

# ひびき通信

平成 28 年  
11 月版



**第四回講座は十二月九日に開催予定**  
介護アドバイザーの下山名月さんによる第四回介護技術基礎講座が十二月九日に当センターで開催されます。十月の講座では、椅子から車椅子へ

の移乗介助について、介護現場での実際のケースなどをもとに介助法を学びました。今回は、これまでの基本を復習するとともに、移乗に関する応用技術を学びます。参加費は無料です。

## 介助技術にみがきをかける

### 介護アドバイザー下山名月さんの応用講座

## ケースに応じて解決策

### 第三回講座に介護職ら十五名が参加

介護アドバイザーの下山名月さんによる「介護技術基礎講座」がこのほど、当センターで行われました。この講座は、自立支援のための介助技術を身に付けてもらうとシリーズで開催しています。第三回講座となったこの日のセミナーには、介護職をはじめ看護師など十五名が参加しました。



下山さんの講義を受ける参加者たち

これまでの講座では、人間の生理学的な動きの理解に

始まり、残存機能を十分に引き出しながら、立ち上がりや座り直しの介助をはじめ、床に座り込んだ状態からの椅子への移乗について学んできました。今回の講座では、こうした基本を踏まえたうえで、車椅子から椅子へ、椅子から車いすへの移乗介助について

講義を受けました。



移乗のコツを学ぶ参加者たち

実技の前に、下山さんから引つ張り上げる、服をつかむ

など「やつてはいけない介助」を体験。このあと、具体的な事例を通して、椅子から車椅子への移乗を学びました。参加した介護職たちは、膝に力が入らないため立位が取れない、肘が拘縮しているため腕が伸びないなど、日頃の現場

## 狸の寺の証

### 貼り絵の大作できた！

で直面しているケースを取り上げながら、下山さんの具体的な解決策に「なるほど」と感心しながら、何度も、介助法を確認していました。

デイサービスのフロアー壁面に、唱歌で有名な證誠寺の狸があらわれました。静養ベッド脇の大きな壁面にあらわれた證誠寺の狸は、全部で四十四匹。ご利用者たちが昼食後の休み時間を利用してコツコツと折り紙でつくってきました。境内にはススキが垂れ、大きな十五夜の月が浮かんでいます。ご利用者たちは、大作の完成に目を細めています。



## 機能訓練コツコツと

### 歩行ADL低下予防に個別リハビリ体操

デイサービス響では、普段のプログラムの中にある機能訓練体操とは別のメニューで、個別のリハビリ体操を実施しています。

機能訓練体操は、午前にも十分、午後にも十分の合計一時間、ご利用者全員が参加し

て実施しています。指の体操

腕の曲げ伸ばし、肩回し、前屈や足首の体操、大腿の筋力アップ体操など、さまざまなメニューを提供しています

が、こうした通常のプログラム

ムとは別に、最近、歩行ADLが低下しているご利用者に対して、昼食後の休み時間を利用して個別のリハビリ

体操を提供しています。体操の時間は十分程度の短いものですが、椅子からの立ち上がり、つま先立ち体操、大腿上げ体操など、おもに下肢筋力の維持、アップを意図した体操となっています。

「歩く」ことが身体機能を

維持する一番のリハビリであると考えており、散歩などを通して積極的に歩くことに取り組んでいます。この個別リハビリは、こうした「歩く」ことにつながる補完的なメニューとして、今後も継続していきたくと考えています。