

事業区分	<input checked="" type="checkbox"/>	特別養護老人ホーム 八女の里	業務区分	制定年月	令和元年 7月
	<input checked="" type="checkbox"/>	介護老人福祉施設 八女の里		<input checked="" type="checkbox"/> 基本業務	
	<input checked="" type="checkbox"/>	ユニット型特別養護老人ホーム ステイン八女の里	<input type="checkbox"/> 機器取り扱い		
	<input checked="" type="checkbox"/>	ユニット型介護老人福祉施設 八女の里	<input type="checkbox"/> その他		
	<input checked="" type="checkbox"/>	介護付き有料老人ホーム グラン八女の里			

業務名	移乗・移動介助
-----	---------

3. 移動・移乗

(1) はじめに

移動するということは、その先に必ず目的があり、生活に欠かさない動作です。
 利用者が何ができて、何ができないのかをきちんと見極める視点を持ち、必要な福祉用具を正しく活用しながら、安全・安楽な技術で移動・移乗を行いましょう。

(2) 介助の際の手の使い方



靴の底は持たないようにしましょう。

◆ポイント

利用者の脚や足をつかむようにして持つと、指の力で圧迫感となり、また、指の力は思っている以上に強いので、利用者に痛みや不快感を与えます。
 利用者の脚や足を下から支えることにより、痛みや不快感を与えにくくなります。また、利用者には「大切にされている」という安心感につながります。

※1 指（圧迫感）：指のあと、指えないで残ったあとがた。

(3) 正しい座位姿勢

①座位姿勢【良い例】



◆ポイント

両足が床につき肩幅程度に開いていること、いすに深く腰掛けていることを確認しましょう。

②座位姿勢【悪い例】



◆注意しよう！

いすに深く座り、背もたれにもたれている状態は、いすから飛び落ち、転落の危険があります。

事業区分	<input checked="" type="checkbox"/> 特別養護老人ホーム 八女の里	業務区分	制定年月	令和元年 7月
	<input checked="" type="checkbox"/> 介護老人福祉施設 八女の里	<input checked="" type="checkbox"/> 基本業務	改訂年月	
	<input checked="" type="checkbox"/> ユニット型特別養護老人ホーム ステイン八女の里	<input type="checkbox"/> 機器取り扱い		
	<input checked="" type="checkbox"/> ユニット型介護老人福祉施設 八女の里	<input type="checkbox"/> その他		
	<input checked="" type="checkbox"/> 介護付き有料老人ホーム グラン八女の里			

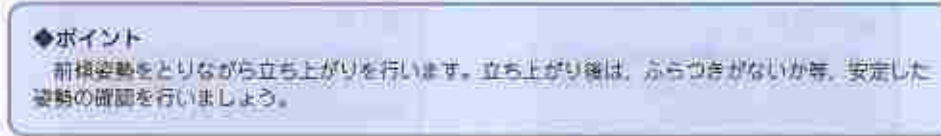
業務名	
-----	--

(4) 浅く座る介助の基本 ～深く座る利用者への対応～



(5) 立ち上がりの基本

① 立ち上がりの動作（自立）



事業区分	<input checked="" type="checkbox"/>	特別養護老人ホーム 八女の里	業務区分	制定年月	令和元年 7月	
	<input checked="" type="checkbox"/>	介護老人福祉施設 八女の里		改訂年月		
	<input checked="" type="checkbox"/>	ユニット型特別養護老人ホーム ステイン八女の里	<input checked="" type="checkbox"/> 基本業務			
	<input checked="" type="checkbox"/>	ユニット型介護老人福祉施設 八女の里	<input type="checkbox"/> 機器取り扱い			
	<input checked="" type="checkbox"/>	介護付き有料老人ホーム グラン八女の里	<input type="checkbox"/> その他			

業務名	
-----	--

⑧立ち上がりの動作（介助）

◆ポイント

利用者の力（残存能力）を活かし、しっかりと前傾姿勢をとります。
 介護者は利用者の肘関節から上腕部のあたりを把持し、引っ張らず、重心が臀部から足に移るまで下げた後、ゆっくりと引き上げるようにして立ち上がりを介助します。

(6) 座り方の基本

①座る動作【良い例】

◆ポイント

頭を下げてお辞儀をするように前傾姿勢をとり、ゆっくりと膝を下ろしながら最初に臀部が座面に付くように座ります。しっかりと安定した座位がとれていることを確認しましょう。

②座る動作【悪い例】

◆注意しよう！

前傾姿勢をとらずに背中から座ると、勢いにつき、利用者の身体に痛みを与え、事故やけがにつながる場合があります。

事業区分	<input checked="" type="checkbox"/>	特別養護老人ホーム 八女の里	業務区分	制定年月	令和元年 7月	
	<input checked="" type="checkbox"/>	介護老人福祉施設 八女の里		改訂年月		
	<input checked="" type="checkbox"/>	ユニット型特別養護老人ホーム ステイン八女の里	<input checked="" type="checkbox"/> 基本業務			
	<input checked="" type="checkbox"/>	ユニット型介護老人福祉施設 八女の里	<input type="checkbox"/> 機器取り扱い			
	<input checked="" type="checkbox"/>	介護付き有料老人ホーム グラン八女の里	<input type="checkbox"/> その他			

業務名	
-----	--

③座る動作（介助）

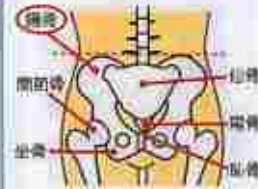


介護者は左足でいすの足をしっかりと固定（いすの両もたれを持って固定する場合もあります）します。また、可能であれば利用者はいすの座面を持ってもらいましょう。

◆ポイント

介護者はしっかりと背もたれかけを行い、利用者が身を委ねられるように介助をしましょう。介護者の手は利用者の腰背部①を押しすようにし、胸を利用者の背中にあてた状態で、利用者は前傾姿勢をとりながら座ります。

※1 肋骨、骨盤を構成する寛骨（骨盤の左右の骨を形成する左右一対の骨）の上半分を占め、恥骨（骨盤の下にある三角形の骨）の頂部に懸伏二筋がある骨。



(7) 車いすの走行介助

①車いすの走行（段差・上り）【良い例】



◆ポイント

利用者に段差があることを伝え、車いすを段差に対して直角につけます。介護者はティルトピンダレバーを踏み、段差の高さだけキャスト（前輪）を上げます。キャスト（前輪）が段差を越えたことを確認し、駆動輪（後輪）を持ち上げます。

②車いすの走行（段差・上り）【悪い例】



◆注意しよう！

段差に対して車いすを斜めにつけると、片方のキャスト（前輪）が段差に上がらず、バランスを崩します。

事業区分	<input checked="" type="checkbox"/>	特別養護老人ホーム 八女の里	業務区分	制定年月	令和元年 7月	
	<input checked="" type="checkbox"/>	介護老人福祉施設 八女の里				<input checked="" type="checkbox"/>
	<input checked="" type="checkbox"/>	ユニット型特別養護老人ホーム ステイン八女の里	<input type="checkbox"/>	機器取り扱い		
	<input checked="" type="checkbox"/>	ユニット型介護老人福祉施設 八女の里	<input type="checkbox"/>		その他	
	<input checked="" type="checkbox"/>	介護付き有料老人ホーム グラン八女の里				

業務名	
-----	--

③車いすの走行（段差・下り）



◆ポイント

利用者に段差を下りることを伝えます。介護者は段差に対して車いすを直角にし、駆動輪（後輪）から下ります。その状態のまま介護者はティップングレバーに足を置き、策動を与えないようにキャスター（前輪）を下ろします。

④車いすの走行（下り坂）



◆ポイント

利用者に坂道を下ることを伝え、車いすの向きを変えます。介護者はしっかりと車いすを支えながら、ゆっくりと後ろ向きに下がります。

◆注意しよう！

坂道を前向きで下ると、介護者の腕の力だけでは車いすを支えきれず、利用者が前方に転倒する危険性があり、恐怖心や不安感を与えます。

⑤車いすの走行（2台同時走行）



◆注意しよう！

1人で2台の車いすを押す介助は、介護者と利用者の双方に危険が伴います。安全のために、必ず1台ずつ介助をしましょう。

事業区分	<input checked="" type="checkbox"/> 特別養護老人ホーム 八女の里	業務区分	制定年月	令和元年 7月
	<input checked="" type="checkbox"/> 介護老人福祉施設 八女の里	<input checked="" type="checkbox"/> 基本業務	改訂年月	
	<input checked="" type="checkbox"/> ユニット型特別養護老人ホーム ステイン八女の里	<input type="checkbox"/> 機器取り扱い		
	<input checked="" type="checkbox"/> ユニット型介護老人福祉施設 八女の里	<input type="checkbox"/> その他		
	<input checked="" type="checkbox"/> 介護付き有料老人ホーム グラン八女の里			

業務名	
-----	--

⑥車いすの走行（必要以上に密着する）



◆注意しよう！
車いすを押す際に、このような押し方をしていませんが、利用者はとても不快に感じます。

⑧起き上がりの介助の基本



介護者の腕で、利用者のおこが上らないように頭頸を支えます。

◆ポイント
臥床^{ふしど}している利用者^{りようげ}を端座位^{はなざい}にする際は、利用者の頭を手前に回すようにして起こしましょう。ベッドから足を下ろした後は、ふりこの原理を活用して上半身を起こします。
※1 臥床：床につくこと。
※2 端座位：ベッドの側に腰をかける座位のこと。

事業区分	<input checked="" type="checkbox"/> 特別養護老人ホーム 八女の里	業務区分	制定年月	令和元年 7月
	<input checked="" type="checkbox"/> 介護老人福祉施設 八女の里	<input checked="" type="checkbox"/> 基本業務	改訂年月	
	<input checked="" type="checkbox"/> ユニット型特別養護老人ホーム ステイン八女の里	<input type="checkbox"/> 機器取り扱い		
	<input checked="" type="checkbox"/> ユニット型介護老人福祉施設 八女の里	<input type="checkbox"/> その他		
	<input checked="" type="checkbox"/> 介護付き有料老人ホーム グラン八女の里			

業務名	
-----	--

(9) 移乗介助についての基本

① 移乗動作の基本 ～立位が不安定な利用者への対応～



◆ポイント

利用者を床に座らせた後、介護者は足をしっかりと開き、利用者の背中と腰骨に手をあてて身体を支え、前傾姿勢をとります。この時、利用者の動きを妨げないように注意しましょう。そして、ゆっくりと立ち上がり、向きを変えた後、前傾姿勢をとりながら反動をつけないようにゆっくり座るよう心がけましょう。

② フットサポートの正しい位置



◆注意しよう！

車いすを利用者に無理に近づけようとする、フットサポートが利用者の下腿に当たり、けがをする場合があります。床に座ることにより、利用者の下腿とベッドの間にフットサポートが入る空間をつくることができます。

事業区分	<input checked="" type="checkbox"/>	特別養護老人ホーム 八女の里	業務区分	制定年月	令和元年 7月
	<input checked="" type="checkbox"/>	介護老人福祉施設 八女の里		改訂年月	
	<input checked="" type="checkbox"/>	ユニット型特別養護老人ホーム ステイン八女の里	<input checked="" type="checkbox"/> 基本業務		
	<input checked="" type="checkbox"/>	ユニット型介護老人福祉施設 八女の里	<input type="checkbox"/> 機器取り扱い		
	<input checked="" type="checkbox"/>	介護付き有料老人ホーム グラン八女の里	<input type="checkbox"/> その他		

業務名	
<p>③車いすとベッドの位置関係（片麻痺の場合）</p> <p style="text-align: center;">○車いすの位置【良い例】</p>  <p style="text-align: center;">○車いすの位置【悪い例】</p>  <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>◆ポイント</p> <p>ベッドから車いす、車いすからベッドへの移乗の際、車いすは利用者の健側^{※1}に置くことが基本です。できるだけ角度をつけないことで、利用者は移乗動作の負担が軽減します。</p> <p>※1：健側：脳卒中後遺症等の片麻痺において、障害を受けていない半側を指す。</p> </div> <p>④利用者の足の間に、介護者の足をねじ込む【悪い例】</p>  <div style="border: 1px solid orange; padding: 5px; margin-top: 10px; text-align: center;"> <p>④、⑤のような介助を していませんか…!?</p> </div>  <div style="border: 1px solid pink; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>◆注意しよう！</p> <p>足が痺れない利用者に対して、無理に介護者の足をねじ込むと、利用者の足を傷つける場合があるため、気を付けましょう。</p> </div> <p>⑤利用者のズボンをつかんでの移乗介助【悪い例】</p>  <div style="border: 1px solid pink; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>◆注意しよう！</p> <p>移乗をする際には、背中^{※2}の姿勢^{※2}の部分^{※2}を固定させることが重要です。介護者が利用者のズボンをつかんで介助すると、腰が固定できず、下着やオムツ等が臀部にくい込みます。利用者は座位から下着等を直すことができないため、利用者はとても不快です。さらにズボンを傷つけてしまいます。</p> <p>※2：腰背：背柱（せきちゅう）のうち、腰背と仙骨との間にある9個の椎骨</p> </div>	

事業区分	<input checked="" type="checkbox"/> 特別養護老人ホーム 八女の里	業務区分	制定年月	令和元年 7月
	<input checked="" type="checkbox"/> 介護老人福祉施設 八女の里	<input checked="" type="checkbox"/> 基本業務	改訂年月	
	<input checked="" type="checkbox"/> ユニット型特別養護老人ホーム ステイン八女の里	<input type="checkbox"/> 機器取り扱い		
	<input checked="" type="checkbox"/> ユニット型介護老人福祉施設 八女の里	<input type="checkbox"/> その他		
	<input checked="" type="checkbox"/> 介護付き有料老人ホーム グラン八女の里			

業務名	
-----	--

(10) 膝をついての移乗介助 (立位保持ができない利用者への対応)



◆ポイント
介護者は、利用者をしっかりとかついで前傾姿勢を作り、臀部を浮かせます。その際、スポンを下げるとトイレに移乗する場合にも使える技術です。

(11) 円背^{丸みせ}や前傾姿勢の利用者への移乗介助



◆ポイント
円背を利用し、介護者の脚で利用者の背中を押しすることで頭の重さも加わり臀部が上がります。介護者は、厚いた臀部をいすの方向へ誘導します。

※1 円背：正常な胸椎は、軽く後方に出るカーブを描くが、これが強いものを円背という。

事業区分	<input checked="" type="checkbox"/>	特別養護老人ホーム 八女の里	業務区分	制定年月	令和元年 7月
	<input checked="" type="checkbox"/>	介護老人福祉施設 八女の里	<input checked="" type="checkbox"/> 基本業務	改訂年月	
	<input checked="" type="checkbox"/>	ユニット型特別養護老人ホーム ステイン八女の里	<input type="checkbox"/> 機器取り扱い		
	<input checked="" type="checkbox"/>	ユニット型介護老人福祉施設 八女の里	<input type="checkbox"/> その他		
	<input checked="" type="checkbox"/>	介護付き有料老人ホーム グラン八女の里			

業務名	
<p>(12) 介護者の大腿※1に片足を乗せる移乗介助 (座位・立位保持ができない利用者でも対応が可能)</p>  <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>◆ポイント</p> <p>介護者は利用者の横に座ります。(座位が取れない利用者の場合は、しっかり支えます) 利用者の片足を介護者の大腿に寄せ、身体を前方に倒します。そして、ベッドから臀部を浮かせながら、介護者の臀部で利用者を押しよぶ姿勢で移動させます。アームサポートが外れない華いずでも可能な移乗方法です。</p> <p><small>※1 スリッド：踵の付け根から膝(ひざ)までの部分。</small></p> </div> <p>(13) スライディングボード※2を活用した移乗介助</p>  <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>◆ポイント</p> <p>移動する方向を低くすることで、動きやすくなります。利用者の臀部の半分をボードに乗せ、体重移動で滑らせるように移乗をします。直いすへの移乗の場合は、アームサポートの取り外しができるものでなければなりません。</p> <p><small>※2 スライディングボードはベッドは使えず、ベッド用ボードプルトイレ、ベッド用自動車等、移乗する際に使用するボードのこと。</small></p> </div>	

