバック20°　ローバック10°

あたまの角度は30°ですが、身体にかかる
圧力は仰臥位のときと大きく変わりません。

被験者：身長160cm 体重57kg　計測機器：SRソフトビジョン全身版（住友理工社製）
※データは一例です。測定値には個人差があります。

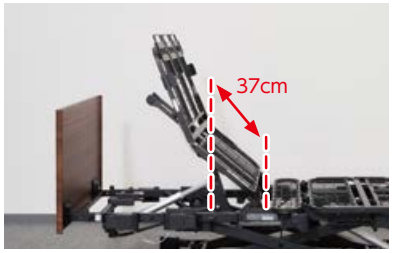
02 ヨカロの背上げでできること②

背中が曲がっていて、あおむけで眠れないんです…

ヨカロは姿勢の調整がしやすくなります

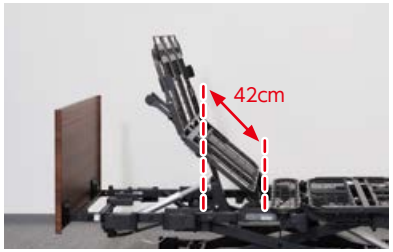
肩の近くの曲がる位置、ひざの曲がる位置を調節するフィッティング機能により、ポジショニングがしやすくなります。

有効な症状や疾患：円背・変形がある方、床ずれのおそれのある方

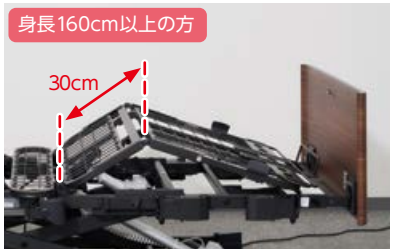


背のフィッティング（下）

ひざのフィッティング（頭側）



背のフィッティング（上）



ひざのフィッティング（足側）

ポイント！ 簡単調節のフィッティング機能

ボトムの曲がる位置はピンの抜き挿しで簡単に調節できます。背のフィッテイング位置は通常は下の位置でご使用いただき、円背などの状況に応じて上の位置をご活用ください。

曲がる位置の変更

めまいは転倒によるケガの原因になります。立ち上がるときだけでなく、食後やお風呂あがりなどにも注意しましょう。

急に起き上がるとふらついてしまうのですが…

ヨカロは血圧に負担が少ない背上げができます

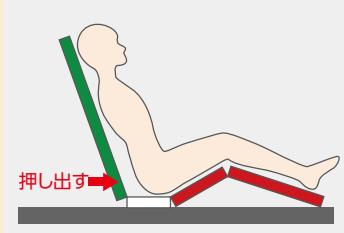
背中全体の角度を上げるよりも、ハイバックサポート機能を使いあたまの角度だけを起こすことで、血圧の変動を抑え、めまいがしにくくなります。

有効な症状や疾患：起立性低血圧（めまい）、高血圧で血圧を下げる薬を飲んでいる方

ハイバックサポート機能を使うことで、血圧の変動が少ない背上げができます。

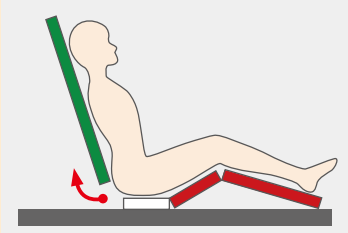
いいね！ スライドアップ機能

◎従来の背上げ



背ボトムが腰を前に押し出すため、身体の位置がズレやすくなります。

◎スライドアップ機能



背上げ時の腰の押し出しを減らし、背ボトムが上にスライドすることでズレと引っぱり感を減らします。

03 ヨカロのひざ上げでできること

ひざ上げ機能を使用することで、ご利用者の姿勢の安定や足のむくみ改善につながります。足先の上げ・下げも状況に応じて使い分けましょう。

足がむくんできて困っています…

ヨカロは足のむくみを改善します

ひざ上げ機能を使うことで、足を心臓よりも高い位置にすることにより、下肢にたまった体液を上半身に戻します。

有効な症状や疾患：むくみのある方

【足のむくみを改善する姿勢の例】

ひざ上げ30°（足先上げモード）

ポイント！ 足の上げすぎにご注意！

足を上げすぎると足の付け根の血管が圧迫されたり、足に血が流れにくくなったり、むくみの液が腰部にたまったりすることがあります。
また大腿部の重さが腰にかかり、腰部の圧迫により床ずれリスクが高まります。足の高さは10cm程度が良いでしょう。

背上げをすると身体が下にズレてきてしまいます…

ヨカロは背上げのときのズレを減らします

背上げをする前にひざを上げておくと、身体のズレを減らすことができます。
ヨカロはひざを曲げる位置を2段階に調節できるため、ご利用者の身体のズレをより少なくすることができます。
またズレを少なくすることにより、腹部の圧迫も減らすことができます。

有効な症状や疾患：床ずれのおそれのある方

ひざのフィッティング（頭側）

ひざのフィッティング（足側）

ポイント！ ひざ上げの活用で体圧の分散効果もアップ！

ひざ上げ機能を使うことにより、身体とマットレスとの接触面を増やすことができ、体圧の分散効果も期待できます。

04 ヨカロの高さ調節でできること

おむつ交換のとき、腰が痛くてたまりません！

ヨカロは介助する方の腰痛を予防します

身体介護をするときは、ベッドを適切な高さに調節することにより、介助者の腰への負担を減らすことができます。

業界最高クラスの床面高さ78cm

床面高さは低床25cmから73cmまで、固定脚の切り替えで78cmまで調節できます。おむつ交換や体位変換を行うときの腰への負担を軽減し、高身長の介助する方でも無理のない姿勢でケアができます。

ベッドが低い状態の介助姿勢

ベッドが高い状態の介助姿勢

ポイント！ **ベッドの高さは介助者の握りこぶしがマットレスにつく位置を目安に調整しましょう**

介助の負担を減らすには、ベッドの高さ調節が大切なポイント！
中腰にならず、身体をひねらない動作を意識しましょう。

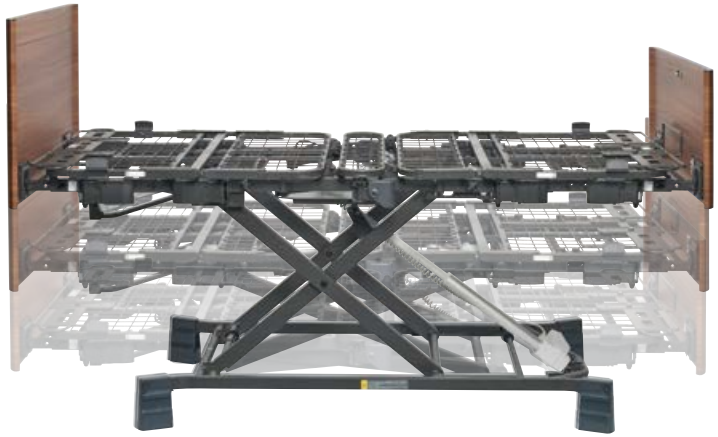
ベッドの高さを上げると、横に動いて壁にぶつかりそうになります

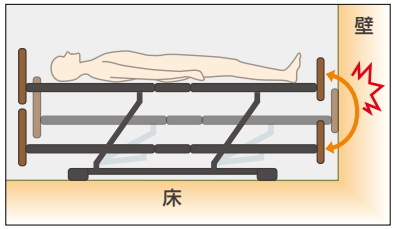
ヨカロは少ないスペースで設置ができます

ヨカロの高さ調節は垂直に昇降するため、ベッドの前後に余分なスペースが必要なく、壁に当たる心配もありません。

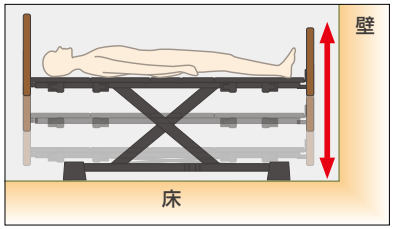
省スペースに設置可能な垂直昇降機構

高さ調節のときにベッドが横にスイングせず垂直に昇降するので、設置面積が少なくすみます。





スイングしながらの昇降



垂直昇降

05 ヨカロのオプション受けでできること

車いすに乗り移るとき、オプション受け（サイドレール受け）が邪魔で車いすを近づけにくいのですが…

ヨカロは移乗がしやすい設計です

オプション受けが簡単に収納できるので、端座位がとりやすく、また車いすを接近させやすくなります。

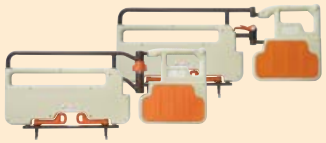
有効な症状や疾患：車いすやポータブルトイレを使っている方

オプション受け使用時

オプション受け収納時

いいね！ ベッド用グリップ「ニーパロ」のご紹介

抱え上げない介護・看護を実現
安心・安全な移乗と
腰痛予防をサポートします



端座位時の
ずり落ちを防止

ひざを支点に
楽な立ちあがり

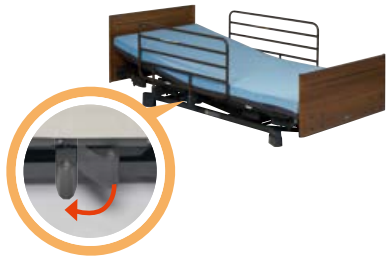
立位を安定させます

転落防止や移乗動作に便利なサイドレールやベッド用
グリップ（手すり）を設置できることも介護ベッドのメリットです。

介助をするとき、ご利用者に近づきにくいです

ヨカロは介助がしやすい設計です

オプション受けが簡単に収納できるので、ご利用者に近づきやすく、身体を近づけての介助がしやすくなります。



ワンタッチ収納のオプション受け

ご利用者に近づきやすい設計

頭側にサイドレールをつけると布団が落ちたり、ご利用者が足から落ちそうで不安なのですが…

ヨカロはベッドからの転落を予防します

ベッドの中央にもサイドレールを取り付けることができるため、布団やご利用者のベッドからの転落を防ぐことができます。

転落を予防するサイドレールの中央挿し

06 ヨカロの棚付きボードでできること

枕のまわりにいろんな物が置いてあるので、背上げ機能が使えません

ヨカロは枕のまわりを整理できます

樹脂ボードには収納式の棚がついているので、介護に必要な小物などを置けるようになります。
また、枕元に物を置かないようにして、背上げのときに物が落ちない環境をつくることができます。

いいね！ 足側にテレビを置くこともできます

樹脂ボードの棚の耐荷重は3kgで、小型のテレビを置くこともできます。
※できるだけベッドからの離床を心がけましょう。

介護ベッドの機能を安全に活用するために、
枕元やベッドのまわりをきれいにしておきましょう！

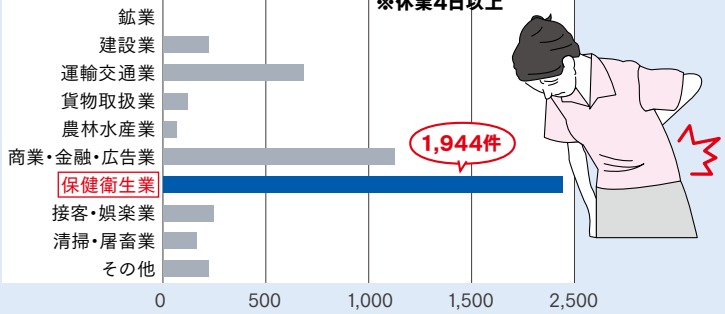
ポイント！ 「抱え上げない介護」はご利用者にもメリットがあります！

看護・介護労働者の腰痛の発生状況は他の業種に比べて圧倒的に多く、職員の休職や離職などの原因になり、昨今の介護人材不足の問題の大きな要因のひとつになっています。
そしてその腰痛の発生の主な原因が「力まかせの介助」による腰への負担です。特にご利用者を抱え上げたり、前屈したり、身体をひねったりすることが介助者の腰に大きな負担をかけます。

また力まかせの抱え上げによる介助は、介助する方の腰痛の原因となるだけでなく、ご利用者の身体を強く掴んだり抱え上げたりすることにより、ご利用者自身の身体にも大きな負担をかけることになります。高齢で皮膚が弱い方を強く掴んでしまうと、内出血を起こしたり、皮膚を傷つけたり、またその痛みにより筋肉が緊張してしまい、それが拘縮や変形の原因となる恐れもあります。

そのような状況を改善するため、現在は厚生労働省の「職場における腰痛予防対策指針」をはじめ、全国でも「抱え上げない介護」、「ノーリフティングケア」を普及させる事業に取り組む自治体が増えてきています。
介助する方の負担を減らすことができれば、無理なく安全にご利用者に接することができるようになり、お互いの身体的・精神的な負担の軽減にもつながります。
福祉用具は抱え上げない介護をサポートする、便利な道具です。
ぜひご活用ください。

看護・介護労働者における腰痛の発生状況



参考：厚生労働省「令和2年度 介護労働実態調査」「令和2年 業務上疾病発生状況」

07 ヨカロの手元スイッチでできること

あれ？今の角度は何度くらいかな…

ヨカロはひと目でベッドの状態がわかります

ベッドのハイバック、背上げ、ひざ上げ、高さの状態を1画面で表示するため、角度や高さがすぐにわかります。

いつもの食事の角度に合わせるのが大変…

ヨカロは簡単にお好みの角度に調節できます

メモリー機能を使うことにより、食事介助の姿勢や、お休みの時の角度に1ボタンで簡単に調節することができます。
ポジショニングなどの体位管理にも便利です。

誤操作による思わぬ事故を防ぐため、手元スイッチがご利用者の身体の下に隠れていないか確認しましょう！

いつの間にかベッドが高くなってる！

ヨカロは思わぬ操作を防止できます

ベッドの機能ごとに操作をロックすることができるため、誤操作の防止や動かしたくない機能だけを止めることができます。

有効な症状や疾患：認知症

ハイバックとひざ上げ機能をロックした状態

いいね！ 手元スイッチの操作を音声でお知らせします

白内障など視力が低下した方による操作をサポートします。

高さが40cmになりました

08 ヨカロの周辺機器でできること

夜、トイレに行くときに転びそうになる時があります

フットライトで足元を明るくします

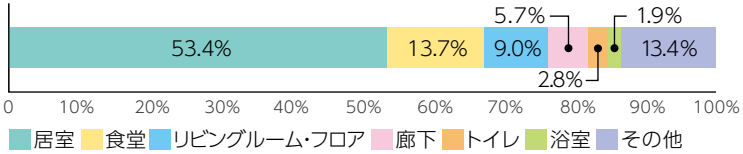
フットライトが人の動きを感知して足元を照らすことにより、
暗い場所での移動がしやすくなります。

人感センサー付き
フットライト
PL02-5VL

！注意 居室での転倒事故にご注意！

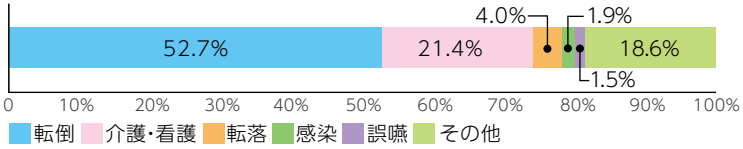
◎事故の発生場所

事故の主な発生場所は、「居室内」が全体の約半数を占めており、
次いで「食堂」、「リビングルーム・フロア」となっており、これらで、
全体の7割以上を占めています。



◎事故の発生要因

「転倒」が最も多く、次いで「介護・看護」、「転落」となっています。



図表は世田谷区「令和二年度 介護保険事故報告書」のデータを改変して利用しています。

さまざまな周辺機器を使うことで、ベッドの利便性が
さらに広がります。状況に応じて活用していきましょう！

停電でベッドが上がったままになったらどうしよう…

非常用バッテリーで停電時や電源がないところでも ベッドの操作ができます

非常用バッテリーはつねに充電された状態になっているので、停電時や
電源がないところでもベッドの背上げ、高さ調節の操作をすることが
できます。
※満充電で背上げは14往復、高さ調節は3往復程度の動作が可能です。

非常用バッテリー
PE06-BA19

ポイント！ 停電になったらどうする？

**「ベッドの背が上がったまま停電してしまい、
このままだとご利用者が眠れない…」**

緊急の場合はベッドの背上げのモーターを取り外すことによって、背の角度
を平らに戻すことができます。
詳しくはプラッツのWebサイト「停電時の対応について」をご確認ください。

プラッツ　停電時の対応について

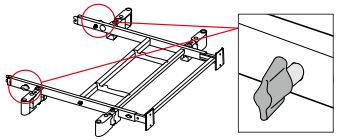
まだまだ
あります！

ヨカロの便　利なポイント

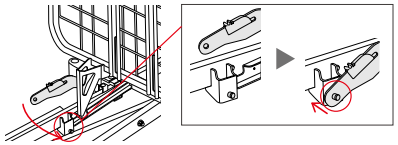
組み立て部品ゼロ

組み立て時に自動でロックする構造や、取付部品がフレームに付属している設計などで、組み立て部品ゼロを実現。
組み立て・分解がしやすく、作業時の負担を減らします。
また、部品の持ち忘れや紛失の不安もありません。

組み立て部品ゼロ



ノブボルトは本体に付属しています。



背ボトムはワンタッチで固定できます。

パーツの軽量化

もっとも重いパーツは16.0kg(センターフレーム)に抑え、運びやすさにも配慮しています。持ちやすく、工具も部品も必要なく、組み立てがしやすい設計です。

※上記はベースフレーム(23.5kg)を分割した場合です。

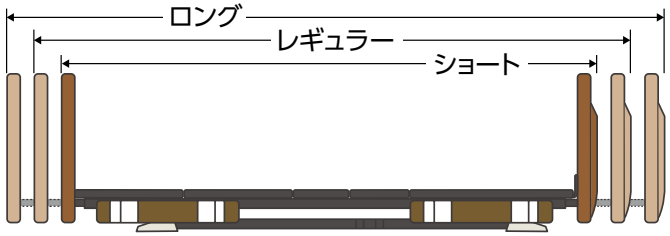
センターフレーム(16.0kg)

ベースフレーム(23.5kg)は2つに分割できます。

１台で３段階の長さ調節

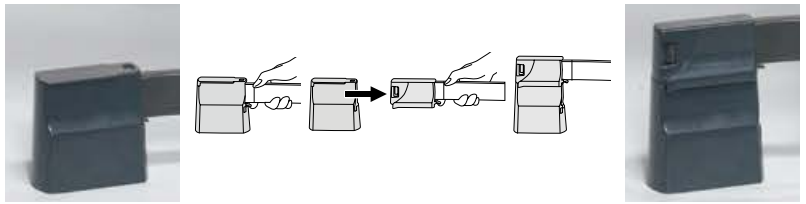
パーツや部品の交換なしで、ベッドのサイズをショート・レギュラー・ロングに変更できます。また、ボトムのみの交換でベッドの適合マットレス幅を90cm・83cmに変更できます。

※木製フラットボードの場合は、ボトムとヘッド・フットボードの交換が必要です。



１台で２段階の高さ調節

固定脚に内蔵されたスペーサーで高さを2段階に調節できます。
通常の固定脚の場合は低床25cmまで下げることができ、スペーサーをつけることにより最高床面高さを78cmまで上げることができます。



固定脚に内蔵したスペーサーで、+5cmの高さ切り替えができます。

まだまだ
あります！

ヨカロの便利なポイント

手元スイッチのエラー表示

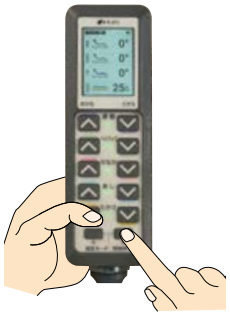
ベッドの動作に異常がある場合、手元スイッチにエラーの内容が表示されます。
現場ですぐに原因が特定できるので、スピーディーに対応できます。

E01	E02	E03
モーターコードの挿し込みを確認してください。	手元スイッチにエラーが発生しました。	電源ボックスにエラーが発生しました。

E04	E05	E06
温度上昇により一時停止しました。 しばらくたってから操作してください。	LEDが点灯しているモーターを最後まで下げてください。	エラーが発生しました。

昇降スピードの調節

高さボタンとBボタンの同時押しで、通常の1.25倍の速さで動作します。
メンテナンスや搬入出の際の効率化が図れます。



• ヨカロの機能が有効な症状・疾患 •

せきがよく出る、心肺機能が低下している …… P3
むせる、摂食嚥下障害、誤嚥性肺炎、口腔ケアが必要 …… P4
床ずれのおそれ …… P4、P5、P8
円背・変形 …… P5
起立性低血圧（めまい）、血圧を下げる薬を服用 …… P6
足のむくみ …… P7
車いす・ポータブルトイレを使用 …… P11
認知症 …… P16

勉強会・デモンストレーション承ります

ケアマネジャー様、福祉用具専門相談員様、介護・看護職員様向けに
身体状況に応じたベッドの使用方法などの勉強会を開催しております。
お近くのプラッツの支店、もしくはお問い合わせフォームまで
お気軽にご相談ください。

プラッツお問い合わせフォーム

https://www.platz-ltd.co.jp/inquiry/form/

医療・介護ベッドメーカー
株式会社プラッツ

挑戦します!
お客様の笑顔のために。

■本社／ショールーム
〒816-0921 福岡県大野城市仲畑2-3-17
TEL:092-584-3434 FAX:092-584-3436

■北海道支店
〒003-0005 北海道札幌市白石区東札幌五条1-2-22-102
TEL.011-807-4750 FAX.011-807-4751

■東北支店
〒984-0014 宮城県仙台市宮城野区高砂1-1-15
TEL.022-781-7072 FAX.022-781-7062

■関東支店・関東ショールーム
〒143-0006 東京都大田区平和島6-1-1
TRCセンタービル7F
TEL.03-5763-5425 FAX.03-5763-5426

■東海支店・東海ショールーム
〒465-0025 愛知県名古屋市名東区上社1-402-1F
TEL.052-737-2230 FAX.052-737-2231

■関西支店・関西ショールーム
〒578-0911 大阪府東大阪市中新開1-4-12
TEL.072-943-2723 FAX.072-943-2724

■中四国支店
〒721-0907 広島県福山市春日町7-2-6
TEL.084-946-6000 FAX.084-946-6040

■九州支店（本社内）
〒816-0921 福岡県大野城市仲畑2-3-17
TEL.092-584-3433 FAX.092-502-3810

https://www.platz-ltd.co.jp

2203ND-T