

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 <input checked="" type="checkbox"/> 基本業務 <input type="checkbox"/> 機器取り扱い <input type="checkbox"/> その他	制定年月 改訂年月	令和元年 7月
	<input checked="" type="checkbox"/> 介護老人福祉施設 八女の里			
	ユニット型特別養護老人ホーム スtein八女の里			
	ユニット型介護老人福祉施設 八女の里			
	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、生活に欠かせない動作です。

利用者が何ができる、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

利用者の腕や足をつかむようにして持つと、指の力で圧迫感<sup>※1</sup>となります。また、指の力は思っている以上に強いため、利用者に痛みや不快感を与えます。

利用者の腕や足を下が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 圧（圧迫感）：指のめと、消えないと残った跡とかた。

#### (3) 正しい座位姿勢

##### ①座位姿勢【良い例】



##### ◆ポイント

両足が床につき背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！

いすに浅く座り、背もたれにもたれている状態は、いすから滑り落ち、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 <input checked="" type="checkbox"/> 基本業務 <input type="checkbox"/> 機器取り扱い <input type="checkbox"/> その他	制定年月 改訂年月	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"/> ユニット型特別養護老人ホーム スtein八女の里			
	<input checked="" type="checkbox"/> ユニット型介護老人福祉施設 八女の里			
	<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~



写真のように、<sup>ごんじょ</sup>背筋+に介護者の親指を沿わせて手を返すことで、利用者に不快感を与えて背筋を支えることができます。

※1 背筋：しりの部分。  
ごんじょ。



## ◆ポイント

利用者の力（残存能力）を活かしながら身体を前方に出します。この時、かかとを引き、脚踏運動を取ることで、移動が容易になります。浅く座って前に出すぎるといちごの切れがあるため、気をつけましょう。



## (5) 立ち上がりの基本

## ①立ち上がりの動作（自立）



## ◆ポイント

前様姿勢をとりながら立ち上がりを行います。立ち上がり後は、ふらつきがないか等、安定した姿勢の確認を行いましょう。

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 <input checked="" type="checkbox"/> 基本業務 <input type="checkbox"/> 機器取り扱い <input type="checkbox"/> その他	制定年月 改訂年月	令和元年 7月
	<input checked="" type="checkbox"/> 介護老人福祉施設 八女の里			
	ユニット型特別養護老人ホーム スtein八女の里			
	<input checked="" type="checkbox"/> ユニット型介護老人福祉施設 八女の里			
	<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	
-----	--

⑤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・脚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、ゆっくりと腰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ます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、勢いがつき、利用者の身体に痛みを覚え、事故やけがにつながる場合があります。

## 【遭遇業務標準化】

No. 4

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 <input checked="" type="checkbox"/> 基本業務 <input type="checkbox"/> 機器取り扱い <input type="checkbox"/> その他	制定年月 改訂年月	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"/> ユニット型特別養護老人ホーム スtein八女の里			
	<input checked="" type="checkbox"/> ユニット型介護老人福祉施設 八女の里			
	<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（いまの脚もたれを背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に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荷崩かけを行い、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骨部を押すようにし、腰を利用者の背中に当てた状態で、利用者は前傾姿勢をとりながら座ります。

\*1 腰骨 腰部を構成する腰骨（脊柱の左右の骨を形成する左右一対の骨）の上半分を上腰、下腰（腰骨の下方にある三枚目の骨）の四側に連れて広がる骨。

(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。介護者はティリピングバーを踏み、段差の高さだけキャスター（前輪）を上げます。キャスター（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！

機器に対して車いすを初めてつけると、片方のキャスター（前輪）が段差に上がらず、バランスを崩します。

15

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

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ピングレバーに足を置き、振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！

坂道を直向きで下ると、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、恐怖心や不安感を伝えます。

## 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 <input checked="" type="checkbox"/> 基本業務 <input type="checkbox"/> 機器取り扱い <input type="checkbox"/> その他	制定年月 改訂年月	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"/> ユニット型特別養護老人ホーム スtein八女の里			
	<input checked="" type="checkbox"/> ユニット型介護老人福祉施設 八女の里			
	<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か。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  
のあごが上がりないように  
頭部を支えます。



## ◆ポイント

臥床している利用者を端座位<sup>※2</sup>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際は、ふりごの原理を活用して上半身を起こします。

※1 里床：床につくこと。

※2 端座位：ベッドの端に腰をかける坐位のこと。

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

業務名	
<p><b>(9) 移乗介助についての基本</b></p> <p>①移乗動作の基本 ~立位が不安定な利用者への対応~</p>  <p>利用者が回転しやすいように、いす側の足を一步前へ出します。</p> <p>◆ポイント</p> <p>利用者を深く座らせた後、介護者は足をしっかりと離し、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。</p> <p>②フットサポートの正しい位置</p>  <p>◆注意しよう!</p> <p>車いすを利用者に無理に近づけようすると、フットサポートが利用者の下肢にあたり、けがをする場合があります。深く座ることにより、利用者の下肢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。</p>	

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 <input checked="" type="checkbox"/> 基本業務 <input type="checkbox"/> 機器取り扱い <input type="checkbox"/> その他	制定年月 改訂年月	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"/> ユニット型特別養護老人ホーム スtein八女の里			
	<input checked="" type="checkbox"/> ユニット型介護老人福祉施設 八女の里			
	<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>③車いすとベッドの位置関係（片麻痺の場合）</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>◎車いすの位置【良い例】</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>◎車いすの位置【悪い例】</p>  </div> </div> <div style="border: 1px solid #ccc; 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<sup>（右）</sup>に面することが基本です。できるだけ角度をつけることで、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="display: flex; align-items: center;">  <div style="margin-left: 20px;"> <p>④, ⑤のような介助をしていませんか…？</p>  </div> </div> <div style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>◆注意しよう！</p> <p>足が弱かない利用者に対して、健側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、要注意ましょう。</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="display: flex; align-items: center;">  <div style="margin-left: 20px;"> <p>◆注意しよう！</p> <p>移乗をする際には、背中の腰椎<sup>（せきしゅう）</sup>の部分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、腰椎が固定できず、下着やオムツ等が腰部にくい込みます。利用者は腰位後に下着等を脱ぐ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 腰椎：脊柱（せきちゅう）のうち、腰椎と仙椎との間に位置する腰椎</p> </div> </div>	

## 【待遇業務標準化】

No. 9

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tein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	改訂年月	
	<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) 脚についての移乗介助（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つかいで脚踏み箱を作り、脚部を浮かせます。その際、ズボンを下げるトイレに移る場合にも使える技術です。

#### (11) 円背<sup>えんばい</sup>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、介護者の腰で利用者の背中を押すことで頭の重さも加わり臀部が上がります。介護者は、勢いした臀部をいすの方向へ導導します。

※1 右音：正常な音とは、軽く前方に出るカーブを描くが、これが強いものを右音といつ。

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tein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	改訂年月	
	<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><b>(1 2) 介護者の大腿<sup>※1</sup>に片足を乗せる移乗介助</b> (座位・立位保持ができない利用者でも対応が可能)</p>  <p><b>◆ポイント</b> 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、しっかりと支えます) 利用者の片足を介護者の大腿に乗せ、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すような感覚で移動させます。アームサポートが外れない限りでも可能な移乗方法です。</p> <p>※1 大腿：脚の付け根から膝（ひざ）までの部分。</p> <p><b>(1 3) スライディングボード<sup>※2</sup>を活用した移乗介助</b></p>  <p><b>◆ポイント</b> 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>※2 スライディングボード：ベッド用オーダブルトイレ、ベッド用自動便器等、移乗する際に使用するボードのこと。</p>	

## 【遭遇業務標準化】

No. 11

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