

栗山高校「栗山と福祉」

# テーマ「日常生活の姿勢と動作」

令和 6年 5月 13日（月） 10:45～12:30

栗山町立 北海道介護福祉学校 教員 鈴木 敦子（看護師・介護支援専門員）

高専連携支援員 梶 幸奈（介護福祉士）

# 本日の目標

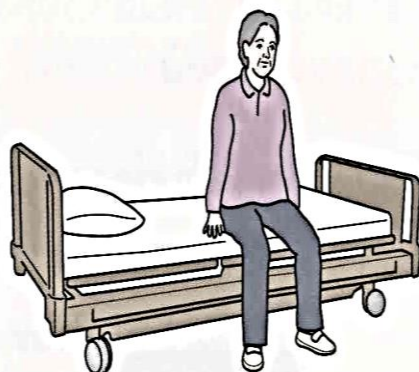
- **姿勢と動作の基本**を学び、日常動作と照らし合わせてみる
- 介護の3つの原則を知る
- 言葉掛けを行い、※協力動作を促すことができる
  - ☛ 「できること」は、具体的に促す
  - ☛ 「困難」や「支障」のあることをサポート
- **相手を尊重する態度を養う**ことができる

# 演習内容

1. 私たちが行っているからだの動き～姿勢について
  - ① 仰臥位（背臥位） ② 寝返り ③ 起き上がり
  - ④ ベッドに座る
  - ⑤ 立ち上がる      ➡ **「起居動作」** という。

# 姿勢(体位)の種類

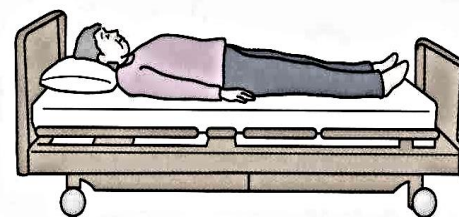
座位 端座位



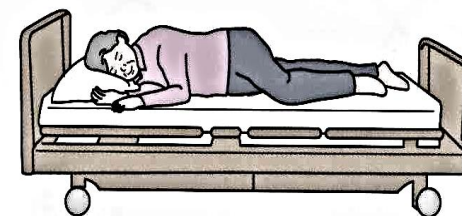
椅座位



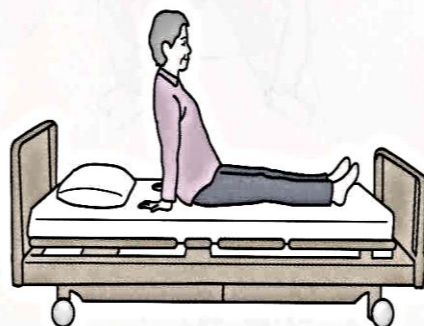
臥位 仰臥位 (仰向け)



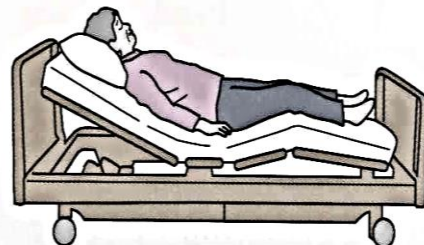
側臥位 (右側臥位)



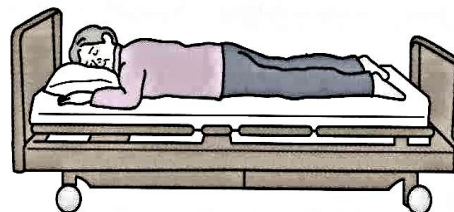
長座位 (足を伸ばし上体を90度起こす)



半座位/ファラー位 (上体を15~45度起こす)



腹臥位 (うつ伏せ)



立位



# 介護の3つの原則 ～ 思考から実践へ

## 安全・安楽

- 利用者本人、介護者双方に通じ、危険防止の視点に立つ
- 転倒、転落、強打に注意し、麻痺側を保護する

## 自立支援

- 介護を受けながらも、生活の自立を継続する
- もっている機能や本人の強みを活用した自律へ向かう

## 個人の尊厳

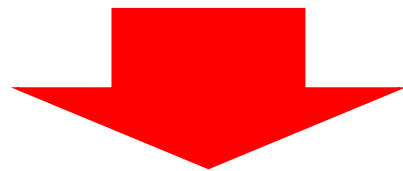
- その人の意向と個性が尊重され、人権が守られる
- 介護を受ける人の立場に立ち、プライバシーを守る

# 本日のまとめ

- ・ 演習を通した感想は？

**生活支援では自然な動作に沿って介助を行うことが基本！**

- ・ 介護者：からだの構えと動作を促す言葉かけ
- ・ 利用者：行って欲しいことを伝えることができる



**双方の体験を通して、介護の重要性、専門性を学ぶきっかけへ**