

【ケアスタッフスキルアップセミナー】

ヒトの動きに合わせた介助技術 ～歩行・階段昇降編～

株式会社KASHIRO
芦原



「貴方に介助してもらって
よかった」と心^{こころ}を元気にさせる
身体介助を目指す！

より喜ばれる、専門的なケアへ！



なんとなくの介助から
根拠ある介助へ

～心も体も元気にする身体介助～

『自立』は2つの要素がある！



身体介助は力作業ではなく、

心を元気にさせる
コミュニケーション



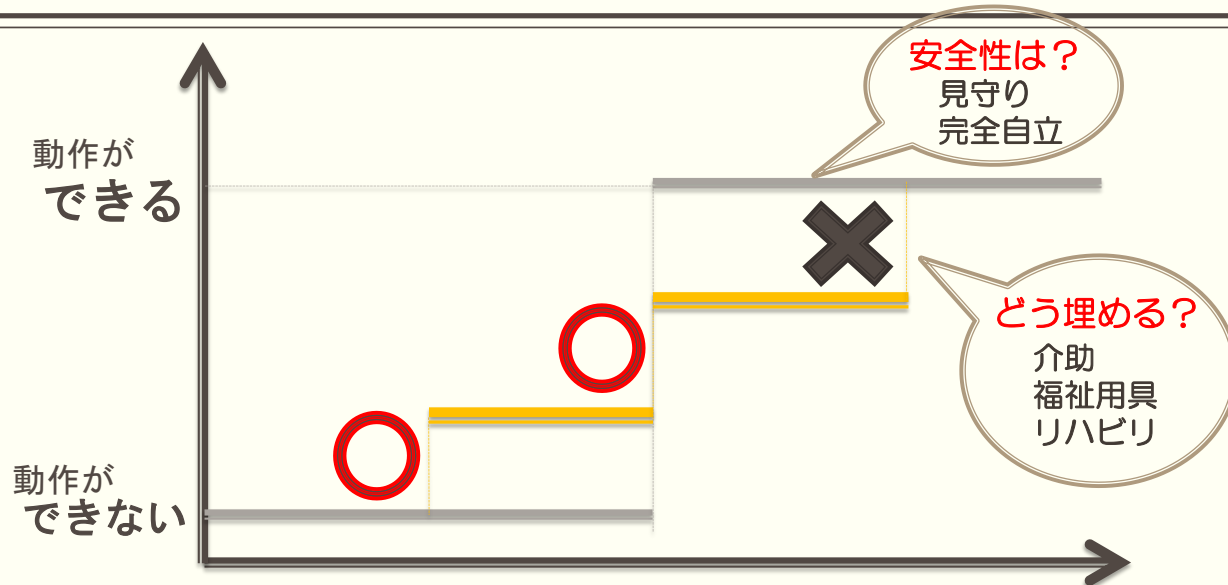
動作介助の**考え方**



【細かい段階別評価】



KASHIRO



- ①『人の動き』を理解し、動作を細かく評価する！
- ②その方の能力(残存機能)とその時間や場所等に
合わせて介助方法や福祉用具を選択する！

【3つの介助方法の選択】

利用者の出来ることも介助

(全介助)



出来ないことのみ介助

(一部介助)

出来ないことも自分で頑張って

もらう援助 (リハビリ的介助)



分割した動作を
知った上で!

<身体介助の流れ>

★
①動作能力を知る

⇒安全な状況で!

★
②(動く前に!)動作を伝える PART I

⇒分かり易い言葉で!動作を実際に見せる、教える!

③動作を介助する

⇒タイミングが重要! ⇒言葉を体感してもらう!

★
★
★
④(動いた後に!)動作を伝える PART II

⇒評価する!

一度の介助を
最大限に価値を高める





～人の触れ方～

【触る対象で触り方を変えている？】

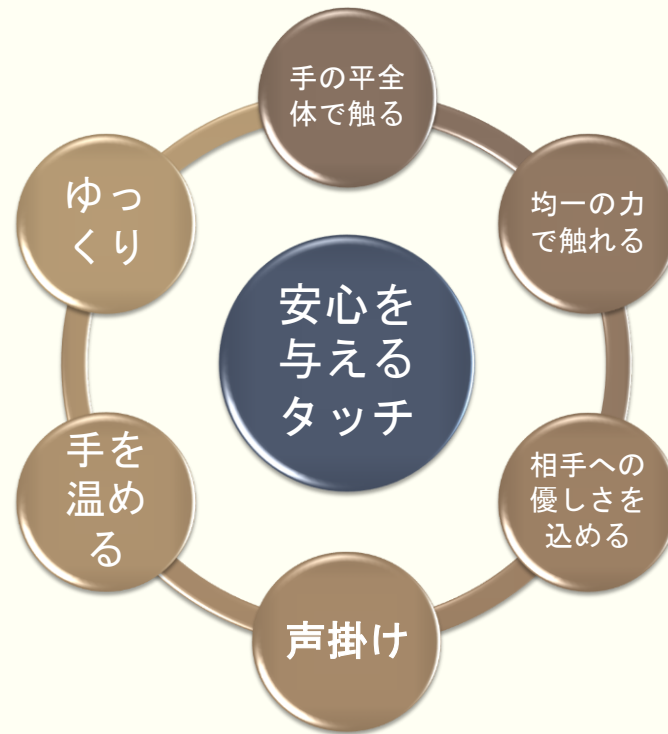


≠



手と心

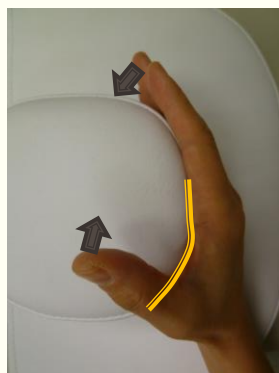
安心を与えるタッチの方法



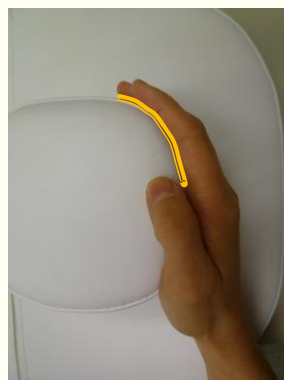
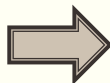
【タッチのコツ】

人に触れる際に、、、

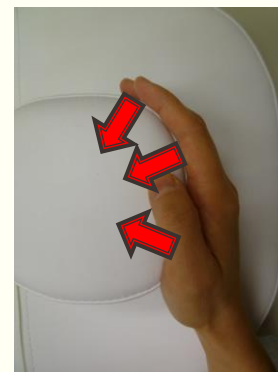
手を温める・自分の手を触れる（確認）・相手の了解を得る



① **手の平**を触れる



② **指先**を触れる

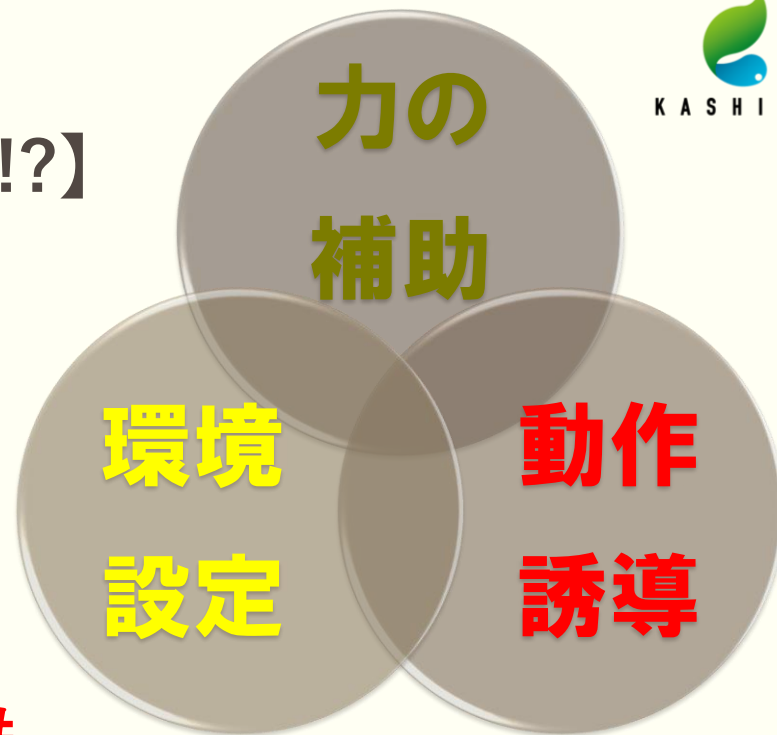


指先で把持する力
と手の平で触れる
力を均一にする。



～体の動かし方～

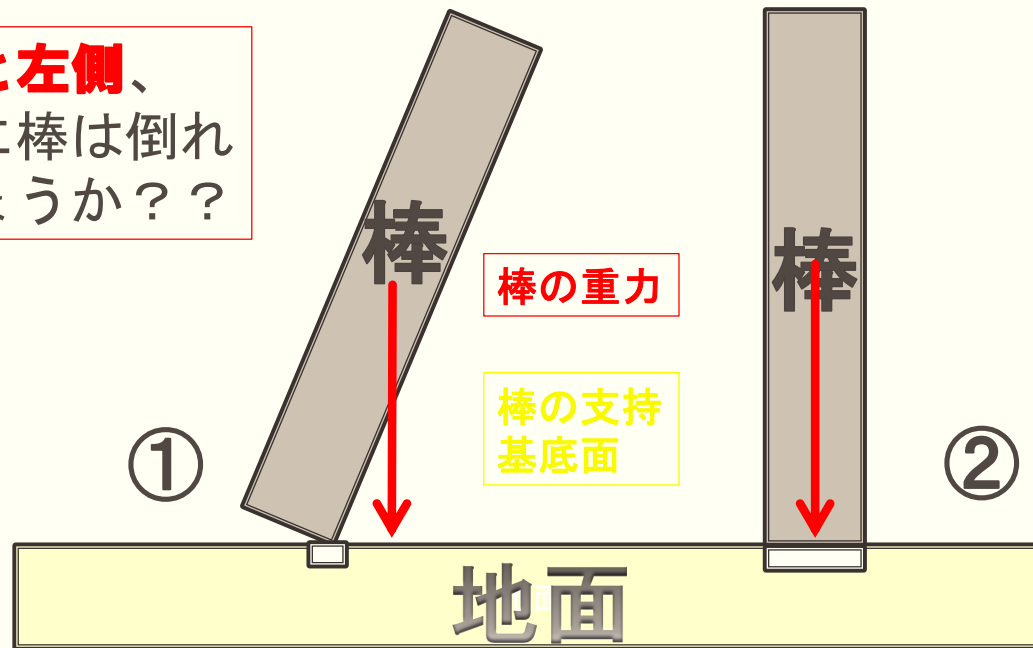
【上手い介助の **3** 要素!?!】



介助される側も する側も
楽・安全・気持ちが良い介助!!

【重心と基底面の関係】

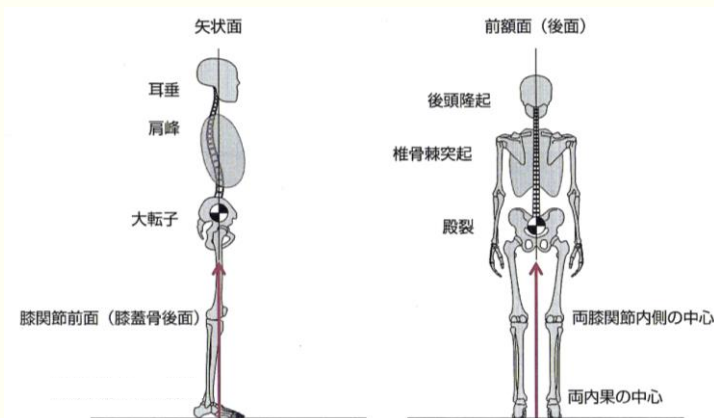
**Q:右側と左側、
どちらに棒は倒れ
るでしょうか??**





KASHIRO

【立位での身体重心位置】



立位での身体重心位置は、、、

立位では人間の身体重心は身長の下から男性が約56%、女性が55%の高さ(**へそ・第二仙骨**)に位置する。

横から見ると、身体重心は耳垂・肩峰、大転子、膝蓋骨後面、外果の約2cm前方部を通過するといわれる。

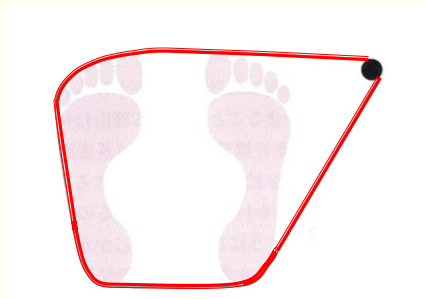
【支持基底面】

支持基底面：身体を支持するための基礎となる身体の底の面

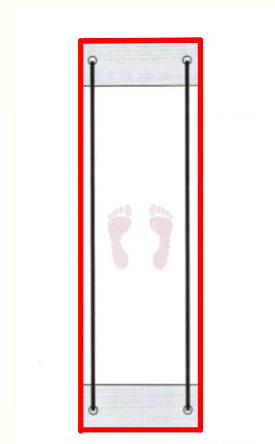
～POINT：安全におへソが移動できる範囲～



両脚設置での立位



杖で支えた立位

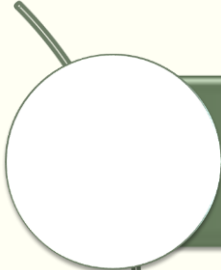


平行棒での立位

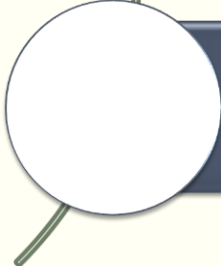
『階段昇降』

介助方法

色々な段差昇降動作の方法



一足一段昇降動作



二足一段昇降動作

+ 手すり・杖

『杖を使った段差昇降』

片麻痺の方の二足一段昇降動作

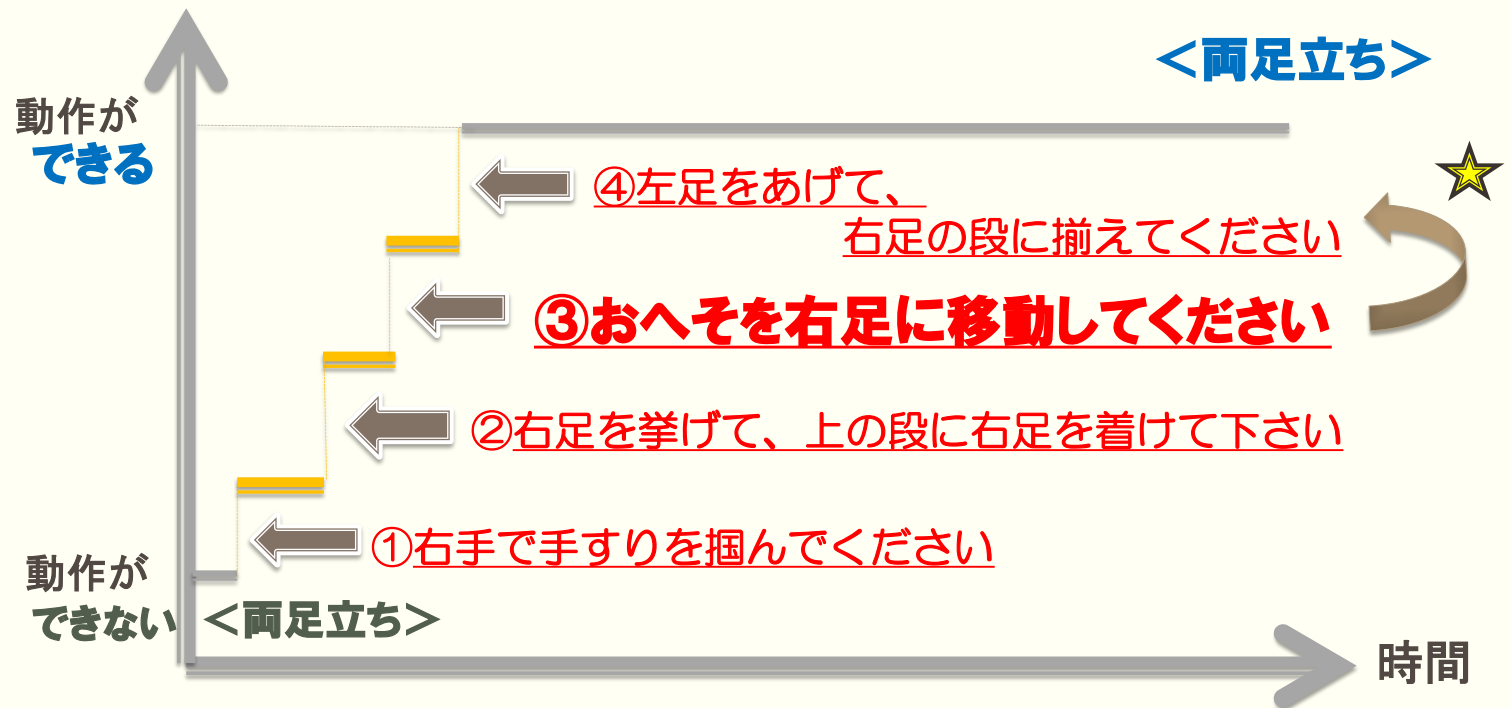
<昇段>
筋力の強い
側から上る
杖⇒強⇒弱



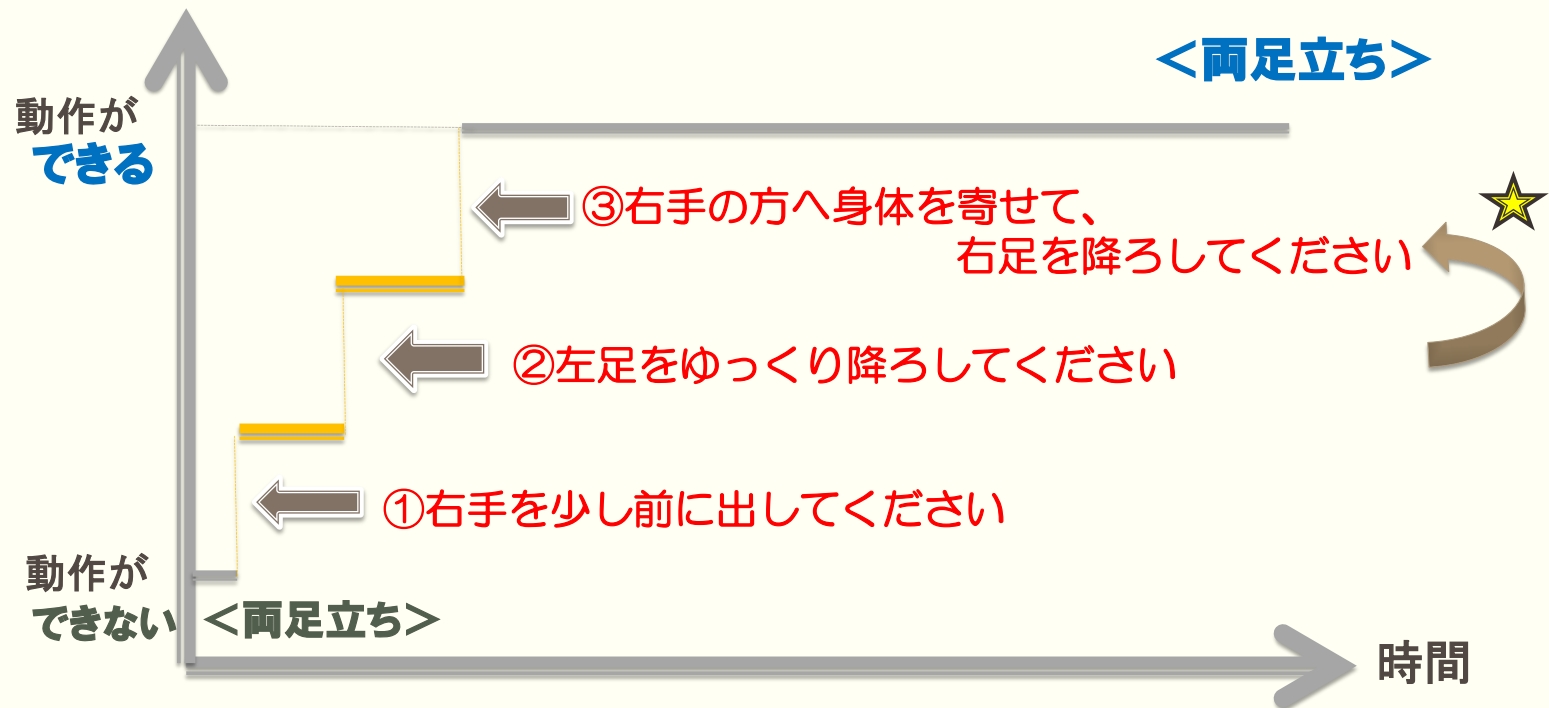
<降段>
筋力の弱い
側から下る
杖⇒弱⇒強



『二足一段階段昇段』の区切り方



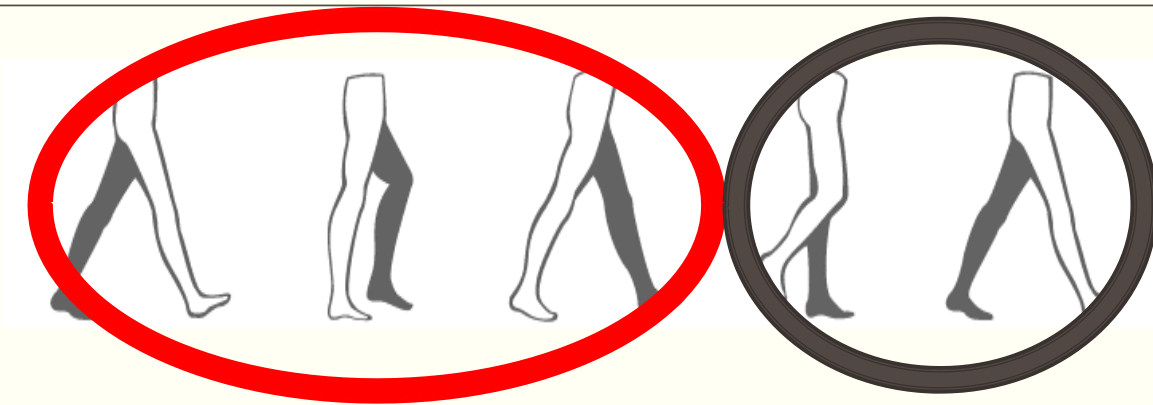
『二足一段階段降段』の区切り方



『歩行』

介助方法

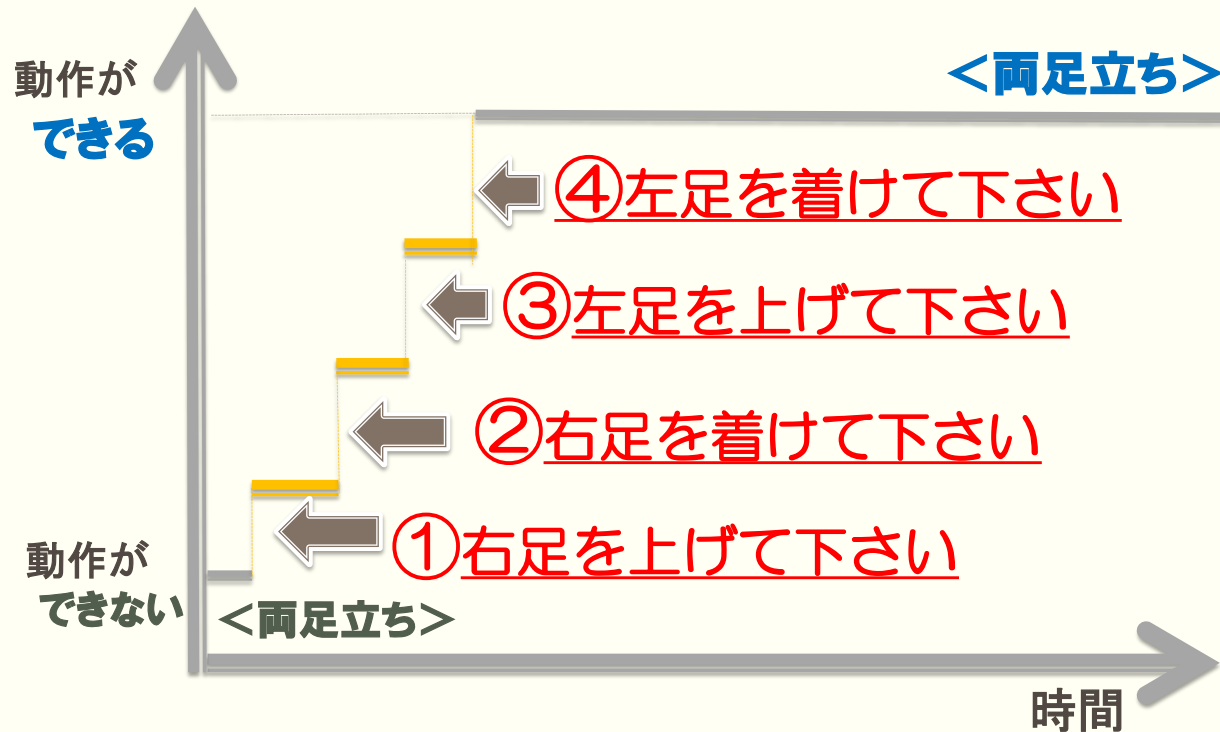
【歩行の動作】



歩行：体重移動しながら、両足立ちと片足立ちの繰り返し

上図のように一側足に住目すると、**床に着いた時（立脚期）**と**足が着いていない時（遊脚期）**の大ききは2つに分かれている。

『歩行』の区切り方



【歩行介助の選択】

